

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI,
BEDEN İMAJİ VE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Farana KHALİGOVA

Psikoloji Ana Bilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı

Kasım, 2019

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI,
BEDEN İMAJI VE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Farana KHALİGOVA
Y1612.270027

Psikoloji Ana Bilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Cebrail KISA

Kasım, 2019

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ



YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Y1612.270027 numaralı öğrencisi FARANA KHALIGOVA'nın “Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Beden İmajı ve benlik Saygısı Arasındaki İlişki” adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 11.11.2019 tarihli ve 2019/01 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile Tezli Yüksek Lisans tezi 26.11.2019 tarihinde kabul edilmiştir.

	<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
ASIL ÜYELER				
Danışman	Prof. Dr.	CebraİL KISA	İstanbul Aydın Üniversitesi	
1. Üye	Doç. Dr.	Sinem GÖNENLİ TOKER	İstanbul Aydın Üniversitesi	
2. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Mehmet Zeki ILGAR	Biruni Üniversitesi	
YEDEK ÜYELER				
1. Üye	Prof. Dr.	Hayati HÖKELEKLI	İstanbul Aydın Üniversitesi	
2. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Alp Giray KAYA	İstanbul Arel Üniversitesi	

ONAY

Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA
Enstitü Müdürü

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki” adlı çalışmanın, proje safhasından sonuçlanmasına kadar ki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografyada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. .../11/2019

Farana KHALİGOVA



ÖNSÖZ

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın çocukluk çağı travmalarının olumsuz etkilerini azaltmak ya da ortadan kaldırabilmek için gerekli önlemlerin alınmasına katkı sağlaması amaçlanmaktadır.

Tez konunun belirlenmesinden çalışmamın sonuna kadar her türlü destek ve yardımı esirgemeyen tez danışmanım Sayın Prof. Dr. Cebrail KISA'ya teşekkürlerimi bir borç bilirim. Eğitim hayatım boyunca maddi ve manevi desteği sağlayan aileme teşekkürler ve saygılarımı sunarım.

Kasım, 2019

Farana KHALİGOVA

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ.....	iv
İÇİNDEKİLER	v
ÇİZELGE LİSTESİ.....	vii
ÖZET.....	viii
ABSTRACT	ix
1. GİRİŞ	1
1.1 Araştırmanın Problemi	2
1.2 Araştırmanın Hipotezleri	2
1.3 Araştırmanın Amacı	3
1.4 Araştırmanın Önemi	3
1.5 Araştırmanın Varsayımları	4
1.6 Araştırmanın Sınırlılıkları	4
1.7 Tanımlar	5
2. KURAMSAL ÇERÇEVE.....	6
2.1 Travma Tanımı ve Çocukluk Çağı Travma Türleri	6
2.1.1 Tanımsal Olarak Çocuk Çağı Travmaları	6
2.1.2 Çocukluk Çağı Travmaları.....	7
2.1.3 Çocukluk Çağı Travma Türleri	8
2.1.3.1 Kayıp Travması.....	9
2.1.3.2 Cinsel İstismar.....	11
2.1.3.3 Fiziksel İstismar	12
2.1.3.4 Duygusal İstismar.....	13
2.1.3.5 İhmal	14
2.2 Benlik Saygısı	15
2.2.1 Benlik kavramı	15
2.2.2 Benlik Saygısının Tanımı.....	15
2.2.3 Benlik Saygısının Önemi ve Gelişimi.....	18
2.2.4 Benlik Saygısı Tipleri	19
2.2.5 Benlik Saygısının Düzeyleri	20
2.2.6 Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler	21
2.2.7 Benlik Saygısı Düşük ya da Yüksek Olan İnsanların Ortak Özellikleri ...	22
2.2.7.1 Benlik Saygısı Düşük Olan İnsanların Ortak Özellikleri.....	22
2.2.7.2 Benlik Saygısı Yüksek Olan İnsanların Ortak Özellikleri	23
2.3 Beden İmajı	25
2.4 Literatürde Yapılan Çalışmalar	35
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	37
3.1 Araştırmanın Modeli	37
3.2 Araştırmanın Örnekleme.....	37
3.3 Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları.....	37
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu	37

3.3.2 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	37
3.3.3 Beden İmajı Ölçeği	38
3.3.4 Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	38
3.4 Verilerin Analizi.....	39
4. BULGULAR.....	40
5. TARTIŞMA ve ÖNERİLER.....	57
5.1 Öneriler.....	61
KAYNAKLAR	63
EKLER.....	69
ÖZGEÇMİŞ.....	79



ÇİZELGE LİSTESİ

Sayfa

Çizelge 4.1: Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı	40
Çizelge 4.2: Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı	41
Çizelge 4.3: Rosenberg Beden Saygısı Ölçeği, Beden İmajı Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Betimleyici İstatistikleri	42
Çizelge 4.4: Cinsiyet Değişkenine Göre Beden İmajı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	43
Çizelge 4.5: Cinsiyet Değişkenine Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları.....	43
Çizelge 4.6: Cinsiyet Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	44
Çizelge 4.7: Çalışma Durumu Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması	44
Çizelge 4.8: Maddi Durum Memnuniyet Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması	46
Çizelge 4.9: Maddi Durum Memnuniyet Değişkenine Göre Beden İmajı Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması	47
Çizelge 4.10: Maddi Durum Memnuniyeti Değişkenine Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Puanlarının Karşılaştırılması	48
Çizelge 4.11: Anne-Baba Birlikteliği Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanları.....	49
Çizelge 4.12: Aile Şiddet Durumu Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması	50
Çizelge 4.13: Baba Yaşama Durumu Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması	52
Çizelge 4.14: Beden İmajı, Rosenberg Benlik Saygısı ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ve Alt Ölçekleri Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi	53
Çizelge 4.15: Çocukluk Çağı Travmasının Benlik Saygısına Etkisi	55

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI, BEDEN İMAJI VE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ

ÖZET

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu araştırmanın örneklemini İstanbul Aydın Üniversitesinde okuyan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma örneklemine 321 üniversite öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmada Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği ve Beden İmajı Ölçeği kullanılmıştır.

Veri toplama araçları ile elde edilen veriler bilgisayar ortamına sayısal ifade olarak girilmiş ve bu veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı (SPSS 25) kullanılarak istatistiksel analizleri yapılmıştır.

Araştırma sonucunda çocukluk çağı travmaları ile benlik saygısı açısından bir yordayıcı olduğu saptanmıştır. Beden imajı ve çocukluk çağı travmaları arasında ilişki saptanmamıştır. Ülkemizde üniversite öğrencilerine yönelik çocukluk çağı travmaları, benlik saygısı ve beden imajı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma olmadığından, yapılan araştırmayla birlikte literatüre katkı sağlandığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: *Çocukluk çağı travmaları, Benlik saygısı, Beden imajı*

THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDHOOD TRAUMA, BODY IMAGE AND SELF-RESPECT IN UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the relationship between childhood traumas, body image and self-esteem in university students. The sample of this study consists of university students studying at Istanbul Aydin University. 321 university students were included in the research sample. Childhood Trauma Scale, Self Esteem Scale and Body Image Scale were used in the study.

The data obtained by means of data collection tools were entered into the computer as a numerical expression and these data were analyzed by using statistical package program for social sciences (SPSS 25).

As a result of the study, it was found to be a predictor of childhood traumas and self esteem. There was no relationship between body image and childhood traumas. Since there is no study examining the relationship between childhood traumas, self-esteem and body image for university students in our country, it is thought that this study contributes to the literature.

Keywords: *Childhood traumas, Self-esteem, Body image*

1. GİRİŞ

Çocukluk çağı travmaları, “çocukların başta anne babaları olmak üzere, bakımla yükümlü kimseler ve diğer yetişkinler tarafından fiziksel, duygusal, zihinsel ya da cinsel gelişimlerini engelleyen ya da kısıtlayan, beden ya da ruh sağlığına zarar veren, toplumsal kurallar ve profesyonel kişilerce uygunsuz veya hasar verici olarak nitelendirilen eylem veya eylemsizliklerin tümüdür ” şeklinde tanımlanmaktadır (Kara, Biçer ve Gökalp, 2004).

Çocukluk dönemi travmaları, çocuğun psikolojik, sosyal, fiziksel gelişimine ket vuran, aileleri de hem tıbbi hem de adli yönden olumsuz etki bırakan bir durumdur. Çocuğun sağlığının, büyüme ve gelişmesinin negatif yönde etkilenmesine sebep olan her türlü fiziksel veya duygusal, cinsel, ihmal ya da ihmale sebep olacak ticari reklam amaçlı veya diğer tüm etkileme biçimleri de dâhil her türlü tutum ve davranışlara maruz kalması çocuk istismarı olarak kabul edilmektedir (Aker, 2012).

Benlik saygısı, bireyin kendini tüm özellikleri ile olduğu gibi hissetmesi, kendisine karşı bir güven hissini olmasının olması, kendini herkes kadar kıymetli ve sevimli layık hissetmesini sağlayan olumlu ruh hali şeklinde tanımlanabilmektedir. Benlik saygısını oluşturan başlıca öğe benlik kavramını benimsemektir (Kuzgun Meyvacıoğlu, 1983).

Coopersmith'a (1967) göre benlik saygısı insan yaşamının her alanını etkilemektedir. Mesela, sağlıklı bir kişide özsaygısı, onun sosyal hayatında yaşama ayak uydurmasında önemli bir yer tutmaktadır. Bu sayede toplumun bir parçası olarak yer aldığı alanlarda üretmek veya yön vermek gibi görevleri üstlenebilecektir. Bunun neticesinde kişide bir bireysel başarı duygusu oluşacak ve mutlu olacaktır.

Beden imajı, bedenin başka insanlara nasıl görüldüğü hakkında bireyin düşüncesi ya da kendi vücuduna karşı duyguları ve tavırları şeklinde tanımlanabilmektedir. Beden imajı, kimlik oluşturmak için büyük bir öneme

sahiptir. Beden imajının en önemli özelliği, oturmuş, kalıp bir yargı taşımasıdır. Başka bir deyişle beden imajı devamlı değişim gösteren bir yapıdadır. Mevsimlere, yaşa, cinsiyete, kültüre, hayat olaylarına, medya ve zamanın modasına göre değişebilmektedir (Grogan, 2005).

Medyanın beden imajına etkilerine bakıldığı zaman; ideal kilo, kültürden kültüre değişim göstermektedir. Gerçek üstü sosyal standartlar incelendiği zaman, fiziksel olarak yeterli olmadığına dair bir algı yaratıldığı gözlemlenmektedir. Mesela kültür, bayanların incecik olmasına dair büyük bir baskı oluşturmaktadır. Medyaya bakıldığı zaman ise zayıf olmanın, güzellik ile eşdeğer tutulduğu görülür. Beden imajına etki eden bir diğer etkense, çocukların bedenleri ile alakalı olarak aile üyeleri tarafından eleştirilmeleridir. Bu eleştiriler, çocukları derin bir şekilde etkileyebilir. Çocuğun bedenine karşı yapılan bu eleştiriler, çocuğun beden algısına dair özgüvenini ve dolayısı ile benlik algısını zedelemektedir.

Birey hayatı için oldukça önemli olan bu faktörlerin birbiri ile ilişkisinin bilinmesi, yaşantıda ortaya çıkabilecek sorunların çözülmesi için önemlidir. Bu nedenle araştırma konusu bu üç faktör arasındaki ilişkiyi temel almaktadır.

1.1 Araştırmanın Problemi

Türkiye'deki üniversite öğrencileri örnekleminde çocukluk çağı travmaları, beden imajı ve benlik saygısı arasında ilişki var mıdır?

1.2 Araştırmanın Hipotezleri

H₁: Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile beden imajı arasında ilişki bulunmaktadır.

H_{1A}: Üniversite öğrencilerinde cinsel istismar ile beden imajı arasında anlamlı ilişki vardır.

H_{1B}: Üniversite öğrencilerinde fiziksel istismar ile beden imajı arasında anlamlı ilişki vardır.

H_{1C}: Üniversite öğrencilerinde duygusal istismar ile beden imajı arasında anlamlı ilişki vardır.

H_{1D}: Üniversite öğrencilerinde fiziksel ihmal ile beden imajı arasında anlamlı ilişki vardır.

H_{1E}: Üniversite öğrencilerinde duygusal ihmal ile beden imajı arasında anlamlı ilişki vardır.

H₂: Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile benlik saygısı arasında ilişki bulunmaktadır.

H_{2A}: Üniversite öğrencilerinde cinsel istismar ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki vardır.

H_{2B}: Üniversite öğrencilerinde fiziksel istismar ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki vardır.

H_{2C}: Üniversite öğrencilerinde duygusal istismar ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki vardır.

H_{2D}: Üniversite öğrencilerinde fiziksel ihmal ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki vardır.

H_{2E}: Üniversite öğrencilerinde duygusal ihmal ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki vardır.

1.3 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

1.4 Araştırmanın Önemi

- Araştırma verileri çocukluk çağı travmalarının olumsuz etkilerini azaltmak ya da ortadan kaldırabilmek için gerekli önlemlerin alınmasına katkı sağlayacaktır.
- Türkiye'deki üniversite öğrencileri örneğinde çocukluk çağı travmaları, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirmeyi hedefleyen bu çalışma konuyla ilgili ülkemizde yok denecek kadar az sayıda bulunan çalışmalara katkı sağlayacaktır.

- Çocukluk çağı travmaları nedeniyle baş etme stratejileri olumsuz etkilenen bireylerin çözümler geliştirmeleri ve kişisel tutumlarına katkıda bulunabilir.
- Literatürde bulunan çok sayıda araştırmaların sonuçları çelişkilidir. Elde edilecek verilerin katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Türkiye uyarlaması yapılmış olan ölçekler tekrar sınanmıştır.
- Yapılacak olan yeni araştırmalara katkı sağlayacaktır.
- Olgu sayısının yeterliliği, örneklem grubunda erkek oranının kabul edilebilir düzeyde olması, ülkemizde geçerlik ve güvenilirliği yapılmış ölçeklerin kullanılması çalışmanın olumlu özellikleri arasındadır.

1.5 Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın sayıltıları aşağıdaki gibidir:

- Araştırma örnekleminin evreni temsil etmektedir.
- Üniversite öğrencilerinin kendilerine yöneltilen sorulara içtenlikle cevap verdiği kabul edilmektedir.
- Araştırmada kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ve Vücut algısı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ilgili değişkenleri geçerli ve güvenilir olarak ölçmektedir.

1.6 Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma;

- Araştırmanın örneklemini İstanbul Aydın Üniversitesinde öğrenim gören 321 öğrenci ile sınırlıdır.
- Elde edilen veriler kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ve Vücut algısı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile sınırlıdır.

1.7 Tanımlar

Çocukluk çağı travmaları, “çocukların başta anne babaları olmak üzere, bakımla yükümlü kimseler ve diğer yetişkinler tarafından fiziksel, duygusal, zihinsel ya da cinsel gelişimlerini engelleyen ya da kısıtlayan, beden ya da ruh sağlığına zarar veren, toplumsal kurallar ve profesyonel kişilerce uygunsuz veya hasar verici olarak nitelendirilen eylem veya eylemsizliklerin tümüdür.” şeklinde tanımlamaktadırlar.

Beden imajı, bedenin başka insanlara nasıl görüldüğü hakkında bireyin düşüncesi ya da kendi vücuduna karşı duyguları ve tavırları şeklinde tanımlanabilmektedir.

Benlik saygısı, bireyin kendini tüm özellikleri ile olduğu gibi hissetmesi, kendisine karşı bir güven hissinin olması, kendini herkes kadar kıymetli ve sevimliye layık hissetmesini sağlayan olumlu ruh hali şeklinde tanımlanabilmektedir.

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın kuramsal çerçevesi yer almaktadır.

2.1 Travma Tanımı ve Çocukluk Çağı Travma Türleri

2.1.1 Tanımsal Olarak Çocuk Çağı Travmaları

Tıp biliminde ve cerrahide travma terimi senelerdir duyulmaktadır. Travma, tıpta darbe neticesinde ortaya çıkan yapısal hasar anlamını taşımaktadır. TDK'da ise travma kavramı sarsıntı şeklinde tanımlanmaktadır.

Green (1990); travmayı ifade edebilmek adına; nesnel tanımlanan bir olayın varlığı, akabinde kişinin bu olaya yönelik geliştirmiş olduğu öznel yorumu ve kişinin bu olaya yönelik göstermiş olduğu duygusal tepki şeklinde 3 ana faktörü temel almıştır.

Travmatik olaya; kişinin yaşamsal bütünlüğünü korumasını engelleyen, hayati bütünlüğünü bozan, kişiyi bu anlamda hem fizyolojik hem de psikolojik anlamda zorlayan ve başa çıkma yeteneklerini aşan olaylar şeklinde tanımlanabilir. Deprem, sel gibi doğal afetler, fiziksel ya da cinsel saldırılar, işkence vb. kötü muameleler, trafik kazaları, yangın, savaş sebebiyle zorunlu irtica hali, sevilen birinin beklenmedik bir biçimde ölümü veya hayatı tehdit eden bir hastalığa yakalanmak, çocukluk çağındaki ihmal, şiddet, istismar, taciz gibi olumsuz olaylar, travmatik olaylara örnek verilebilir. İnsanlar bu olaylara durumu direkt yaşayarak, duruma tanık olarak, vakayı yaşayan kişilere yardım ederek veya olayın sevdiği birinin başına geldiğini öğrenerek rastlayabilir. Yaşanan travmatik vaka karşısında kişi, korku, dehşet, suçluluk, çaresizlik ve utanç şeklinde reaksiyonlar verebilmekte, çocuklar ise saldıran, dağınık veya huzursuz davranışlarda bulunabilmektedir. Bu durumda yaşanan vaka 'ruhsal travmatik vaka' şeklinde tanımlanır (Aker 2012).

2.1.2 Çocukluk Çağı Travmaları

Çocukluk dönemi travmalarını ilk incelemeye alan kişiler Kempe ve Helfer (1972)'dir. Bu çağdaki travmalarını, “anne ve babaların ya da çocuktan sorumlu bireylerin girişmiş olduğu veya girişmeyi ihmal ettiği hareketler neticesinde çocukların kaza dışı zarar görmeleri” şeklinde tanımlamaktadırlar. Aynı zamanda çocukluk dönemi travmalarını; duygusal, cinsel ve fiziksel istismar şeklinde; çocuk ilgisizliğini de duygusal, cinsel, eğitimsel ve bedensel ihmal şeklinde çeşitli başlıklara indirgeyerek her birinin ayrıntılı bir şekilde tanımlamalarını yapmışlardır (Kempe ve Helfer, 1972).

Çocukluk dönemi travmaları, çocuğun psikolojik, sosyal, fiziksel gelişimine ket vuran, aileleri de hem tıbbi hem de adli yönden olumsuz etki bırakan bir durumdur (Kara, Biçer ve Gökalp, 2004).

Belirtileri

Travmadan sonra yaşanan stres bozukluğunun semptomları aşağıdaki gibi ifade edilmiştir (APB, 2013):

- Travmatik vakayı tekrar yaşamak:
 - Yaşanan hadiseyi istemsizce devamlı hatırlama,
 - Olay ile alakalı kâbuslar görme,
 - Travmatik olayın kimi unsurlarını tekrardan yaşıyormuş gibi hissetmek ve o şekilde davranmak (dissosiasyon),
 - Travmatik olayı anımsatan uyaranlara yönelik fizyolojik reaksiyon ve psikolojik sıkıntı
- Kaçınma:
 - Travmayla alakalı düşüncelerden, konuşma ve duygulardan kaçınma,
 - Travmatik vakayı anımsatan, aktivite, kişi ve durumlardan kaçınmak,
 - Travmalar ile alakalı veya yakından bağlantılı, sıkıntı verebilecek hatıralar, duygular veya düşünceleri canlandıran dış uyarıcılardan

(insanlar, konuşmalar, yerler, aktiviteler, nesnelere) kaçınmaya ya da bu şeylerden uzaklaşma gayretleri.

- Duygu ve bilişlerdeki kalıcı negatif değişiklikler:
 - Travmaya yol açan vakaların öneme sahip bir yanını hatırlayamama (dissosiyatif amnezi),
 - Kendi, başka insanlar ya da dünya ile alakalı bir şekilde, devamlı ve abartılı negatif inanış veya beklenti (ben iyi değilim, insanlara güven olmaz, dünya tamamıyla tehlike barındıran bir yer),
 - Travmaya yol açan vakaların sebepleri ve sonuçları ile alakalı olarak, bireyin kendisinde veya başka insanlarda suç bulmasına neden olan, devamlı olan, çarpık bilişler ve negatif duygusal durumlar (öfke, korku, utanma veya suçluluk duyguları),
 - Aktivitelere olan alaka veya katılımlarda gözle görülür azalmalar,
 - İnsanlara karşı yabancılaşma hissetme,
 - Devamlı bir şekilde, negatif duygular yaşama (mutlulukları, sevgi veya doyum hislerini yaşayamamak)
- Aşırı Uyarılmışlık:
 - Uyumakta ve uykuya devam etmede zorluk çekme,
 - Devamlı tetik halinde olma, hemen irkilme, asabileşme veya öfke patlaması yaşama, konsantre zorluğu veya işleri tamamlamada zorluk çekme (Aker, 2012).

Bu semptomlar genelde belli bir süreden sonra yok olur fakat kimi zaman travmatik vakanın ilk etkisinin akabinde bile kimi semptomlar görülmeyi sürdürebilir veya daha sonraki zamanlarda belirebilirler. Travmadan sonra yaşanan stres bozukluğunun aylar veya yıllarca devam ettiği görülebilmektedir.

2.1.3 Çocukluk Çağı Travma Türleri

Travma türleri ile ilgili yapılan araştırmalarda insan-doğa ayrımıyla sık sık karşılaşırız. Klasik sınıflandırma dikkate alınarak travma; insan yapımı neticesi yaşanan travma ve doğal afetler neticesi yaşanan travma olmak üzere 2 başlıkta

incelenmiştir. Deprem, sel, fırtına, tayfun gibi durumlar doğal afetler şeklinde incelenirken; savaş sonucu mecburi irtica, endüstriyel patlamalar, negatif kişisel müdahalelerse insanın sebep olduğu travmalar şeklinde ifade edilmektedir (Uluslararası Kızılhaç ve Kızılay Kurumları Birliği, 2013).

Bu çalışmada çocuklarda beliren travmatik hayat tecrübeleri araştırılırken sahip olunan yanıtlar bu ayırım çerçevesinde gruplara ayrılacak ve insanın sebep olduğu travma türleri ele alınacaktır.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), 1999 senesinde çocuk istismarını tanımlamıştır. Çocuğun sağlığının, büyüme ve gelişmesine negatif yönde etki etmesine yol açan bütün bedensel, duygusal ya da cinsel ihmaller veya ihmale yol açacak ticarete ilişkin reklam amacı taşıyan veya başka tüm etki etme şekilleri de olmak üzere her türden davranış ve tutumlara maruz kalması çocuk istismarı olarak kabul edilmektedir. Çocuk istismarı dendiği zaman akla ilk gelen kavram cinsel istismardır. Cinsel istismar ile beraber fiziksel ve duygusal istismar, fiziksel ve duygusal ihmal kavramları da bir hayli önemlidir.

Fiziksel ve cinsel istismar, devlet koruması altındaki çocuklar ile suça kapılmış çocuklarda ve sosyoekonomik düzeyi düşük olan ailelerin çocuklarında sıkça görülür iken duygusal istismar toplumun her bölümünde rastlanmaktadır. Sosyoekonomik seviyesi yüksek olan, refah seviyesinde olan ailelerde de duygusal istismar sık sık karşımıza çıkmaktadır (Öztürk, 2007).

2.1.3.1 Kayıp Travması

Birey, gerçek anlamda isteği dışında esas ve çok büyük öneme sahip bir duygusal ve psikolojik ilişkiyi kaybetmesinden ötürü acı çekiyor ve o konuyla ilgili bir şey yapamıyor ise bu durum kayıp travması şeklinde ifade edilebilir” (Ruppert, 2011). Çocuğun; evlatlık verilme ya da korumaya alınma yolu ile anne ve babasını yitirmesi de kayıp travması oluşturabilmektedir. “Evlatlık verilen çocuklar sadece ebeveynlerini kaybetmez, bütün bir aile modeline olan bağlılıklarını da yitirirler. Aynı zamanda kardeşleri ile kurmuş oldukları bağlarını da kaybederler” (Ruppert, 2011).

Bir çocuk için ailesi ile olan ilişkisi, hayatı devam ettirebilmesi adına büyük öneme sahiptir. Bu sebeple annenin kaybı her daim bir kayıp travması özelliği

taşıır. Bundan ötürü de oldukça fazla tesirleri olabilen bir tecrübedir (Ruppert, 2011).

Travmatik olarak kategorize edebilmek için kaybedilenin kişide çaresizlik ve güçsüzlük duygusu uyandırması, kaybedilenin hayati önem taşıması ve kaybedilene duygu yolu ile bağlanmış olması gerekmektedir (Ruppert, 2011).

Kayıp travmalarına yönelik yapılan bir çalışmada, bu travmayı geçiren 14 çocukla farklı türde bir travmaya maruz kalan 45 adet çocuk arasında herhangi bir travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) belirti dereceleri açısından önemli farka rastlanmamıştır (Taylor ve ark, 2009).

Aynı zamanda gerçekleştirilen araştırmalar sonucu, çocuğun bir kaybının olmasıyla birlikte, o kayıp ile yüzleşme şekli, kaybı algılayış şekli ve bu kaybın onu nasıl etkilediği şeklindeki etkenler de hadiseye yönelik verebileceği tepkilerin belirlenmesinde rol oynamaktadır.

Çocuklara gerçeği olduğu gibi, ölüm ile alakalı terimler aracılığıyla, ölüm kavramı sebebiyle açıklandığı zaman çocuğun travmaya yönelik hissetmiş olduğu duygu “üzüntü” olarak ifade edilmiştir. Ölüm konusu çocuklar ile konuşulduğu zaman ilk başlarda gizlenip sonrasında “uzaklara gitti” ve “daha sonra gelecek” biçiminde söylendiği zamansa çocuklarda görülen, yoğun biçimde hissetmiş oldukları hissin düş kırıklığı ve hasret, vermiş oldukları davranışsal reaksiyonun ise “uykusuzluk” olduğu görülmüştür. Ölüm konusu, çocuklara direkt söylendiği takdirde ve kaybı yaşanan “bir daha gelmeyecek” biçiminde açıklandığı zaman hissedilenler yalnızlık, korku ve korunmasızlıktır. Çocukta görülen tavırlar ise içine kapanma ve saldırganlıktır. Çocuklara ölümle alakalı terimler kullanılarak ve sebepleriyle açıklandığı zaman, çocuklarda durumu kabullenmeyi kolaylaştıran bir bilişsel yapı oluşmaktadır. Bu bilişsel yapıysa duygu ve tutumları düzenlemektedir (Koç ve ark, 2012).

Mutlu aile bağları ve doğduğu andan itibaren sevgi ve güven hissine sahip çocukların, kaybın acısıyla birlikte bu olayı daha iyi bir şekilde atatabileceği belirtilmektedir. Çocuğa kaybedilenin yerini alabilecek uygun şeylerin sağlanmasıysa çocukların kaybın ardından toparlanmalarını kolaylaştırır (Volkan ve Zintl, 2010).

2.1.3.2 Cinsel İstismar

Çocuk cinsel istismarı, Uluslararası Çocuk İstismarı ve İhmalini Önleme Derneği tarafından “rıza yaşına gelmemiş bir çocuğun cinsel yönden olgun bir erişkinin cinsel doyumuna nedeni olacak bir eylem içinde bulunması veya bu durumun görmezlikten gelinmesi” biçiminde tanımlamaktadır. Bu tanım, cinsel eylemin genel ya da fiziksel temas barındırdığı veya barındırmadığı; herhangi bir araç kullanılarak yapıldığı veya yapılmadığı; çocuğun başlattığı ya da başlatmadığı ve zarar gördüğü veya görmediği şeklindeki tüm durumları içermektedir (Polat, 2001).

5237 Sayılı Türk Ceza Kanunu ise cinsel istismarı, “15 yaşını doldurmamış ya da doldurmuş olmakla beraber eylemin hukuki anlam ve neticelerini algılama becerisi gelişmemiş çocuklara yönelik gerçekleştirilmiş olan her türlü cinsel davranış” ve “Öteki çocuklara yönelik sadece cebir, hile, tehdit ya da iradeye etki eden başka bir sebebe bağlı olarak gerçekleştirilmiş olan cinsel davranışlar” şeklinde ifade etmiştir. Bununla beraber, rakamsal veriler göz önüne alındığı zaman erkeklerde 18’ine kadar olan çocukların % 8-10’unun, kızlarsa % 12-25’inin cinsel istismara uğradığı bilinmektedir. Lakin cinsel istismar ve cinsel oyun kavramları birbirinden ayırt edilmelidir. Aynı gelişimsel seviyedeki çocukların birbirlerine özel bölgelerini göstermesi ya da dokundurması, penetrasyon olmadığı sürece normal kabul edilebilir. Bununla beraber emsal göstermek gerekirse, 6 yaşında bir çocukla 3 yaşındaki bir çocuğun oralgenital bir ilişkisi gözlemlendiği zaman normal dışı bir boyut halini almaktadır. Diğer yandan her cinsel istismar temasla gerçekleşmeyebilir. Röntgencilik, teşhircilik ve çocuğu pornografide kullanmak cinsel istismar çeşitlerindedir (Kara ve ark. 2004).

En çok zarara maruz kalan çocuklar; 6 ila 11 yaşlarındaki çocuklardır. Sonrasında sırada 0 ila 5 yaşlarındaki, son olarak da 12 ila 15 yaşlarındaki çocuklar bulunmaktadır. Yaşça küçük olan çocuklar en çok anal ve oral taciz ile karşı karşıya kalmaktadır. Cinsel taciz ölüm ile son bulabilir. Kızlarda erkek çocuklara göre 5 misli cinsel istismar maruz kalma durumu görülmektedir ve tacizcilerin geneli erkektir (Taneli, 1999).

Cinsel istismara uğrayan çocuklarda rahatsız ve tekrar edici fikirler, olay ile alakalı kâbus görme, uyumakta zorluk çekme, konsantre zorluğu çekme,

ilköğretimden sonraki ve ergen bireylerin o anı yaşıyorlarmış gibi hisleri, olay anını anımsatan objelere yönelik aşırı endişe, korku reaksiyonu, olay anını hatırlatan konuşma ve mekanlardan, kişi ve görüntülerden ve kaçınma görülme ihtimali olan davranış biçimleridir. Aynı zamanda yaşamış oldukları cinsel istismara tekrar uğrama ve yinelenmesi korkusu, cinsel kimlik ve fonksiyonel bozuklukları görülmekle beraber aksine cinsel fiilde bulunma, sık mastürbasyon yapma, yaşına uymayan cinsel tavırlar, cinsel içerikli oyunlara yönelme, yetişkinleri ayartan tavırlar sergileme şeklindeki tutumlar da geliştirebilmektedirler (Polat,2000).

2.1.3.3 Fiziksel İstismar

Çocuklarda en çok karşılaşılan travma türlerinden biri olan fiziksel istismar ayrıca tespit edilmesi en kolay istismar cinsidir. Fiziksel istismar içerisinde tekme ve tokat atmak, yumruklamak, iteklemek, boğazını sıkmak, hırpalamak, yaralamak, saçını ve kulağını çekmek, sakatlamak şeklindeki hareketler bulunmaktadır. Direkt vücuda karşı bir hareket olmadan kişiyi sağlıksız şartlarda kalmaya mecbur kılmak, sağlık olanaklarından faydalanmasını engellemek de bu istismar türlerindedir (Deniz, 2012).

Çocuğun kaza dışında yaralanması ya da anne ve babaları tarafından yeterince özen gösterilmemesine ilişkin gelişen kazaları içerir. Kaza harici travmalar genellikle çocuğun ebeveynleri tarafından cezalandırma maksatlı olmakla birlikte ebeveynlerin kişisel kontrolü yitirmesi neticesinde meydana gelmektedir. Genelde dövme şekli ile karşımıza çıkar ve tıbbi başvuru biçimi anne-baba tarafından vaziyet gizlenir. Morarmalar yüzdeler bölümünün büyük bir kısmını oluşturur iken bununla beraber yanıklar, zehirlenmeler, kesici travmalar görülmektedir (Kara ve ark., 2004).

Fiziksel istismar, yaralanma yaşayan bütün çocuklarda akıllara gelmelidir. Yaşa uymayan, kendiliğinden olma ihtimali az olan zararlarda bu tür istismarlardan kuşkulananmak gerekmektedir (Tıraşçı ve Gören, 2007).

Fiziksel istismara uğrayan çocukların neredeyse yarısı 7 yaşını doldurmamıştır. 10 ila 15 yaş dilimindeki çocukların hemen hemen her beşinden birinde fiziksel istismar neticesinde morluklar ve kırıklar gözlenmiştir. Genelde erkek

çocuklarda 4 ila 8 yaşlarında, kız çocuklarındaysa 12 ila 15 yaşlarında bu istismar çeşidinde artış görülmektedir (Sayar ve Bağlan, 2010).

Fiziksel istismarı Topbaş (2004) aşamasına göre 2 biçimde ifade etmiştir. İlki orta seviyede fiziksel istismar şeklinde kabul edilmektedir. Burada çocuğun ağzına acı sürmek, onu sarsmak, onun saçını ve kulağını çekmek, çocuğun herhangi bir yerine hafif bir şiddetle ya da parmak ile vurma şeklindeki cezalandırmalar mevzubahistir. İkincisi ise şiddetli fiziksel istismar olarak kabul edilir. Bu seviyede ise çocuğa elle ya da ayakla şiddetli bir şekilde vurmak, yakmak ve boğmak gibi cezalandırmalar mevzubahistir (Runyan, Corrine, Ikeda, 2002'den akt. Topbaş, 2004).

Çocukların, ebeveynlerinin birbirine karşı fiziksel istismarda bulunmalarına tanık olmaları, kendileri istismara uğramamış olsa da ruhsal problemler yaşamalarına neden olmaktadır. Şiddete tanıklık eden ve ebeveynlerinin şiddetine uğrayan çocuklarda, bunlardan birine maruz kalan çocuklardan daha çok problemlerle karşılaşmaktadır (Şendil ve Kızıldağ, 2005).

Fiziksel istismarın yinelenme ihtimali %50, ölüm ile neticelenme ihtimali ise %10'dur (Şahin, 2012; Şenkal, 2013).

2.1.3.4 Duygusal İstismar

Duygusal istismar, istismar çeşitleri içinde, yapılan eylemler ve neticeleri açısından görülüp ölçülebilmesi daha zor olan bir türdür. UNICEF'e göre, çocukların on altı istek, nitelik ve kapasitelerinin devamlı olarak kötülenmeleri, toplumsal bağlardan mahrum bırakılması, çocuğun devamlı bir şekilde insanüstü güçler ile sosyal yönden ağır hasarlar vermek veya terk etmekle tehdit etmek, çocuklardan yaşlarına veya güçlerine uymayan isteklerde bulunmak ve çocukların topluma ters gelen çocuk bakımı ve yöntemleriyle yetiştirilmeleri duygusal istismardır (Taner ve Gökler, 2004).

Duygusal istismarın tanımı, çocuğun duygusal, sosyal ve karakter gelişimine mani olabilecek bütün davranışları barındırmaktadır. Bu durumlara aile arasında kişisel boyutta (aşağılanma, reddedilme, eleştirilme, korkutulma) karşılaşmakla birlikte sosyal ve kültürel boyutlarda da karşılaşmak muhtemeldir. Hart ve Brassard konu ile alakalı yapmış oldukları araştırmalarda, direkt ve şiddet içeren duygusal istismarların, çocuklardaki pek çok psikolojik sorunları ve

öğrenme zorlukları ile (yalan söyleme, düşük benlik, hırsızlık, bağımlılıklar, depresyon, başarısız olma, agresif tavırlar gibi) yakın ilişkisi olduğunun önemini belirtmişlerdir (Kara ve ark., 2004).

Duygusal istismara uğrayan çocuklarda içe atım ve dışavurum problemleri, sosyal bağlarda bozukluklar, özgüvende azalmalar, öz kıyım eğilimi, çocukluk dönemi mastürbasyonu ve bunlar gibi daha birçok psikolojik bozukluklar görülebilir. Bu istismar türü, karakter bozukluğu açısından da tehlike oluşturabilir (Taner ve Gökler, 2004).

2.1.3.5 İhmal

Çocuk istismarının başka bir türü de ihmaldir. Çocuğun barınma, korunma, giyim ve beslenme gibi ana gereksinimlerin bakımını yüklenen kişilerin ya da eğitim, sağlık, toplumsal yardım ve emniyet gibi kurumlarını bünyesinde barındıran devletin bunları karşılamaması durumudur. Ağır seviyede ihmal ölüm ile neticelenebilmektedir (Polat, 2001).

İhmali ve istismarları birbirlerinden farklı kılan nokta ihmalin pasif, istismarınsa aktif bir durum olması durumudur. Duygusal ihmal, çocukların üst seviyede gelişimlerini sağlayabilecek duygusal paylaşımlarının olmayışıdır. Çocukların sağlıklı bir şekilde gelişmelerine negatif açıdan etki edecek biçimde çocukları sağlık bakımlarından mahrum bırakma, bakımları geciktirme veya görüşleri önemsememe tıbbi ihmal, çocukların beceri ve yeteneklerine uygun eğitimlerden faydalanamamaları veya desteklenmemeleri eğitim ihmali, kurumların mesul olduğu yerlerde ilgisiz kalmaları neticesi oluşabilen vaziyetler sosyal ihmal şeklinde ifade edilmektedir. İhmal, bilhassa büyümede sorun yaşayan, psiko-sosyal uyum zorluğu görülen, eğitim gereksinimleri karşılanmayan çocuklarda düşünülmelidir (Kara ve ark., 2004).

Ufak çocuklar için bakımını üstlenen kişiye ulaşamamaları aşırı travmatik bir tecrübedir. Tek başına bırakılmak ya da yanında duran anne-babaya ulaşamaması küçük çocuklarda terkedilme korkusuna, aşırı stres ve çaresizliğe yol açar. Sonuç olarak ihmaller, tek başına travmatik bir olay gibi görünmüyorsa da çocukların o durumları tecrübe etme biçimi travmatik olabilmektedir (Milot ve ark, 2010b).

2.2 Benlik Saygısı

2.2.1 Benlik kavramı

Benlik kavramı, kişinin hem fiziksel hem de zihinsel açıdan taşımış olduğu bütün niteliklerinin kendinde bulunuş seviyesine göre değerlendirmesi şeklinde ifade edilebilmektedir (Kuzgun Meyvacioğlu, 1983). Benlik kavramında benlik kuramı davranışın başlıca saptayıcılarından biridir. Bu kuram Carl Rogers tarafından geliştirilmiştir. Bu yaklaşıma göre kişiler, bu kavrama uyacak şekilde yaşantılarına devam etmektedirler. İnsanlar kendilerini tanıdığı yani belli bir zihinsel seviyeye ulaştığı andan başlayarak dış ortamla etkileşim halinde olmaya devam etmekte ve birey bu ortamı kendi benlik kavramına göre bağdaştırarak algılamaktadır. Şayet kendi benlik kavramına uygun olmayan bir durum mevzubahis ise bunu ayak uyduracak duruma getirecektir. Benlik kavramı insan bilimcilerin kişileri anlamasında ve tanımasında daima önemli bir rol oynamıştır. Kaynaklarda bu konu ile ilgili olarak pek çok tanım ve kavramla alakalı olarak açıklamalar bulunmaktadır.

İnsan karakterinin değişik bir yanı olan benlik, farklı biçimlerde tanımlanmakla beraber bireyin tecrübeleri neticesinde pozitif ya da negatif olarak belirmektedir. Bireyler hem kendilerini hem de başka bireyleri benlik algılarına göre algıladığı için ve buna göre tutum geliştirdiği için benlik sayesinde bireyler, birbirleri için toplumda farklı bireyler halini almaktadırlar (Onur, 1995).

2.2.2 Benlik Saygısının Tanımı

Benlik saygısı, bireyin kendini tüm özellikleri ile olduğu gibi hissetmesi, kendisine karşı bir güven hissinin olması, kendini herkes kadar kıymetli ve sevmeye layık hissetmesini sağlayan olumlu ruh hali şeklinde tanımlanabilmektedir. Benlik saygısını oluşturan başlıca öge benlik kavramını benimsemektir. Birey kendisini değerlendirdikten sonra bir beğeni hali oluşur ve bu durum bireyin benlik kavramını tasdik etmesinden ileri gelmektedir. Pek çok kuramcı bireylerin özsaygılarını nasıl geliştirebileceklerine ilişkin açıklamalarda bulunmuştur. Lewin benlik saygısını ifade ederken yaşamı bir tiyatroya benzetmiştir. Hayatın bir oyun olduğunu belirtmiştir ve kişilerin bu oynadıkları oyundan almış oldukları hazzı benlik saygısı şeklinde tanımlamıştır.

Cooley ve Mead'e göre benlik saygısı, ilişkili olduğu en büyük etken, kişinin kendinden daha yukarda gördüğü bireylerden almış olduğu onaylardır. May ise öz saygının kişinin kendi benliğini kabul etme cesaretine bağlı olduğunu ifade etmiştir. Rogers'ın perspektifine göre bireyin içindeki gerçek kendiliğe varabilmesi için benlik saygısının yüksek olması gerekir (Temel ve Aksoy, 2001).

Rosenberg (1965) benlik saygısını, kişinin kendi benliğine yönelik geliştirmiş olduğu pozitif veya negatif yargılamaların tümünü kapsadığını belirtmiştir. Şayet birey kendini olumlu yönde değerlendirdiği takdirde benlik saygısı artmaktadır, olumsuz yönde değerlendirir ise özsaygısı düşmektedir. Stanley Coopersmith (1967), Rosenberg ile benlik saygısı adına çalışmalar sürdürmüştür. Coopersmith ve Rosenberg, değerliliği ve sosyal öğrenmeyi temel kavramları şeklinde tayin etmişlerdir. Coopersmith benlik saygısını anlatır iken başka yapılacak olan çalışmalara da model olmasını istemiştir. Belli başlı kurallar veya kıyaslamalar yapmak yerine benlik saygısının nasıl öğrenildiğini, neyden beslendiğini ve değişim için yapılması gerekenleri çözmek adına araştırmalar üzerine yoğunlaşmıştır. Bununla beraber özsaygının yüksek, orta, düşük ve tutarsız şeklinde 4 farklı türde ele almış ve bunların neticesinde özsaygının kaynaklarına ulaşmayı başarmıştır. Bunlar; değer, erdem yetkinlik ve güçtür (Mruk, 2006).

Çuhadaroğlu'na (1986) göreyse bireyin benlik saygısını oluşturması için önce kendini tanıması gerekir. Kişinin kendisini gerçekçi bir bakış açısı ile değerlendirmesi ve kendisini olduğu şekilde kabul etmesi durumunda benlik saygısı oluşabilecektir. Aynı zamanda Çuhadaroğlu benlik saygısını, bireyin kendine karşı duymuş olduğu saygı, sevgi, özgüven ve memnuniyet şeklinde özetlemiştir. Sacks'ın benlik saygısı tanımına göre özsaygı, kişinin küçük yaştan başlamak üzere temel ihtiyaçları, bilfiil dengeli bir şekilde sevgi, duygudaşlık ve ilgiyle bağlantılı olarak meydana gelmektedir. Yaşam deneyimleri neticesinde şekillenen benlik saygısı hem iç hem de dış uyaranların etkisi ile ruh-beden yapısında farklılıklara sebep olurken çevre ile olan ilişkilere de rehberlik etmektedir (Altıok, 2010).

Yörükoğlu (1994) benlik saygısını ifade ederken sosyal, duygusal ve bilişsel olmak üzere ayırmıştır. Dolaylı olarak da fiziksel öğelerden oluştuğunu

belirtmiştir. Bireyin kendisini saygı görmesi gereken bir kişi şeklinde ifade etmesi, becerilerini herkese gösterebilmesi, başkaları tarafından sevilmesi, takdir görmesi veya beğenilmesi benlik saygısının oluşumunda en etkili etmenlerdir. Kasatura'ya (1998) göre özsaygımızda belirleyici ilke alt kimliklerimizi ne şekilde idrak ettiğimizdir. Örneğin, “kendimizi iyi bir araştırmacı ya da kötü bir futbolcu, ilgisiz bir arkadaş ya da başarısız bir öğrenci olarak görebiliriz” demektedir. Kişi kendisini çeşitli kişiler ile karşılaştırmaktadır. Araştırmacıya göre bu kıyaslamalar benlik saygısının oluşup oluşmamasında en önemli faktörlerdir. Birey kendisi ile ilgili bir özelliğinin önemli olduğunu düşünüyor ise benlik saygısı artacaktır. Şayet birey birçok özelliği olduğu halde olumsuz yönlerini ön planda tutuyor ise benlik saygısının azalacağı bilinmelidir (Aktaş, 2011).

Sullivan'a göreyse kişilerarası bağ özsaygının belirleyici ilkesidir. Birey etrafındaki insanların onun hakkında nasıl düşündüğünü önemser. Etrafındaki insanların negatif düşünceler beslememesi için kişi önce kendini yargılamakta, sonrasında ise özsaygısını yitirmemek için uğraşmaktadır. Bu şekilde gerek korkularından gerekse kaygılarından arınmış olacaktır (Geçtan, 1997).

Kendilik psikolojisinin geliştiricisi Kohut'a göre özsaygıda görülen artış ya da azalma hali, benlikte değişikliklere neden olmaktadır. Özsaygıda azalma sonucunda bireyde kaygı ortaya çıkmaktadır. Kohut, güçlü bir benliğin, yaşamımızda deneyimlediğimiz her pozitif ya da negatif durumlara karşı koyabilen bir güç olduğunu ifade etmiştir (Özen, 2014).

Ericson'a (1984) göre benlik saygısının temeli gelişim aşamalarından meydana gelmektedir. Birinci aşamada güven hissi, devamlılık hissi ve aynılık ile özsaygının temeli atılır. İkinci aşamadaysa çocuğun kaslarını kullanabilme gücünün (kakasını yapabilme) gelişmesinden sonra ailesinin onu yücelterek takdir etmesinin benlik saygısının gelişiminde önemli yeri bulunmaktadır. Bu sayede çocuğun toplumda yer edinme duygusunun oluşması ve bunun vermiş olduğu hazla benlik saygısının artması doğru orantılıdır (Aslan ve Yılmaz, 2016).

Açıklamalardan anlaşıldığı üzere, kişinin kendini sevmeye layık biri olarak görmesi, tüm niteliklerini olduğu gibi kabul etmesi, kendinden hoşnut olmasına benlik saygısı denir. Yapılan araştırmalar neticesinde benlik saygısı, bazı

yerlerde bir ihtiyaç olarak görünmüş, bazı yerlerde başarının temel ilkesi olarak belirtilmiş, kimi yerlerdeyse ruh sağlığı hususunda önemli bir yer olarak görülmüş ve 4 temel öge üzerinde toplanmıştır. Bunlar sırası ile temel kabullenilme, duruma bağlı kabullenilme, gerçek ve ideal benlik arasında uyum ve kişinin başkalarına göre kendini değerlendirmesi halidir.

2.2.3 Benlik Saygısının Önemi ve Gelişimi

Benlik saygısının ne olduğu, ne şekilde ölçüldüğü, nasıl geliştiği, yüksek ya da düşük özsaygısı olan kişilerin yaşamlarının nasıl biçimlendiği gibi bilgiler senelerdir araştırmacılar tarafından her noktası incelenmiştir. Bu neticeler ele alınarak geniş çerçeveden bakıldığı zaman bireyin ruhsal dengesinin iyileşmesini, sosyal ortamlardaki başarıyı ve duygusal açıdan gelişimi sağladığı, bununla beraber bedensel olarak sağlık ve gelişimde büyük bir rol oynadığı görülmektedir (Plummer, 2011).

Coopersmith'a (1967) göre benlik saygısı insan yaşamının her alanını etkilemektedir. Mesela, sağlıklı bir kişide özsaygısı, onun sosyal hayatında yaşama ayak uydurmasında önemli bir yer tutmaktadır. Bu sayede toplumun bir parçası olarak yer aldığı alanlarda üretmek veya yön vermek gibi görevleri üstlenebilecektir. Bunun neticesinde kişide bir bireysel başarı duygusu oluşacak ve mutlu olacaktır. Toplumun geneline bakıldığı zaman benlik saygısı yüksek olan kişilerin daha olumlu ve özgüvenli olduğu dikkat çekmektedir (Aslan ve Yılmaz, 2016).

Geçtan'ın (1997) perspektifine göre, kişilerin kendileri ile yüzleşebilmesi için cesaretli ve güçlü olmaları gerekmektedir. Kusurlu ya da kötü olarak görmüş olduğumuz bir yönümüzü yok edebilmemiz için bununla yüzleşmemiz ve düzeltmek adına elimizden ne geliyorsa yapmamız gerekir. Şayet bu şekilde kendi kusurlarımızı ve kötü yönlerimizi hoş görmeyi veya değiştirmeyi başarabilirsek çevremizdeki diğer bireylerin de kötü yönlerini görmezden gelmemiz mümkün olacaktır. Kendini sevmeyen bir kişinin dış dünyadaki hiçbir canlıyı sevmeyeceği de bilinmelidir. İnsanlar kendilerine değer verildiği duygusunu karşısındaki bireye ya da bireylere yönelik tavrından değerlendirebilir. Karşımızdaki kişiyi kendimizden küçük görüp onu aşağılamamız demek kendimize yönelik yapmış olduğumuz en büyük hatalardan

biridir demek. Horney ise bireyin özsaygısının olumsuz olduğu zaman neler olabileceğini incelemiştir. Şayet bir bireyin benlik saygısı zayıflar ise birey topluma karşı yabancılaşacaktır ve yaşantısına yön veremeyecek hale gelebilir. Bunun neticesinde birey olduğu kişi yerine, değişerek başka biri halini alacak ve idealin o olduğuna karar verecektir. Böylece hem kendisi ile hem de çevresi ile sorunlar yaşayacaktır (Tatlılıoğlu, 2014). Sonuç olarak, bireyin kendisini gerçekçi bir bakış açısı ile değerlendirmesi, kendini tanıması ve en önemlisi kendine saygı duyması bireyin ruhsal olarak pozitif etkilenmesini sağlamaktadır. Kısacası sağlıklı bir kişinin, sağlıklı bir karakter sahibi olmasında belirleyici ilke kişinin kendini değerlendirebilecek bir benlik yapısına ihtiyaç duymasıdır. İnsan için temel ihtiyaçlardan biri olan benlik saygısının, bireyin duygularını, düşüncelerini, davranışlarını ve algılarını etkilediği bilinmektedir. Buna bağlı olarak hayatımızdaki birçok olaya etki etmekte ve insan gelişiminin her alanında önem taşıdığı görülmektedir.

2.2.4 Benlik Saygısı Tipleri

Benlik saygısı, özel ve genel olmak üzere 2 kategoride incelenmektedir. Özel benlik saygısı, kişinin dış görünümünü, atletik becerilerini ya da akademik uzmanlıkları gibi belli bir alanı değerlendirilmesinin dışa aktarımıdır (Neiss ve diğ., 2002). Genel benlik saygısı ise kişinin özünü bütün şeklinde kabul edip değerlendirilmesinin dışa aktarımıdır. Özel benlik saygısında bulunan düşünce türlerinin toplamının, genel benlik saygısının tümü şeklinde yansıtmak doğru değildir. Bireyin akademik uzmanlıklarının ya da sosyal ortamlardaki becerilerinin özsaygıya nasıl etki ettiği bu alanlara verdiği öneme bağlı olarak farklılık göstermektedir (Burger, 2006). Genel benlik saygısı, doğasında duygusal ve ruhsal olarak iyilik ile ilişkili olmasına karşın özel benlik saygısı daha kognitif ve davranışsal olduğu için genel benlik saygısına göre daha etkili olduğu belirtilmektedir (Pullmann ve Allik, 2008). Bununla beraber özel benlik saygısının alt alanları; sosyal, görev ve akademik benlik saygısı olmak üzere 3 alt gruba ayrılmıştır.

Bireyin öz saygısı, kendisi hakkında yapmış olduğu mantıklı duygu ve düşünce açısından değerlendirmelerin bütünü şeklinde ifade edilebilir, bu ifadeye de açık benlik saygısı denir. Aynı zamanda yapılan son araştırmalar, örtük benlik saygısının da üzerinde durmaktadır. Örtük benlik saygısı, bireyin veya

çevresinde onunla alakalı olan nesnelere bilinçaltında değerlendirmesi anlamını taşımaktadır (Gözaydın, 2017). Freud seneler öncesinde bilinçaltının ne kadar etkili olduğunu ifade etmiş ve bilinçaltının insanın düşünce yapısında ne kadar önemli bir yeri olduğunu vurgulamıştır. Buna bağlı olarak bilinçaltı adına yapılan çalışmaların, örtük benlik saygısı alanında da önemli bir yeri olduğu görülmüştür (Gailliot ve Schmeichel, 2006).

Pelham ve arkadaşları (2005) tarafından örtük benlik saygısı ve açık benlik saygısı arasındaki ilişkinin zayıf olduğuna ilişkin bir bilgi ileri sürülmüştür. Bu bilgiye göre, birçok kişinin kendi benliklerinde otomatik olarak, bilinçdışı çağrışımlara yol açmaktadır (Tunç, 2011). Yüksek seviyede örtük olan kişilerin, özsaygısı yüksek seviyede açık olan bireylere oranla dış dünyaya karşı daha savunmacı olduğu görülmüştür. Düşük seviyede açık olan kişilerin, yüksek seviyede örtük bireylere karşı tutumunun ise daha anlayışlı ve esnek olması olasıdır (Doğan, 2014).

2.2.5 Benlik Saygısının Düzeyleri

Yukarıda ifade edilen birçok durumda benlik saygısı özellik şeklinde tanımlanmıştı fakat özsaygıyı durum şeklinde ifade etmek mümkündür (Mruk, 2006). Özsaygının bireydeki kendini kabullenmesi, yaptığı işlerde kendini takdir etmesi gibi davranışlar özellik olarak ifade edilmekteydi. Benlik saygısına durumsal olarak bakıldığı zaman ise kişilerin başkaları tarafından kabul edilmesi ve yaptığı işlerde yine onlar tarafından takdir görmesi şeklinde ifade edilmektedir. Buna bağlı olarak durumsal benlik saygısı, hem dış dünya açısından hem de akademik yönden daha duyarlıdır (Tunç, 2011).

Rosenberg (1965) ise benlik saygısını pozitif ya da negatif tavır olarak incelemiştir. Kişi kendisini değerlendirir iken pozitif bir tavır sergiliyorsa ise benlik saygısı yüksek, kendini negatif açıdan değerlendiriyorsa benlik saygısı düşük demektir. Şayet bir birey kendisini saygın biri olarak görüyor ve toplum içinde değerli bir rol taşıdığını düşünüyorsa o kişinin benlik saygısı yüksek demektir. Tersine birey kendini toplumdaki soyutlar ve kendini negatif olarak değerlendirir ise bu da düşük benlik saygısına sahip olduğu anlamını taşımaktadır (Fennell, 1997).

Sonuç olarak özsaygı insan yaşamında yer alır iken bir kereye mahsus olmamakla beraber değişim gösterebilen, farklı açılardan biçimlendirilebilen bir kavramdır. Birçok etmen benlik saygısına etki etmekte ve özsaygı seviyesinde değişmelere neden olabilmektedir (Tekin, 2017).

2.2.6 Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

Öz saygının temelinde 2 tip öngörü bulunur. Bunlardan ilki öz saygının değişkenlik gösterebilmesidir. İkincisi ise öz saygının kalıtsal olmasıdır (Campbell ve Foster, 2006). Kişinin kendisine karşı nasıl bir tavır gösterdiğini sergileyen özsaygı, doğumdan başlar ve çevresel etmenler ile değişiklik gösterir. Benlik saygısına etki eden bu değişimler aşağıdaki gibi de sıralanabilir (Tekin, 2017):

Ailenin desteği: Benlik saygısının en büyük gelişim kaynağı ebeveynidir. Özsaygının gelişimi ailede başlamaktadır. Aile üyeleri gelişme çağında olan çocuğa ne kadar destek olursa, onun yapmış olduğu yanlışı kendilerini memnun etmek yerine çocuğun gelişimi adına doğru olup olmadığı göz önünde bulundurursa çocuk dış dünyaya oranla daha uyumlu biri halini alır (Doğan, 2014).

Ailedeki Doğum Sırası: Ailede ilk dünyaya gelen çocukta özsaygı gelişimi bir noktaya kadar pozitif yönde etkilidir. Buna benzer bir şekilde ailenin tek çocuğu olan bireylerde de özsaygı gelişimi olumlu yöndedir. Toplumda gerek ilk çocuk gerekse tek çocuk olsun daha ilgili büyütülmüşlerdir. Aile onlara yönelik daha çok ilgi göstererek daha çok iletişim içindedirler. Fakat benlik saygısında iletişim ve ilginin niteliğinin niceliğinden daha önemli olduğu bilinmelidir (Ekşi, 2016).

Ailenin Beklentileri ve Tutumu: Ailenin çocuğunu her açıdan ayrıntılı bir biçimde değerlendirmesi gerekir. Şöyle ki, çocuk adına bir beklentiye girerken onun çizgilerini, yeteneklerini ve kabiliyetlerini göz ardı etmemesi gerekmektedir. Bu noktalara dikkat edildiği takdirde çocuğun hem aileye hem de benlik saygısının gelişimine pozitif etkisi görülecektir (Mruk, 2006).

Ailenin Çocuğu Yetiştirme Tarzı: Ailenin başlıca ilkesi çocuğuna karşı saygı göstermesidir. Bu tavır çocuğun aslında bir insan olduğunun belirtisidir. Aile hem çok otoriter hem de çok hoşgörülü olmamalıdır. Anne ve babalar, çocuğa

karşı daha nesnel ve onların gözünde güvenilir bir şahsiyete bürünürlerse, çocuğun benlik saygısının pozitif açıdan artacağı görülebilir (Özkan, 1994).

Ailenin Rol Model Olması: Çocuklar daima en yakınındaki insanlar olan anne ve babayı ilk başta rol model olarak alırlar. Bu durumda ebeveynlerin herhangi bir olay ya da durum anında göstermiş oldukları tutum, davranış ya da bakış açısı sayesinde çocuğa da bir model olmaktadır (Mruk, 2006).

2.2.7 Benlik Saygısı Düşük ya da Yüksek Olan İnsanların Ortak Özellikleri

Bireyin özsaygısı sadece bir netice olarak görülmemelidir. Özsaygı aynı zamanda bireyin en büyük başarı ve başarısızlıklarının da nedenidir (Baumeister ve diğ., 2003). Benlik saygısı çok sayıda psikolojik olgudan etkilenmekle beraber pek çok psikolojik olguya da etki etmektedir (Eryılmaz, 2009). Bireyin benlik saygısı farklı etmenlere göre değişiklik göstermektedir. Bu durum kaynaklarda düşük benlik saygısı ve yüksek benlik saygısı şeklinde ikiye ayrılmıştır.

2.2.7.1 Benlik Saygısı Düşük Olan İnsanların Ortak Özellikleri

Düşük benlik saygısına sahip olan kişiler kendilerine değer vermemekle beraber toplumda kendilerine yer bulmakta da bir hayli güçlük çekmektedirler. Bu bireyler ayrıca kendilerinin daima negatif yönlerini görmekte ve kendilerini sürekli eleştirmektedirler. Bu sebeple, kişiliklerine de güvenleri yoktur.

Kişilerin başarmayı arzuladıkları konu ile başarmak adına yapmış oldukları arasındaki farkın nasıl algılandığı ve yorumlandığı, bu konu hakkındaki düşünceleri, kişinin benlik saygısının boyutunu ifade etmektedir. Kişiler kendi benlikleriyle ideal benliklerini devamlı bir kıyaslama eğilimi gösterirler. Bu benliklerin arasında bulunan farklar ne kadarsa benlik saygısı da bir o kadar düşüktür (Kulaksızoğlu, 2010). Benlik saygısı düşük bireyler, başka kişilerin kendileri hakkındaki konuşmalarını ve fikirlerini, kendi düşüncelerinden daha çok önemserler ve kendilerini devamlı olarak olumsuz bir gözle değerlendirirler (Kımtır, 2012). Campbell ve Fairey'e göre özsaygısı düşük olan kişiler kendi yetilerini zorlamamakla beraber kendi göstermiş oldukları başarılarının çok altında beklentiye girerler. Bu bireylerde beklenti ve başarı hedefi bir hayli düşüktür (Kımtır, 2012).

Rosenberg'in perspektifine göre benlik saygısı gelişmemiş bireyler, sosyal ortamlara uyum sağlayamazlar. Çevresi ile olan ilişkilerinde sorunlar ile karşı karşıya kalırlar. Özellikle bu bireyler sosyal ortamlarda konuşulan konuları ve tartışmaları kendi üzerlerine alınabilirler. Açıklandığı üzere bu bireyler bütünüyle eleştiriye kapalıdır ve bu vaziyet sosyal fobiye de kapı aralamaktadır (Eriş, 2013).

İnsanın özsaygı düşüklüğü pek çok alanda yaşantısına etki etmektedir Düşük benlik saygısına sahip bireylerde görülecek sorunlardan bazıları şu biçimde sıralanabilir:

- Zihinsel sorunlar,
- Yeme bozukluğu,
- Depresyon,
- Kaygı,
- Yalnızlık,
- Sosyal fobi,
- Dış dünyaya güvenmeme sorunu,
- Motivasyonda eksiklikler,
- Alkol ve sigara bağımlılığı,

2.2.7.2 Benlik Saygısı Yüksek Olan İnsanların Ortak Özellikleri

Yüksek benlik saygısı olan bireyler kendilerine tam anlamıyla güvenen, kendini olduğu gibi kabullenen ve kendilerine değer veren kişilerdir. Kişinin kendini düzgün bir biçimde çarpıtmadan algılaması sayesinde kendine saygısı artış göstermektedir. Bu sayede kişi kendi potansiyelinin ayırına varmaktadır ve ayrıca çevresi ile güçlü bağlar kurabilmektedir. Etkili bir benlik saygısına sahip olan bir kişi problemlere karşı çözümlmeyi başarılı bir biçimde gerçekleştirebilir. Bununla birlikte kendi duygu ve düşüncelerini de etrafındaki insanlara kabul ettirebilmektedir.

Benlik saygısı ve duygusal olgunluğun etkileşiminin araştırıldığı bir üniversitede, benlik saygısı yüksek kişilerin düşük olanlara göre daha çok mutlu oldukları, kendilerini daha pozitif bir biçimde kontrol ettikleri ve öz saygılarının

yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bütün bunların neticesinde benlik saygısı yüksek kişilerin ayrıca duygusal olgunluğun da yüksek olduğu ifade edilebilir (Kımtır, 2012).

Özsaygısı yüksek insanlar yüksek oranla hoşgörülü oldukları için eleştirel bir konuşmadan kaçınmamaktadırlar. Bu bireylerin eleştirileri sinirlenmeden dinleyebildikleri görülmektedir. Kendi benliklerine yönelik güvenleri çok yüksek olduğu için, onlara başka insanlar tarafından verilebilecek her güç görevi başarabileceklerine dair güvenleri tamdır. Bu bireylerde depresyon ya da duygusal sorunlara daha az rastlanmaktadır (Uyanık, 2000). Yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerde var olan diğer niteliklerden bazıları aşağıdaki gibi sıralanabilir:

- Motivasyonları artar (Çetinkaya ve Başbakkal, 2005),
- Gerçeğe yönelik hedefler belirlerler ve uygularlar (Tunç, 2011),
- Hayat kaliteleri artar (Çetinkaya ve Başbakkal, 2005),
- İyimserlik düzeyleri yükselir (Neff ve Vonk, 2009),
- Yeni düşüncelere açık, ilişkilerde başarılı olurlar (Tunç, 2011),
- Toplumda aktif olarak yer alırlar (Tunç, 2011),
- Travma ve stres ile başa edebilirler (Trzesniewski ve diğ., 2003; Bardel ve diğ., 2010),
- Başarıya gidecek bir yolda risk alabilirler (Tunç, 2011),
- Hatalarını kabul ederler ve düzeltmeyi hedeflerler (Tunç, 2011).

Yüksek benlik saygısının kişinin kabiliyetleri ve özellikleri ile olan ilişkisinin kaynaklarda çok büyük bir yeri olmuştur. Bunun en büyük nedeni bu konu hakkında birçok araştırmanın yapılmış olmasıdır. Fakat kaynaklara bakıldığı zaman yapılan tüm araştırmalar olumlu neticelenmemiş ve karma bir yapı ile sonuçların elde edildiği bilinmektedir (Tekin, 2017).

Kernis ve çalışma arkadaşlarının (1989) yapmış olduğu araştırmada, benlik saygısı yüksek fakat kararlı olmayan bireylerin yüksek seviyede öfke ve düşmanlık beslemeye yönelik davranışları gözlemlenmiştir. Bununla ilişkili olarak yüksek benlik saygısı iki değişik ayrışık yapıda hem şiddet barındıran

hem de barındırmayan davranışlar ile ilişkili olduğu görülmüştür. Yüksek ve dengeli bir benlik saygısına sahip bireyler durumlara ya da olaylara karşı meydana gelebilecek olumsuzluklardan etkilenmez. Fakat bunun aksine bir özsaygıya sahip olan kişi küçük bir olumsuz durum veya olay karşısında kolayca kırılabilirler. Bu durumda bireylerde tehditlere karşı bir duyarlılık oluşur ve bu duyarlılık da düşmanlığa neden olabilmektedir (Gözaydın, 2017).

Psikoloji dalında eskilerden beri yapılan araştırmalar neticesinde belirli bir fikir birliği sağlanmış bulunmaktadır. Buna göre, düşük özsaygıya sahip olan kişiler kendilerini aşağıda görmektedirler. Fakat kendilerinden daha da aşağıda gördükleri insanlara zarar verme eğilimini gösterirler (Doğan, 2014). Zamanında birçok araştırmacı çalışmalarında bu yargıya önem vermişlerdir. Fakat yapılan son araştırmalar bu fikre tezat oluşturabilecek özelliktedir. Bushman ve arkadaşları (2009) benlik saygısı düşük olan bireylerin saldırgan olmadıklarını; tersine benlik saygısı yüksek olan narsistlerin, çevredekilere karşı hep bir üstünlük taslama gayretinde olduğu ileri sürmüşlerdir.

Araştırmacılara göre benlik saygısı yüksek olan bireyler herhangi bir istekleri karşılanmadığında zarar vermeyi düşünmektedirler. Ostrowsky'nin (2010) yapmış olduğu bir araştırmada düşük benlik saygısına sahip olan bireyler girişkenlik gerektiren durumlarda ve risk alması gereken konularda herhangi bir saldırganlık tepkisi göstermediği neticesine varmıştır (Doğan, 2014).

2.3 Beden İmajı

Beden algısı kavramını açıklamak güçtür ve yaygın bir tanımlaması yoktur (Varlık, 2006). Beden imajını, bireyin bedeninin başka insanların nasıl gördükleri hakkında bireyin düşünceleri veya kendi vücuduna karşı duygu ve tutumları şeklinde tanımlamak mümkündür (Grogan, 2005). Beden imajının çok boyutlu bileşenleri bulunmaktadır. Örnek vermek gerekirse kişinin kendisi ile alakalı algıları, hisleri, tavırları, bireyin bedeni ve görünüşü ile alakalı davranışları ve bu davranışların bireyin psikolojik, sosyal işleyişine tesirleri gösterilebilir (Cash ve Pruzinsky, 2002). Beden imajı, vücut görünümüyle birlikte, kişinin kendisi ile alakalı olan algısını belirtmektedir. Bu yüzden objektif özelliğinden çok öznel özellik taşımaktadır.

Beden imajı bozukluğu terimini 16. yüzyılda Cerrah Ambroise Pare ileri sürmüştür. Fakat sonrasında bir dönem duraklama yaşanmış ve sonrasında 20. yüzyılda beden imajının incelenmesine ve açıklanmasına dair araştırmalar gerçekleştirilmiştir (Erkal ve Pek, 1993).

Head (1920), her bir kişinin kendisi ile alakalı, kendine has bir model yapılandırılmış olduğunu ve bireylerin kademeli bir şekilde kendi imajlarını çizmiş olduğunu düşünmektedir. Kişinin bu çizmiş olduğu model, onun bedenine dair tüm tavırlarını ve davranışlarını ifade eden bir şema oluşturur. Kişinin rastladığı her yeni durumun değerlendirilmesi bu şemaya göre yapılır ve ona göre kabul edilmekte ya da reddedilmektedir. Kabul edildiği zaman bu yeni durum artık beden imajının bir parçası olabilmektedir (Akt., Potur, 2003).

Kimlik oluşturabilmek için beden imajı büyük bir öneme sahiptir ve en önemli özelliği ise kalıp bir yargısının bulunmamasıdır. Başka bir deyişle beden imajı sürekli değişim yaşayan bir yapıdadır. Yaşa, cinsiyete, kültüre, hayatta yaşanan olaylara, moda ve medyaya göre değişebilmektedir (Hetherington, Parke, Gauvain ve Locke, 2006).

Kuzey Amerika'dan Seymour Fisher, beden algısını araştıran ilk psikologdur. Kendisi konuyla alakalı çalışmalarına 1958 senesinde başlamıştır. Fakat günümüzde deneysel araştırmalar yapılır iken Fisher'ın 1986 yılında yapmış olduğu çalışmalarından faydalandığı görülmektedir. Fisher, insan davranışını kavrayabilmek adına beden algısı ile alakalı bilgilere (bireylerin bedenleri ile ilgili tavırlarına ve duygularına) sahip olması gerektiğini ifade etmektedir (Akt., Blood, 2005).

Beden imajı, kişilerin günlük stres ve tehdit eden olaylara karşı kendilerini savunmalarına katkıda bulunmaktadır. Bu sebeple kişilerin kendilerine olan güvenlerine, yetisine ve sınırlılığına dair algılarına da yardım etmektedir. Richardson Paxton ve Thomson'ın (2009) araştırmalarına sonucuna göre, negatif beden imajını taşıma genç bayanların %70'ine, genç bayların %23'üne etki etmektedir. Kişiler yaşları büyüdükçe, 'genç' olma düşüncesinden uzaklaştıkça beden imajlarında negatife yönelme de görülebilmektedir. Çalışma bulguları genellikle orta yaşlardaki bayanların doğru bir kiloya ulaşmaktan ziyade her zaman daha zayıf bir bedene ulaşmayı istediklerini ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra ailenin vermiş olduğu desteğin, bireysel gelişim

tamamlanması ve özgüvenin etkisiyle kişiler yaşlanmanın neden olduğu dış görünümdeki değişiklikleri kabullendiklerinde, bedenlerinde bir hoşnutsuzluk belirlenmemektedir (McLean, Paxton ve Wertheim, 2011).

Beden imajını meydana getiren 3 temel boyut bulunmaktadır. Bu boyutlar; yatırım, duygulanım ve değerlendirmedir. Yatırım, görünüşün ve bireyin kendilik algısında göze çarpan özelliklerinin bilişsel davranışsal önemini vurgulamaktadır (Sandoval, 2008). Duygulanım, bireyin kendisini değerlendirmedeki duygusal tecrübeleri ve duyguları temsil etmektedir. Değerlendirmeyse, bireyin bedensel özelliklerinin tümü ile alakalı kanaatini ifade etmektedir. Beden imajının tek bir başlık ile ifade edilemeyecek kadar kompleks bir yapısı vardır. Bireyin bedeni ile ilgili özelliklerinin haricinde, beden imajını oluşmasını sağlayan bireylerarası ilişkiler, ailevi ve kültürel etkiler ile tecrübelerin de rol oynadığı dikkat çekmektedir.

Beden imajı, kişinin kendisi ile alakalı fikirlerini içermektedir. Kendi bedeni ile alakalı oluşturmuş olduğu şemanın, hislerin, algıların ve düşüncelerin bu imajın oluşmasında etkin bir yeri bulunmaktadır. Bunlarla beraber vücut ölçüleri ve kilosuna tesir etmek adına yapmış olduğu egzersiz ve diyetler de kişilerin beden algısının ortaya çıkmasına yardımcı olmaktadır (Brytek-Matera, 2010).

Beden imajı ile alakalı yapılan çalışmalarda sosyokültürel çerçeve, oldukça faydalanılan alanlardan biri olmuştur. Kişilerde algılanmakta olan sosyokültürel baskıların, bireylerin vücutlarını negatif algılamaları konusunda ne derece öneme sahip olduğu gün geçtikçe daha fazla anlaşılır bir hal almıştır. Beden imajının olumsuz algılanmasında 3 temel etken yer almaktadır. Bu etkenler; aile, akranlar ve medyadır (Esnaola, Rodríguez ve Goñi, 2010).

Medyanın etkisine bakıldığı zaman; ideal kilo, toplumdaki topluma değişim göstermektedir. Mesela kültür, bayanların zayıf bir bedene sahip olmasına dair baskı oluşturabilmektedir. Medyaya bakıldığı zaman ise zayıf olmanın, güzellik ile eşdeğer tutulduğu görülür (Corey ve Corey, 2006). Televizyon veya magazin aracılığıyla devamlı kusursuz beden ve yüzler dikkatleri çekmektedir. Bu çevrede gelişen ergen bireylerin zihinlerinde mükemmel bay ve bayan imajı oluşur. Bu nedenle kafalarında kendi vücutları negatif bir imge şeklinde yer edinmekte ve yeterli gelmemektedir (Göksan, 2007).

Beden algısı bozukluğunun temelini kişinin beden algısı ile zihninde oluşturduğu olması gereken beden arasındaki mesafenin meydana getirdiği görülmektedir. Kişi, zihninde oluşturmuş olduğu bedenden ne denli uzaklaşır ise kendi bedenini bir o kadar da eleştirmekte ve kendisine olan güveni azalmaktadır. Erkeklerle oranla bu etki kadınlarda daha fazla görülür. Çünkü bayanlar ideal vücut tipleri ile toplumsal olarak daha sert bir şekilde ve geniş alanda kıyaslanmaktadırlar (Grogan, 2005).

Bireyin sosyal yaşantıya katılım sağlaması, arkadaşlarından gelen destek, kabul edilme ya da dışlanma ile kişinin beden imajı pozitif yönde etkilenmekte ya da zarar görmektedir. Çocuk ve genç bireyler yönünden, arkadaşlarının olması, 'gelişimsel avantaj' biçiminde değerlendirilebilir. Kimi zaman akranları, kişiyi negatif olarak da etkileyebilmektedirler. Dalga geçilmek, alay edilmek, kişinin görünümü ile ilgili negatif geri bildirimlerde bulunmak örnek olarak verilebilir. Geri bildirimlerin kişi için büyük bir öneme sahip olmasının sebebi, çevredeki bireylerin kendi bedeni ile ilgili ne düşündüklerini bilmesi ve kişinin bedensel niteliklerinin reddedilip reddedilmediğine dair bilgi sahibi olmasıdır. Bu geri bildirimler kimi zaman da çevredekilerin bedensel çekicilik ile alakalı görüş ve beklentilerini ifade etmektedir. Kişinin beden imajını oluşturma hususunda sözle ifade edilen tavırlar kadar sözel olmayanlar da önem taşır. Vücut dili, göz teması, sesin tonu da kişinin çevresinde bulunan kişilerce kabul edilip edilmediğini hissettirebilir (Herbozo ve Thompson, 2010).

Beden imajına etki eden başka bir etkense, bireylerin bedenleri ile alakalı olarak aile üyeleri tarafından eleştirilmeleridir. Bu eleştiriler özellikle çocukları derin bir şekilde etkileyebilir. Bu eleştiriler, çocukların beden imajına dair özgüvenlerini ve dolayısı ile benlik algılarını zedelemektedir (Wilhelm, 2006).

Geçmişte bakıldığı zaman beden imgesi olgusunun psikiyatrik ve nörolojik problemler, ilaç tesirleri, psikolojik tedavi neticeleri ve ruhsal-bedensel hastalıklar mevzularında yapılmış olan araştırmalarda yer aldığı bilinmektedir. Bu durum beden imgesi olgusunu nöroloji, psikiyatri ve psikolojide daima önem taşıyan bir olgu durumuna getirir (Tarhan, 1995). Doğan, Sapmaz ve Totan'a (2011) göre beden imajı, kişinin sadece kişisel ve psikolojik yanlarını içermediğini, ayrıca gerek kişi gerekse toplum adına sosyolojik bir anlama

sahiptir. Bu bağlamda beden imgesi olgusu bireyler arası, geçici ve çevresel faktörlerin eklenmesi ile genişlemiştir.

Freud ise beden imgesi terimini psikoanalitik yaklaşımında ego terimiyle bir tutmuştur. Beden imgesi gelişimde ego oluşumunun, önem arz eden bir yere sahip olduğunu ifade etmiştir (Akt., Örsel, 2001).

Bedenden memnun olmanın kişinin özsaygısına etki ettiğini gösteren çalışmalar da vardır. Beden imgesinden memnuniyetsizlikle özsaygı arasında çok kuvvetli bir bağın bulunduğu ve beden imgesinin farklı bir yapısının bulunmayıp özsaygının önemli bir bölümünü oluşturduğu belirtilmiştir (Merten, Lewinson ve Hops, 1990). Pozitif beden imgesinin yüksek özsaygı ile bağlantılı olduğunu tespit eden araştırmalar da bulunmaktadır.

Gilles (1984) beden imajını idrak edebilmek adına belli kavramların farkına varılmasının ve bu kavramların birbirleri ile olan bağlantılarının anlaşılmasının gerektiğini savunmuştur. Bu kavramlarsa; kendini görme şekli, özsaygı, beden kavramı, planı, imajı ve imajı sınırlandırıcıdır (Akt., Yılmaz, 2008).

Kendini görme şekli: Bireyin kendisini algılamasının zihinsel parçasıdır. Kişinin kendisi ile alakalı nesnel düşüncesidir.

Özsaygı: Bireyin kendisinin farkında olması ve kendi değerini ölçmesidir.

Beden kavramı: Bireyin kendisiyle ilgili bildiği şeylerin çoğu ve bedensel çevreyle bağlantılarıdır. Beden kavramının pek çok alt kavramı bulunmaktadır. Bu kavramla içerisinden dikkat çekenler beden imajı ve planıdır.

Öz benlik: Esasında bu kavram da beden kavramı ve kendini görme şeklini içermektedir (Akt., Yılmaz, 2008).

Özsaygı, öz imaj ve öz benlik terimleri birbirleri ile yakından ilişkilidir. Özsaygı, kişinin kendisi ile ilgili beden algısı ve dış görünüşü ile direkt bağlantılıdır ve bunlarda oluşabilecek değişimlerden çok çabuk etkilenebilmektedir. Burnard ve Morrisan (1990) kişide, dış görünüşünden hoşnut olmanın, özsaygıya pozitif açıdan etki edeceğini ifade etmektedir. Bu durumun tersine, görünümünden hoşnutsuzluk duyan kişilerin, kendileriyle ilgili algılarının da negatif olabileceğini ileri sürmüştür (Akt., Yılmaz, 2008).

Makyaj, kıyafetler, takılar kadar koltuk değneği ve tekerlekli sandalye gibi eşyalar da beden imgesine içerisinde yer alır. Beden algısında farklılığa neden olan görüntü ve işlev değişiklikleri, cinsel yaşam, sosyal etkinlikler ve meslek gibi yaşamın değişik yönlerine de etki etmektedir (Yılmaz, 2008).

Beden kilosunun korunmasındaki en büyük mani, beden imajıyla alakalı endişeler olmaktadır. Yemek yeme alışkanlıkları düzensizleştikçe (çok az yemek, tıkanırcasına yemek gibi) kişi ağırlığını daha güç kontrol eder hale gelmektedir. Böylece bireyde, kilo ve beden görünümü ile alakalı endişeler takıntılara varacak noktalara gelebilmektedir.

Son zamanlarda beden imajı 2 başlık altında toplanabilmektedir:

Algısal: Beden şeması, bireyin beden ölçüleri ile ilgili tahminidir.

Nesnel veya tutumsal: Bilişsel süreçler ile alakalıdır. Beden kavramı, beden ile ilgili inançlar, düşünce ve bilgilerdir.

Araştırmacıların beden imajı ile alakalı kazandırmış oldukları katkılar toparlanacak olursa; öncelikle beden imajı ile alakalı erkek ve kadın arasında önemli ayrımlar yer almaktadır. Kadınlar, bedenleri ile daha çok ilgilenmekle beraber, kendilerini hem kendilerine hem de çevresindekilere beğendirmeye çalışma mevzusunda daha çok baskı hissetmektedir.

Bu konuda bayların beden imajı ile alakalı çok fazla araştırma bulunmasa da Tylka'nın (2011) yapmış olduğu araştırma geniş ve önem arz eden bilgilere sahiptir. Bayların, bedenlerinde bulunan kaslarından ve yağ miktarından hoşnutsuzluğu, beden imajlarına etki etmektedir ve bayları bunun ile alakalı bir şeyler yapmaları adına hareket etmeye teşvik edebilmektedir. Böylece bazıları kaslarını güçlendirebilmek adına sağlıklı ve düzensiz beslenebilmekte, abartılı bedensel etkinlik içerisinde bulunabilmektedir. Aile, medya, arkadaş ve partnerler de bu tutumları pekiştirmek adına büyük rol oynamaktadır.

Bunun haricinde beden imajını her kuramcı kendince kategorize etmektedir. Genel olarak ele alınacak olursa hepsi, beden imgesinin tek bir konu şeklinde incelenemeyeceğinde hemfikirdir diyebiliriz. Yaşamın başka alanlarından ayrıştırılmayacak biçimde kompleks bir yapıya sahip beden imajı, bireylerin hayatlarında büyük bir yer tutmaktadır. Bireylerin meslek hayatından özel hayatına kadar pek çok alanın içinde bulunmaktadır. Kişiler yeni bir mekâna

girer iken, bir etkinlikte bulunur iken üstelik partnerlerini seçerken bile beden imajı ile alakalı şemalar bilinçaltında işlenmeyi sürdürmektedir.

Beden imajının başka bir önemli yanıysa bireyin kendini algılayışı ile dışardan görünüşü aynı olmayabilmektedir. Kişiler kendilerini daha negatif algıladıkları zaman özsaygıyla alakalı sorun yaşayabilmektedir. Beden imajı kişilerin yaşamında öyle önemli bir yer tutmaktadır ki bazen bedenleri ile alakalı hissettikleriyle, kendileri ile ilgili hissettiklerinin aynı olduğunu bile dile getiren bilim adamları vardır.

Beden ve beden ile alakalı her şey, bireylerde ilk dikkat çeken bölümdür. Etrafa bakıldığı zaman bireyler kendilerini başka bireyler ile kıyaslamakta ve negatif beden imajına doğru sürüklenebilmektedirler. Bunun ile alakalı en büyük tesiri medya ve haberleşme aletleri oluşturur (Calogero ve Tylka, 2010). Kişiler etraflarında ideal vücutları ve hayatları gördüğü sürece kendi benlikleri ile çelişki yaşarlar ve bu çelişkiler, mesafenin artması da bireylerin daha negatif duygular hissetmelerine yol açmaktadır. Stice, beden imgesindeki negatifliğin kişilerde sıkıntı, kasvet ve strese neden olurken, negatif beden imgesinin öncelikli sebeplerinden biri olan aşırı kilolu olma durumunun ölümle bile sonuçlanabileceğini ifade etmektedir. Bu nedenle beden imgesi kişilerin hayatına derinlemesine etki etmektedir (Stice, Rohde, Shaw ve ark., 2013).

Tiggemann, medya ile alakalı çalışmasında, medya organlarının çeşitli alanlarına dair araştırma yapmıştır. Bu çalışmada, bilhassa son zamanlarda çok fazla kullanılan internetin genç bireylerin beden imajlarına tesiri ele alınmıştır. Magazin okurlarının internette bulunan ince figür ve görselleri daha fazla özümstedikleri, kendi bedenleri ile alakalı kıyaslamalar yaptıkları, kilo ve ölçülerinden memnun olmadıkları ve daha fazla zayıflamaya çalıştıkları belirtilmiştir. Televizyonunsa gençler üzerinde bu şekilde bir tesirine rastlanmamıştır (Tiggemann ve Miller, 2010). Ayrıca medya estetik yapılmasının da genelleşmesine sebebiyet vermektedir. Olumuz beden imajına sahip kişiler medya organları ve magazin dergileri aracılığıyla oluşturulan algılar ile artık estetiğe daha olumlu yaklaşabilmektedirler. Bununla beraber televizyonda, insanların kısa bir sürede ‘muhteşem’ farklarını yaratıp ekrana aksettiren programların da varlığıyla normal şekle ve vücuda sahip olan bireylerin de bu müdahalelerde bulduklarını sergileyerek, estetiği ve değişme

gereksinimi normalleştirilmektedir (Slevec ve Tiggemann, 2010). Medya organlarının bir başka etkisiyse dönem dönem değişik vücut biçimlerini 'moda' şeklinde yansıtmaları ve buna ayak uyduramayacak kişilerin dahi içinde yer aldıkları toplum tarafından kabul görülebilmek adına çok fazla çaba harcadıkları görülmektedir. Kilo verebilmek için bir yandan yemek yeme bozuklukları yaşanırken bir yandan da kendi vücutlarına duydukları inançları da kaybaldığından beden algıları zarar görmektedir (Tiggemann ve Polivy, 2010).

Araştırmacılar, negatif beden imajını oluşmasına yol açan 4 etken belirlemiştir. Bu etkenler; genel ve bireye has sosyal baskılar, bedensel fark edilme ve geçmişteki kritik yaşantılardır.

Genel sosyal baskılar: Batıda bayların kaslı ve güçlü olmaları, bayanların ise ince olması şeklinde bir imaj yer almaktadır. Bu imajlar toplumdan topluma değişebilmektedir. Toplumların kendi ilkelerine uymaları, kişiler adına epey kısıtlayıcı ve güç bir hal almaktadır. Bununla beraber, bedensel çekicilik ile alakalı ilkelere uyan kişiler olumlu bir şekilde daha zeki ve kontrollüymüş gibi algılanır.

Bireye has sosyal baskılar: Kişiyi kendisi ile alakalı, kendi yaşamış olduğu çevre ile alakalı etki eden baskılar yer almaktadır. Mesela, aşırı kiloyu onaylamayacak bir meslekte bulunmak (hostes, balerin, jokey gibi), diğer aile fertlerinin ince olmaları ya da dış görünüşe çok önem veren bir ailenin üyesi olmak gibi vaziyetler bireyin ince olmak ile alakalı sosyal baskılardan bir bölümünü yaşamasına sebep olabilir.

Fiziksel ayırt edilme: Kimi bireylerin dış görünüşleri onları farklı kılar. Mesela, aşırı kiloya sahip bir bireylerin yaşlılarından daha önce veya geç puberte devrine girmeleri daha çok dikkat çekmesine sebep olabilmektedir. Başkalarından daha uzun, kısa veya sivilceli olmak, kişinin isteği dışında bir dikkatleri üstüne çekmesine neden olmaktadır. Bunun ötesinde, kişi müdahale edemediği sebeplerden ötürü yaşlıları tarafından alay edilmekte ve kendini dışlanmış hissetmektedir.

Geçmişteki kritik yaşantılar: Geçmişte bireyin yaşamış olduğu negatif tecrübeleri barındırmaktadır. Okul zamanında şişman olması sebebi ile alay

edilme, sevgilisinin veya bir doktorun kilolu olduğunu dile getirmesi, bireyin ileriki zamanlarda negatif beden imajı geliştirmesinde rol oynamaktadır.

Bireyin farklı sebeplerle geliştirdiği negatif beden imajının devam edilmesine etki eden birtakım mekanizmalar vardır. Genel ve sosyal baskılar, kişide negatif beden imgesi yaratmak ile beraber, bu durumun devam edilmesinde de önemi bulunmaktadır. İnceliğin değer gördüğü bir çevrede yaşamak veya çalışma yeri ve aile içinde devam eden sorunlar bireyin negatif beden imgesinin devam etmesinde etkisini sürdürebilmektedir. Mesleği gereği çok seyahat etmesi gereken bir bireyin otobüs ya da uçak koltuğunda oturur iken sıkıntı çekmesi veya aile üyelerinin kişinin dış görünüşü ile alakalı yapmış olduğu eleştiriler, bireyde meydana gelen negatif beden imgesinin devam etmesine yol açabilmektedir.

Negatif beden imajını devam ettirici davranışlar 2 başlık altında toplanabilir; kaçınma ve kontrol. Kaçınma davranışında, birey utanabileceğini düşündüğü durum ve olaylardan uzak durmaya çalışır. Spor yapmaktan, eğlence yerlerine gitmekten, alışverişe çıkmaktan, dans etmekten ya da cinselliği yaşamaktan, kilolarını ölçmekten kaçınırlar. Bu biçimde tavır sergileyen kişiler kendileri adına mesuliyet almaktan kaçınırlar, bir süreliğine stres ve rahatsızlık hissinden kurtulabilmeyi başarsa da uzun süreli duyulan endişeyi azaltamaz. Bireyin bedeni ile alakalı negatif düşüncelerini pozitif düşünceye dönüştürmeyi başaramaz. Bireyin vücudunun kabul edilebilecek bir yanının olmadığı ve saklanması gerektiği ile ilgili inancını pekiştirir. Böylece bireyin kaçınmaya çalıştığı durum ile ne şekilde baş edebileceğini öğrenmesine mani olmaktadır. Kontrol davranışında kişiler sık sık tartılmakta, aynaya bakıp beden görünümünü kontrol etmekte, parmakları ile vücutlarının bazı kısımlarını sıkıştırmakta ve vücudun farklı kısımlarını tekrar tekrar ölçmektedir. Bedenin sürekli incelenmesinden ötürü yaşanan doyumsuzluk hissi, kontrol davranışlarının devam etmesine neden olmaktadır. Hemen hemen bir döngü biçiminde işlemektedir. Bedene dair endişeleri arttırmakta ve devamlı kontrollerin gerekli olduğuna bireyi inandırmakta, böylece negatif beden imajı devam etmektedir.

Kişi, fiziksel uyarınları kendi bedeni ile alakalı negatif algısına göre yanlış değerlendirdiği zaman da negatif beden imajı devam etmektedir. Kişi spor esnasında bedeninin sallanmasına şahit olduğunda bu durumu fazla kilolu

olmanın gerçek delili olarak algılayabilmektedir. Hâlbuki bedenin sallanması, birçok bayanda görülen normal tipik bir özelliktir.

Birçok genç bay ve bayan, kilolarını istedikleri ölçüde tutmak adına, kendi kendilerine beslenmelerini yanlış bir şekilde değiştirerek, kendilerini kontrol etmeye çalışırlar. Neumark ve Lewin'e göre kişiler sahip oldukları kiloları sabit tutmak için fazla uçlarda bulunmayan fakat yine de sağlıklı olmayan birtakım yöntemlere başvurumaktadırlar.

Beden algısıyla alakalı değişiklikleri tespit etmedeki en bilinen yol, değişik vücut ölçüleri, şematik figür ve silüetlerden yararlanmaktır. Katılım sağlayanlar, iki adet figür seçerler; biri sahip oldukları vücut ölçüsüdür, diğeryse sahip olmayı arzuladıkları ölçüdür. Bu şekillerdeki farklılık, katılım gösterenlerin, bedenleri ile alakalı hoşnutsuzluğunun ölçüsüdür (Grogan, 2005). Bu ölçümlerden sık sık yararlanılsa bile birtakım eleştiriler yapılmaktadır. Şekillerin gerçeği yeterince yansıtmadığı tartışılır. Birkaç tanesi haricinde, ölçüm için yararlanılan pek çok figürün güvenilirlik ve geçerliliklerinin denenmediği ileri sürülmektedir. Ayrıca kimi figürlerde yüzdeki bölümünde kaş, göz gibi ayrıntıların yer aldığı bunların kişilerin dikkatlerini dağıtabilecek nitelikte olduğu iddia edilmektedir. Son olaraksa birçok envanterin figür adedinin yeterli olmadığı ve bu eksikliğin de net sonuçlar elde etmeyi önleyebileceği savunulmaktadır (Swami, Stieger ve Harris, 2012).

Beden imgesi ölçümünün yapılmasının diğer bir yoluysa kişiye kendini değerlendirebileceği kriterler uygulamaktır. Burada birey uygulanan kriterler genelde derecelendirmeli kriterlerden meydana gelmektedir ve kişi katıldığı veya katılmadığı ifadeleri işaretleyebilir. Bu kriterlerde genelde kişinin bedeninin bir bölümü veya tümü ile ilgili hoşnutluk seviyesi ölçülmektedir (Rumsey ve Harcourt, 2005).

Bireyin bedeni ile ilgili hoşnutsuzluk duyması, stres altında olması, düşün benlik değerlerine sahip olması, depresyon semptomları sergilemesi, başka kişilerce değerlendirilmeye tabi tutulması hususunda hassas olması, beden imajına etki eden başlıca etmenlerdendir. Dış görünüş, benlik değerinin esas boyutlarını oluşturur ve insanlarla ilgili dış görünüşlerine bakıp fikir oluşturma durumu bir hayli yaygın bir özelliktir (Preester ve Knockaert, 2005).

Beden imajı birtakım kuramlar tarafından ifade edilmiştir. Sosyo-biyolojik fikre göre baylar, partner tercihlerinde, fiziksel görünüşü bir kıstas şeklinde değerlendirmektedir. Zira bayanın üretken olmasının genellikle yaşı ve sağlığı ile ilgili olduğu; üretkenlik ve sağlığın görsel karşılığının da fiziksel görünüş olduğu ifade edilmektedir (Dittmar, 2008).

Sosyo-kültürel fikre göreyse toplum içinde güzel görünüşü olan kişiler, daha seçkin meslek olan modellik, mankenlik ve oyunculuk gibi meslekleri yapabilmektedirler. Bu sebeple fiziksel yönden daha alımlı bir şekilde kabul edilen kişiler, çok şanslı görülür. Böyle bireylerin daha iyi bir mesleğe, ekonomik duruma, evliliğe ve hayata sahip oldukları düşünülür (Dittmar, 2008).

Beden imgesi Frederick ve Roberts'ın (1997) nesneleştirme kuramına göre incelendiğinde, bilhassa bayanlar, medyanın etkisi ile devamlı güzel ve alımlı kadın figürü ile karşı karşıya kaldıklarından sürekli kendi fiziksel görünüşlerini sorgularlar. Güzelliğin belli kalıplarına sahip olmayan bayanların, fiziksel görünüşlerinden çekindiklerinden dolayı sosyal ortamlara girmek istemedikleri ifade edilmiştir (Akt., Dittmar, 2008).

2.4 Literatürde Yapılan Çalışmalar

Bu bölümde literatürde beden imajı, benlik saygısı ve çocukluk çağı travmaları ile ilgili çalışmalara yer verilmiştir.

Tarhan (1995) lise öğrencilerinin benlik saygıları, beden imajı ve okul başarısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmaya göre, yüksek ve düşük beden imajına sahip öğrencilerin, cinsiyet, yaş ve ailenin öğrenim düzeyine açısından bakıldığında, beden algısının özsaygı üzerinde anlamlı düzeyde etkisi olduğu saptanmıştır..

Yanarca Uras (2004) özgüven, beden imgesi ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma örneklemini 232 öğrenciden oluşturmuş, araştırma sonucunda beden imgesi, depresyon belirtileri ve özgüven arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır.

Pokrajac-Bulian ve Zivcic-Becirevic (2005) beden memnuniyetsizliği, benlik saygısı ve denetim odağı arasındaki ilişkiyi cinsiyet değişkenini de ele alarak incelemiştir. Araştırmaya 183 erkek ve 534 kadın üniversite öğrencisini dahil

etmiştir. Araştırma sonucunda, beden memnuniyetsizliğinde, benlik saygısı değişkeninin kızlarda erkeklere göre daha önemli bir faktör olduğunu bulgulamıştır.

Onar (2008) yeme bozukluğu tanısı alan 13-35 yaş aralığındaki bireylerde benlik saygısı, depresyon ve beden memnuniyeti ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda bu faktörler arasında ilişki olduğu saptanmıştır.

Cengiz (2011) obezitesi olan ve olmayan ergen bireyler beden imajı, özsaygı ve ruhsal durumlarını incelemiştir. Kontrol gruplu olarak yürütülen çalışmaya 100 ergen katılmıştır. Araştırma sonucu obezite tanısı almış ergenlerin beden imajı ve benlik saygılarının tanı almayan gruba göre düşük olduğunu saptamıştır

Öksüz (2012) üniversite öğrencilerinde özerklik ve beden algıları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yaptığı çalışmasına 325 öğrenci katılmıştır. Bu araştırma sonucunda özerklik düzeyleri yüksek olan öğrencilerde beden algı puanlarının anlamlı şekilde yüksek olduğu saptanmıştır.

Matera vd. (2013) yılında 298 ergen ve genç kadınla yapılan çalışmada arkadaş etkisinin beden algısı üzerindeki etkilerini incelemiştir. Araştırma sonucunda arkadaşlar diyaloglarının ve yaklaşımlarının beden tatmini üzerindeki etkili olduğunu saptamıştır.

Onat vd. (2016) “Çocukluk Döneminde Yaşanan İhmal veya İstismarın Benlik Saygısına Etkisinin İncelenmesi” adlı çalışmada 355 kız öğrenciyi çalışmaya dahil etmiştir. Araştırma sonucunda çocukluk çağı travmaları yaşayan kız öğrencilerin benlik saygılarının düşük olduğu saptanmıştır.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde; araştırmanın modeli, veri toplama işlemi, araştırmada kullanılan ölçme araçları ve verilerin analizine yer verilmiştir.

3.1 Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, “ilişkisel tarama modeli”ne uygun olarak düzenlenmiştir. İki veya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma desenlerinin tümü “ilişkisel tarama modelleri” olarak tanımlanır.

3.2 Araştırmanın Örnekleme

Bu araştırmanın örneklemini İstanbul Aydın Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma örneklemine 321 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir.

3.3 Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veriler dört ölçme aracı ile toplanmıştır.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada örneklem grubuna ait demografik özellikleri içeren araştırmacı ve tez danışmanı tarafından hazırlanan 18 maddelik bir form uygulanmıştır. Bu form; cinsiyet, yaş, bölüm, ebeveyn durumu, ebeveyn şiddeti, çalışma durumu ve kardeş sayısı gibi bilgileri içermektedir (Ek-1).

3.3.2 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) kişinin benlik saygısını belirlemede en yaygın kullanıma sahip ölçektir. Dörtlü likert tipi ölçüm yapan ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş olan ve 63 maddeden oluşan ölçeğin 12 alt ölçeği vardır. Bu araştırmada benlik saygısını

ölçen benlik saygısı alt ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşan dört dereceli Likert türü ölçüm yapmaktadır (1: hiç katılmıyorum, 2: katılmıyorum, 3: katılıyorum, 4: tamamen katılıyorum) ve sorulardan beşi ters kodlanmaktadır. Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin test tekrar test güvenilirliği 0.89, geçerliği ise 0.71'dir.

3.3.3 Beden İmajı Ölçeği

Secord ve Jourard (1953) tarafından geliştirilen vücut algısı ölçeği, kişilerin bedenlerindeki çeşitli kısımlardan ve çeşitli beden işlevlerinden ne kadar hoşnut olduklarını ölçmeyi amaçlar. Ölçeğin ülkemizdeki geçerlik çalışması Hovardaoğlu (1992) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin ülkemizde kullanılan formu, 40 maddeden oluşan ve beşli derecelendirme ile cevaplanan (1= Çok beğeniyorum, 2= Oldukça beğeniyorum, 3= Kararsızım, 4= Pek beğenmiyorum, 5= Hiç beğenmiyorum) bir ölçme aracıdır. En olumlu ifade 1 puan, en olumsuz ifade ise 5 puan almaktadır. Buna göre, alınabilecek en düşük toplam puan 40, en yüksek toplam puan 200'dür. Ölçekten alınan toplam puanın artması, kişinin vücut bölümlerinden ya da işlevinden duyduğu memnuniyetin azalmasını, puanın azalması ise memnuniyetin artmasını belirtmektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada ölçeğin geçerliği iki yarım güvenilirliği ile değerlendirilmiş ve iki yarım güvenilirliği katsayısı $\alpha=.75$ olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini değerlendirmek amacıyla iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve Cronbach Alfa katsayısı $\alpha=.91$ olarak belirlenmiştir (Kundakçı, 2005).

3.3.4 Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Bernstein ve arkadaşları tarafından 1994'de geliştirilen ölçek; cinsel, fiziksel, duygusal istismar ile duygusal ve fiziksel ihmali değerlendirir. 28 sorudan oluşan, 1-5 arası puanlanan likert tipi öz bildirim niteliğinde bir ölçektir. Çocukluk çağı istismar ve ihmal yaşantılarını geriye dönük ve niceliksel olarak değerlendirmede yararlıdır. Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği Şar ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Alt grup puanları 5-25, toplam puan 25-125 arasındadır. Cinsel ve fiziksel istismar için 6 puan ve üstü, fiziksel ihmal ve duygusal istismar için 8 puan ve üstü, duygusal ihmal için 13 puan ve üstü anlamlı kabul edilmektedir.

3.4 Verilerin Analizi

Veri toplama araçları ile elde edilen veriler bilgisayar ortamına sayısal ifade olarak girilmiş ve bu veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı (Spss 25) kullanılarak istatistiksel analizleri yapılmıştır.

Analizlere başlamadan önce veriler normal dağılım açısından incelenmiştir. Araştırma değişkenlerinin örneklem grubunda normallik dağılımının analizi için yapılan Shapiro-Wilk Testinde Beden İmajı Ölçeği (S-W= .961, df= 297, p=.006) normal dağılım göstermediği görülmüştür. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Anketinde(S-W= .856, df= 2977, p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür. Rosenberg Beden Saygısı Ölçeği (S-W= .661, df= 297, p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür.

Uygulanan veri analizinde %95 güvenilirlik düzeyi temel alınmıştır. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında Parametrik iki grup arasındaki farkın analizi için İki Bağımsız Örneklemi t testi, parametrik olmayanlar için Mann Withney U testi kullanılmıştır. Parametrik ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Tek Yönlü Varyans Analizi, parametrik olmayanlar için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki İlişki Spearman korelasyon analizi ile test edilmiştir. Beden İmajının Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği üzerindeki etkisini görmek için basit doğrusal regresyon kullanılmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formundan elde edilen bulgular yer almaktadır.

Çizelge 4.1: Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

N=321		f	%
Yaş Ort.	18	18	5,6
	19	73	22,7
	20	113	35,2
	21	86	26,8
	22	31	9,7
	Toplam	321	100,0
Cinsiyet	Kadın	201	62,6
	Erkek	117	36,4
	Toplam	318	99,1
	Kayıp	3	0,9
Çalışma Durumu	Çalışmıyorum	288	89,7
	Çalışıyorum	30	9,3
	Toplam	318	99,1
	Kayıp	3	0,9
Maddi Durum Memnuniyet	Evet	219	68,2
	Hayır	90	28,0
	Toplam	309	96,3
	Kayıp	12	3,7
Bilinen Rahatsızlık	Evet	45	14,0
	Hayır	267	83,2
	Toplam	312	97,2
Kaç Kardeş	Kayıp	9	2,8
	1,00	21	6,5
	2,00	132	41,1
	3,00	99	30,8
	4,00	33	10,3
	5,00	21	6,5
	6,00	3	0,9
	7,00	6	1,9
	9,00	3	0,9
	14,00	3	0,9
	Toplam	321	100,0

Çizelgede görüldüğü üzere, örneklem grubunun %5.6'sı 18 yaşında, %22.7'si 19 yaşında, %35.2'si 20 yaşında %26.8'i 21 yaşında, %9.7'si 22 yaşında, %62.6'sı

kadın, %36.4'ü erkek, %89.7'si çalışmıyor,%9.3'ü çalışıyor,%68.2'i maddi durumundan memnun, %28'i maddi durumundan memnun değil,%14'ünün bilinen bir rahatsızlığı var, %83.2'inin bilinen bir rahatsızlığı yok, %6.5'i 1 kardeş, %41.1'i 2 kardeş, %30.8'i 3 kardeş, %10.3'ü 4 kardeş, %6.5'i 5 kardeş, %0.9'u 6 kardeş, %1.9'u 7 kardeş, %0.9'u 9 kardeş,%0.9'u 14 kardeşdir.

Çizelge 4.2: Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

Anne Babanız Beraber mi?	Evet	288	89,7	
	Hayır	30	9,3	
	Kayıp	3	0,9	
	Toplam	321	100,0	
Anne Eğitim	Okur-Yazar Değil	6	1,9	
	Okur-Yazar	27	8,4	
	İlkokul Mezunu	98	29,9	
	Ortaokul Mezunu	84	26,2	
	Lise Mezunu	72	22,4	
	Üniversite Ve Üzeri	30	9,3	
	Yüksek Lisans ve Üzeri	9	0,9	
	Toplam	318	99,1	
	Baba Eğitim	Kayıp	3	0,9
		Okur-Yazar Değil	9	2,8
Okur-Yazar		12	3,7	
İlkokul Mezunu		45	14,0	
Ortaokul Mezunu		45	14,0	
Lise Mezunu		141	43,9	
Üniversite Ve Üzeri		57	17,8	
Yüksek Lisans ve Üzeri		9	2,8	
Kayıp		3	0,9	
Toplam		321	100,0	
Anne Yaşıyor mu?	Evet	309	96,3	
	Hayır	9	2,8	
	Toplam	321	100,0	
Baba Yaşıyor mu?	Evet	306	95,3	
	Hayır	6	1,9	
	Toplam	312	98,1	
Baba Bilinen Rahatsızlık	Kayıp	3	1,9	
	Evet	54	16,8	
	Hayır	264	82,2	
Anne Bilinen Rahatsızlık	Toplam	318	99,1	
	Evet	66	20,6	
	Hayır	252	78,5	
Ailenizden Şiddet Gördünüz Mü?	Toplam	318	99,1	
	Kayıp	3	0,9	
	Evet	42	13,1	
Herhangi Kaza Yaralama Olay	Hayır	279	86,9	
	Evet	78	24,3	
	Toplam	321	100,0	

Çizelgede görüldüğü üzere, %89.7'sinin anne babası beraber, %9.3'ün anne babası ayrı, anne eğitimin %1.9'u okur-yazar değil, %8.4'ü okur-yazar, %29.9'u ilkokul mezunu, %26.2'i ortaokul mezunu, %22.4'ü lise mezunu, %9.3'ü üniversite mezunu, %0.9'u yüksek lisans ve üzeri, baba eğitimin %2.8'i okur-yazar değil, %3.7'i okur-yazar, %14'ü ilkokul mezunu, %14'ü ortaokul mezunu, %43.9'u lise mezunu, %17.8'ü üniversite mezunu, %2.8'i yüksek lisans ve üzeri, %96.3'ünün annesi yaşıyor, %2.8'inin annesi yaşamıyor, %95.3'inin babası yaşıyor, %1.9'unun babası yaşamıyor, %16.8'inin babasının bilinen bir rahatsızlığı var, %82.2'inin babasının bilinen bir rahatsızlığı yok, %20.6'sının annesinin bilinen bir rahatsızlığı var, %78.2'sinin annesinin bilinen bir rahatsızlığı yok, %13.1'i aileden şiddet görmüş, %86.9'u aileden şiddet görmemiş, %24.3'ü herhangi bir kaza ve ya yaralanma olayı geçirmiş, %75.7'i herhangi bir kaza ve ya yaralanma olayı geçirmemiştir.

Çizelge 4.3: Rosenberg Beden Saygısı Ölçeği, Beden İmajı Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Betimleyici İstatistikleri

	N	\bar{X}	Ss.
RBSÖORT	297	2,7865	,43487
Beden İmajı Ölçeği	306	3,9069	,63177
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	318	1,6362	,24507
Duygusal İstismar	315	1,2870	,46475
Fiziksel İstismar	315	1,0724	,29887
Fiziksel İhmal	318	1,8627	,35924
Duygusal İhmal	315	1,7406	,76295
Cinsel İstismar	309	1,0893	,29068

Çizelgede görüldüğü üzere, R. Beden saygısı ölçeğinin ortalaması 2.78(ss=0.43)dir. Beden imajı ölçeğinin ortalaması 3.90(ss=0.63)dur. Çocukluk çağı travmaları ölçeğinin ortalaması 1.63(ss=0.24)dür. Duygusal istismar alt

ölçeğinin ortalaması 1.28(ss=0.46)dir. Fiziksel istismar alt ölçeğinin ortalaması 1.07(ss=0.29)dir. Fiziksel ihmal alt ölçeğinin ortalaması 1.86(ss=0.35)dir. Duygusal ihmal alt ölçeğinin ortalaması 1.74(ss=0.76)dür. Cinsel istismar alt ölçeğinin 1.08(ss=0.29)dir.

Çizelge 4.4: Cinsiyet Değişkenine Göre Beden İmajı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Cinsiyet		N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Beden İmajı Ölçeği	Kadın	198	44,25	2920,50	709,500	2920,500	-3,180	0,001
	Erkek	105	63,73	2230,50				
	Toplam	303						

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, öğrencilerin beden imajı ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında erkek olan grup lehine istatistiksel açıdan $p < 0.01$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelge 4.5: Cinsiyet Değişkenine Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Cinsiyet		N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Kadın	189	49,11	3094,00	1078,000	3094,000	-0,411	0,681
	Erkek	108	51,56	1856,00				
	Toplam	297						

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, öğrencilerin Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p > 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelge 4.6: Cinsiyet Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	Kadın	198	53,20	3511,50	1273,500	2053,500	-0,090	0,929
	Erkek	117	52,65	2053,50				
	Toplam	315						

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, öğrencilerin çocukluk çağı travmaları ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelge 4.7: Çalışma Durumu Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması

	Çalışma Durumu	N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	Çalışmıyorum	285	51,03	4847,50	287,500	4847,50	-2,051	0,040
	Çalışıyorum	30	71,75	717,50				
	Toplam	315						
Duygusal İstismar	Çalışmıyorum	285	51,57	4899,00	339,000	4899,00	-1,604	0,109
	Çalışıyorum	30	66,60	666,00				
	Toplam	315						
Fiziksel İstismar	Çalışmıyorum	285	52,42	4980,00	420,000	4980,00	-1,130	0,259
	Çalışıyorum	30	58,50	585,00				
	Toplam	315						
Fiziksel İhmal	Çalışmıyorum	285	51,94	4934,50	374,500	4934,50	-1,183	0,237
	Çalışıyorum	30	63,05	630,50				
	Toplam	315						
Duygusal İhmal	Çalışmıyorum	285	51,21	4865,00	305,000	4865,00	-1,884	0,060
	Çalışıyorum	30	70,00	700,00				
	Toplam	315						
Cinsel İstismar	Çalışmıyorum	279	52,70	4901,00	400,000	455,00	-1,255	0,209
	Çalışıyorum	30	45,50	455,00				
	Toplam	309						

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, öğrencilerin çocukluk çağı ölçeğinden almış oldukları puanların, çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında erkek olan grup lehine istatistiksel açıdan $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p > 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p > 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p > 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p > 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun cinsel istismar Çizelgeden da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p > 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelge 4.8: Maddi Durum Memnuniyet Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması

Maddi Durum		N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Memnuniyet								
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	Evet	216	47,64	3430,00	802,000	3430,000	-2,046	0,041
	Hayır	90	60,77	1823,00				
	Toplam	306						
Duygusal İstismar	Evet	216	50,99	3671,50	1043,500	3671,500	-0,289	0,773
	Hayır	90	52,72	1581,50				
	Toplam	306						
Fiziksel İstismar	Evet	216	50,83	3659,50	1031,500	3659,500	-0,690	0,490
	Hayır	90	53,12	1593,50				
	Toplam	306						
Fiziksel İhmal	Evet	216	49,60	3571,50	943,500	3571,500	-1,079	0,281
	Hayır	90	56,05	1681,50				
	Toplam	306						
Duygusal İhmal	Evet	216	46,68	3361,00	733,000	3361,000	-2,591	0,010
	Hayır	90	63,07	1892,00				
	Toplam	306						
Cinsel İstismar	Evet	213	50,21	3565,00	1009,000	3565,000	-0,276	0,783
	Hayır	87	51,21	1485,00				
	Toplam	300						

Çizelge 4.8'den anlaşılacağı üzere, öğrencilerin çocukluk çağı travmaları ölçeğinden almış oldukları puanların, maddi durum memnuniyeti değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında maddi durumundan memnun olmayan grup lehine istatistiksel açıdan $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, maddi durum memnuniyeti değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p > 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, maddi durum memnuniyeti değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, maddi durum memnuniyeti değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, öğrencilerin duygusal ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, maddi durum memnuniyeti değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında maddi durumundan memnun olmayan grup lehine istatistiksel açıdan $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun cinsel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, maddi durum memnuniyeti değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelge 4.9: Maddi Durum Memnuniyet Değişkenine Göre Beden İmajı Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması

Maddi Durum	N	S.O	S.T	U	W	Z	p	
Memnuniyet								
Beden İmajı Ölçeği	Evet	210	54,25	3797,50	717,500	1152,500	-2,288	0,022
	Hayır	87	39,74	1152,50				
	Toplam	297						

Çizelge 4.9'dan anlaşılacağı üzere, öğrencilerin beden imajı ölçeğinden almış oldukları puanların, maddi durum memnuniyeti değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında maddi durumundan memnun olan grup lehine istatistiksel açıdan $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelge 4.10: Maddi Durum Memnuniyeti Değişkenine Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Puanlarının Karşılaştırılması

Maddi Durum		N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Memnuniyet								
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Evet	198	48,35	3191,00	980,000	3191,000	-0,080	0,936
	Hayır	90	48,83	1465,00				
	Toplam	288						

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, öğrencilerin Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinden almış oldukları puanların, maddi durum memnuniyeti değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında erkek olan grup lehine istatistiksel açıdan $p > 0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelge 4.11: Anne-Baba Birlikteliği Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanları

Anne Babanız Beraber Mi?			N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	Evet		285	53,26	5059,50	450,500	505,500	-0,268	0,789
	Hayır		30	50,55	505,50				
	Toplam		315						
Duygusal İstismar	Evet		285	51,51	4893,50	333,500	4893,50	-1,176	0,239
	Hayır		27	62,94	566,50				
	Toplam		312						
Fiziksel İstismar	Evet		285	51,87	4928,00	368,000	4928,00	-1,289	0,197
	Hayır		27	59,11	532,00				
	Toplam		312						
Fiziksel İhmal	Evet		285	52,89	5024,50	464,500	5024,50	-0,124	0,902
	Hayır		30	54,05	540,50				
	Toplam		315						
Duygusal İhmal	Evet		285	50,58	4805,00	245,000	4805,00	-2,143	0,032
	Hayır		27	72,78	655,00				
	Toplam		312						
Cinsel İstismar	Evet		282	52,05	4893,00	324,000	360,00	-1,117	0,264
	Hayır		24	45,00	360,00				
	Toplam		306						

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun çocukluk çağı travmaları ölçeğinden almış oldukları puanların, anne-baba birlikteliği değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, anne-baba birlikteliği değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, anne-baba birlikteliği değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, anne-baba birlikteliği değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, anne-baba birlikteliği değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında anne babası beraber olmayan grup lehine istatistiksel açıdan $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun cinsel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, anne-baba birlikteliği değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelge 4.12: Aile Şiddet Durumu Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması

Ailenizden		N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Şiddet Gördünüz Mü?								
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	Evet	42	78,64	1101,00	292,000	4570,000	-3,291	0,001
	Hayır	276	49,67	4570,00				
	Toplam	318						
Duygusal İstismar	Evet	42	75,79	1061,00	318,000	4504,000	-3,248	0,001
	Hayır	273	49,49	4504,00				
	Toplam	315						
Fiziksel İstismar	Evet	42	73,82	1033,50	345,500	4531,500	-5,171	0,000
	Hayır	273	49,80	4531,50				
	Toplam	315						
Fiziksel İhmal	Evet	42	72,79	1019,00	374,000	4652,000	-2,710	0,007
	Hayır	276	50,57	4652,00				
	Toplam	318						
Duygusal İhmal	Evet	42	75,54	1057,50	321,500	4507,500	-3,019	0,003
	Hayır	273	49,53	4507,50				
	Toplam	315						
Cinsel İstismar	Evet	42	56,18	786,50	564,500	4569,50	-0,976	0,329
	Hayır	267	51,34	4569,50				
	Toplam	309						

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun çocukluk çağı travmaları ölçeğinden almış oldukları puanların, aileden görülen şiddet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında aileden şiddet gören grup lehine istatistiksel açıdan $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, aileden görülen şiddet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında aileden şiddet gören grup lehine istatistiksel açıdan $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, aileden görülen şiddet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında aileden şiddet gören grup lehine istatistiksel açıdan $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, aileden görülen şiddet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında aileden şiddet gören grup lehine istatistiksel açıdan $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, aileden görülen şiddet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında aileden şiddet gören grup lehine istatistiksel açıdan $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun cinsel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, aileden görülen şiddet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik

Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında lehine istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelge 4.13: Baba Yaşama Durumu Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ve Alt Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması

Baba Yaşıyor mu?			N	S.O	S.T	U	W	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Çocukluk Travmaları Ölçeği	Çağı	Evet	303	52,84	5336,50	16,500	19,500	-2,024	0,043
		Hayır	6	9,75	19,50				
		Toplam	309						
Duygusal İstismar		Evet	303	52,50	5302,00	51,000	54,000	-1,291	0,197
		Hayır	6	27,00	54,00				
		Toplam	309						
Fiziksel İstismar		Evet	303	52,10	5262,00	91,000	94,000	-0,465	0,642
		Hayır	6	47,00	94,00				
		Toplam	309						
Fiziksel İhmal		Evet	303	51,72	5223,50	72,500	5223,500	-0,735	0,463
		Hayır	6	66,25	132,50				
		Toplam	309						
Duygusal İhmal		Evet	303	52,46	5298,00	55,000	58,000	-1,114	0,265
		Hayır	6	29,00	58,00				
		Toplam	309						
Cinsel İstismar		Evet	300	51,07	5106,50	43,500	44,500	-0,383	0,702
		Hayır	3	44,50	44,50				
		Toplam	303						

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun çocukluk çağı travmaları ölçeğinden almış oldukları puanların, baba yaşamı değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında babası yaşayan grup lehine istatistiksel açıdan $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, baba yaşamı değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında lehine istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, baba yaşamı değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik

Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında lehine istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun fiziksel ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, baba yaşamı değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun duygusal ihmal alt ölçeğinden almış oldukları puanların, baba yaşamı değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun cinsel istismar alt ölçeğinden almış oldukları puanların, baba yaşamı değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan $p>0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Çizelge 4.14: Beden İmajı, Rosenberg Benlik Saygısı ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ve Alt Ölçekleri Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi

		Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	Fiziksel İstismar	Fiziksel İhmal	Duygusal İhmal	Cinsel İstismar	Duygusal İstismar
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	r	-,226*	-0,115	-0,043	-,269**	-0,009	-,368**
	p	0,022	0,249	0,664	0,006	0,930	0,000
	N	306	306	306	306	306	306
Beden İmajı	r	0,110	0,184	0,152	0,000	0,174	0,162
	p	0,276	0,068	0,134	0,998	0,086	0,109
	N	297	297	297	297	297	297

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

Çizelgede görüldüğü üzere Beden İmajı Ölçeği, RBSÖ ile Çocukluk Çağı Travmaları ve alt ölçekleri arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon analizi sonucunda;

Benlik Saygısı ölçeği toplam puanı ile Çocukluk Çağı Travmaları arasında negatif yöne anlamlı bir ilişki bulunmuştur.($r=-.226, p<0.05$). Benlik saygısı puanları arttıkça, çocukluk çağı travmaları azalmaktadır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, fiziksel istismar alt ölçeğinden alınan puanlarla benlik saygısı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ düzeyinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, fiziksel ihmal alt ölçeğinden alınan puanlarla benlik saygısı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ düzeyinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Benlik Saygısı Ölçeği toplam puanı ile Duygusal İhmal puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r= -.269, p<.01$). Benlik Saygısı ölçeği puanları arttıkça, duygusal ihmal azalmaktadır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, cinsel istismar alt ölçeğinden alınan puanlarla benlik saygısı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ düzeyinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Benlik Saygısı Ölçeği toplam puanı ile Duygusal İstismar puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r= -.368, p<.01$). Benlik Saygısı ölçeği puanları arttıkça, duygusal istismar azalmaktadır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, çocukluk çağı travmaları ölçeğinden alınan puanlarla Beden İmajı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ düzeyinde pozitif anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, fiziksel ihmal alt ölçeğinden alınan puanlarla Beden İmajı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan

Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, duygusal ihmal alt ölçeğinden alınan puanlarla Beden İmajı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ düzeyinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, cinsel istismar alt ölçeğinden alınan puanlarla Beden İmajı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ düzeyinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, duygusal ihmal alt ölçeğinden alınan puanlarla Beden İmajı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ düzeyinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Çizelgeden anlaşılacağı üzere, çocukluk çağı travmaları ölçeğinden alınan puanlarla Beden İmajı ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan $p>.05$ düzeyinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Çizelge 4.15: Çocukluk Çağı Travmasının Benlik Saygısına Etkisi

Model	B	Standart Hata	Beta	t	p	İkili r	Kısmi r
(Sabit)	2,001	,145		13,817	,000		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	-,091	,037	-,241	-2,481	,015	-,241	-,241
	R=,241	R ² =,058					
	F=6.157	p=.015					

Benlik Saygısı ölçeği toplam puanı ve çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı ilişkiler göstermektedir ($R^2=.058$, $p<.05$). Adı geçen değişkenle birlikte çocukluk çağı travmaların varyansın sadece %6'ını açıklamaktadır.

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde Benlik Saygısı çocukluk çağı travmaları üzerinde önemli(anlamlı) bir yordayıcı olduğu görölmektedir.



5. TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Araştırmamızın bulgularına göre çocukluk çağı travması cinsiyete değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu konuda literatürde yer alan çalışmalarda farklı sonuçlar bulunmuştur. Alanyazın çalışmalarında genel çoğunluk erkeklerin, kadınlara göre daha fazla çocukluk çağı travması yaşadığı yönündedir. Zoroğlu ve diğ. (2001) araştırmalarında istismar ve ihmalin cinsiyete göre farklılık göstermediğini bulgulamıştır. Bu sonuç çalışmamızla paraleldir. Eroğlu ve Türk (2013)'ün ergenler üzerinde yaptığı çalışmada cinsel istismarın erkeklerde kızlara göre daha yüksek olduğu bilgisi verilmiştir. Zeren ve ark., (2012) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada erkek öğrencilerin kadınlara göre daha çok cinsel, duygusal ve fiziksel istismara maruz kaldığını bulgulamıştır. Bu durumun tersi sonuçlara ulaşan çalışmalar da mevcuttur. Edgarth ve Ormsatd (1990) tarafından İsveç'te yapılan araştırmanın bulgularına göre erkek ve kız ergenler sırası ile %3,1 ve %11,2 oranında istismar bildirimini yapmıştır. Pereda ve diğ. (2009) yılında 21 ülkede 39 cinsel istismar vakasını incelemiş ve kızlarda istismar oranının erkeklere göre 2 kat daha fazla olduğunu bulgulamıştır. Literatürde yer alan sonuçların bir alanda sonuçların farklılığı bir genelleme yapılabilmesinin önüne geçmektedir. Bu durum, çalışma örneklemelerinin farklılığından kaynaklanabilir.

Araştırmamızın bulgularına göre benlik saygısı puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık göstermemektedir.

Araştırmamızın bulgularına göre beden imajı puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Bu duruma erkeklerin beden imajı kadınlara göre anlamlı derece yüksektir. Aslan (2004), Küçük (2007) ve Altıntaş ile Aşçı (2005) çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşmış, beden imajının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Kıvrak (2008) ve Aslan (2002) çalışmalarında kadınların beden imajının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bu durumun tersi sonuçlara ulaşmış çalışmalar da mevcuttur. Kadınlar üzerinde ideal beden simgesi fazla olmasına

rağmen son dönemde erkeklerde idea vücut, kaslı form idealize durumlarından dolayı beden imajı baskısı hissetmektedir. İdeal beden imajı algısında cinsiyete göre beklenen bu fark bu nedenle günümüzde kapanmak üzeredir. Çalışmamızda elde edilen veriler bu şekilde yorumlanabilir.

Araştırmamızın bulgularına göre çocukluk çağı toplam puanları ile çalışma durumuna göre farklılık göstermektedir. Buna rağmen duygusal ihmal, fiziksel istismar, cinsel istismar ve duygusal istismar alt boyutları ile farklılık saptanmamıştır. Araştırmamızla paralel sonuçlar elde eden çalışmalar bulunmaktadır. Mutlu (2015) çalışmasında, çalışan bireylerin çocukluk çağı travmaları toplam puanlarının, çalışmayanlara göre anlamlı şekilde düşük olduğunu bulgulamıştır. Çalışan bireyin aile ve toplumda bir yetişkin olarak görülmesi nedeni ile daha az istismara uğrayabileceği gerçeği bu bulgunun bir nedeni olarak kabul edilebilir. Yine çalışma durumu ile bağlantılı olabilecek bir faktör olan maddi durum memnuniyetine göre çocukluk çağı travmaları puanlarının anlamlı şekilde farklılaşması da bu sonucu destekler niteliktedir. Demirkapı (2013) çocukluk çağı travmaları ve psikopatolojileri araştırdığı çalışmasında ekonomik problemlerin travma yaşantısında etkili olduğunu bulgulamıştır. Zeytinoğlu (1999), Polat (2001), Horton ve Cruise (2001), Güler ve ark. (2002), araştırmalarında paralel sonuçlara ulaşmıştır. Literatürde yer alan ulaşılabilen çalışmaların çoğunluğunda gelir düzeyinin düşük olması ile istismar veya ihmalin ilişkili olduğu yönündedir. Yılmaz-Irmak (2008) çalışmasında Ergenlerin ekonomik durumlarının fiziksel istismara uğrayan ve istismara uğramayan gruplar arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Gelir seviyesinin düşük olması, istenilen imkânlarla ulaşmayı kısıtlar. Çocukluk dönemlerini yaşayacakları zamanda bazı haklardan yoksun kalınması ve bazen temel ihtiyaçların bile karşılanmamış olması da ortaya çıkan bu bulguların bir nedeni olarak görülebilir.

Araştırmamızın bulgularına göre çocukluk çağı travması alt boyutu olan duygusal travma anne baba birliktelik değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Anne babası birlikte olmayanların duygusal travma puanları, olanlara göre anlamlı şekilde yüksektir. Demirkapı (2013) araştırmasında benzer sonuçlara ulaşmıştır. Aynı şekilde Çelik ve Hocağolu (2018)'nin yaptığı derleme çalışmada anne-baba birliktelik durumunun çocukluk çağı

travmalarında etkili bir faktör olduğu belirtilmiştir. Çocukluk çağı genel boyutu ve diğler alt boyutlarla ilgili anlamlı farklılık bulgulanmamıştır. Çocuklar için gelecek kavramı yetişkinlere göre daha yakın geleceğı ifade eder. Çocuklar bir hafta, bir ay sonra neler olabileceğini bilmek ister. Ebeveynlerin boşanması çocuklar açısından belirsizlik döneminin yoğun yaşandığı bir dönemdir. Çocuğun çok güvendiğı anne ve babasının artık beraber olmayışı da bu kaygının nedenleri arasındadır. Bu durum çocuklarda duygusal travmalara neden olabilir.

Araştırmamızın bulgularına göre çocukluk çağı travması puanları aile şiddet durumu değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Aile şiddeti gören bireylerin çocukluk çağı travma puanları, görmeyenlere göre anlamlı şekilde yüksektir. Lök ve diğ. (2016) araştırmalarında aile içi şiddetin çocuk üzerindeki travmatik etkiler yarattığını belirtmiştir. Çocuğun doğduğı andan itibaren kişiliğinin ve ruhsal yapısının temellerini ailesiyle kurduğı etkileşimden çıkardığı sonuçlar oluşturmaktadır. Çocuklar yalnızca beslenme, barınma gibi ihtiyaçlarının karşılanması ile değil sevgi ihtiyacının da karşılanması ile sağlam bir birey olabilir. Aile içinde yaşanan şiddet ortamı, hem çocuğun bu olaya tanıklığı hem de ilişkilerin olumsuzluğu nedeniyle travmatik bir olaydır.

Araştırmamızın bulgularına göre maddi durum memnuniyetine göre beden imajı puanları anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Maddi durumundan memnun olanların beden imajı puanları, memnun olmayanlara göre anlamlı şekilde yüksektir. Nerneki (2017) çalışmasında benzer bulgulara ulaşmıştır. Gelir durumunun yetersizliği düşüncesi, yeterli imkan ve refaha ulaşabilme düşüncesini etkilemektedir. Zira yaşam standardının yüksek oluşunun bireyleri her zaman olmasa da belli oranlarda stresli yaşam olaylarına karşı direnç geliştirebildiğı düşünülebilir. Yine beden imajı konusunda toplumda ortaya konan çizginin maddiyat temelli ilişkisi de ortaya çıkan bu bulgunun nedenleri arasında gösterilebilir.

Araştırmamızın bulgularına maddi durum memnuniyetine göre benlik saygısı puanları anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Benlik saygısı Maslow'un gereksinimler piramidinde 4. Basamakta yer almaktadır. Bu durumda temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılanmayan bireyler için maddi durumun benlik saygısı için bir stresör olacağı düşünülebilir. Bu durum örneklem içinde yer alan

ve maddi durumundan memnun olmayan bireylerin yine de temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılayabildiği sonucunu ortaya çıkarabilir.

Araştırmamızın bulgularına göre babası sağ olmayan bireylerin çocukluk ağı travma toplam puanları sağ olanlara göre anlamlı Şekilde yüksektir. nemli bir sosyal kurum olan aile ocuk için en önemli sosyal çevredir. Meadows (2010)'a göre; sosyal bir varlık olan çocuğun gelişimi büyük oranda aile ile başlar. Aile ocuğun öğrenmeye ilişkin beceri kazanmasında, duyguları ile baş edebilmeyi öğrenmesinde büyük rol oynamaktadır. Aileden bir ebeveynin eksik olması çocuğu duygusal olarak zorlar. Bu durum ocuk için travmatik bir durumdur. Bu durum ileri yaşam dönemlerinde de etkisini gösterebilir.

Araştırmanın bulgularına göre maddi durum değişkenine göre beden imajı puanları anlamlı farklılık göstermemektedir.

Araştırmanın bulgularına göre maddi durum değişkenine göre benlik saygısı puanları anlamlı farklılık göstermektedir. Bu bulguya göre maddi durumundan memnun olan öğrencilerin benlik saygısı puanları memnun olmayanlara göre anlamlı derecede yüksektir. Otacıoğlu (2009) ğretmen adayları üzerinde yaptığı çalışmada aile maddi durumunun benlik saygısını etkilediğini saptamıştır. Yrkoğlu (1986) yaptığı çalışmada iyi maddi duruma sahip olan gençlerin %51'inde yüksek benlik saygısı saptanmasına karşılık, düşük ekonomik sınıflara mensup gençlerde ise bu oran %38 olduğunu bulgulamıştır.

Araştırmanın bulgularına göre niversite ğrencilerinde çocukluk ağı travmaları benlik saygısı için arasında ilişki bulunmaktadır. Diğer bir ifade ile çocukluk ağı travmaları benlik saygısını etkilemektedir. Ortaya çıkan bu bulgu literatür ile uyumludur. Çocukluk ağı travmalarının düşük benlik saygısına neden olduğu araştırmalarda saptanmıştır (zmert, 2006; Tıraşcı ve Gören, 2007). Yakın dönemde yapılan bir yurtiçi çalışmada istismar yaşayan bireylerin yaşamayanlara göre daha benlik saygısının daha düşük olduğu saptanmıştır (Eroğlu ve Türk, 2013). Ulusal alan yazınında 335 niversite ğrencisi ile yapılan bir çalışmada duygusal ve fiziksel yönden ihmal edilen öğrencilerin benlik saygılarının istatistiksel olarak anlamlı Şekilde daha düşük olduğu rapor edilmiştir (Onat, Din, Günaydın, Uğurlu, 2016). Kişinin kendisi ile ilgili olumlu görüşleri, kendini yeterli ve değerli görmesi, beceri ve yeteneklerini olumlu algılaması kişinin benlik saygısının yüksek olduğunu gösterir. Birey

yaşamının ilk dönemlerinde aile ilişkileri ile başlayan daha sonra bireyin sosyal çevresi tarafından katkı sunulan benlik saygısı bireylerin yaşamsal olaylarında önemli bir olgudur. Çocukluk çağı travmaları bu yaşamsal olayları etkileyen ve birçok rahatsızlığın kaynağı olan bir durumdur. Bu nedenle travmaların benlik saygısını etkilemesi normal olarak karşılanır.

Araştırmanın bulgularına göre üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları beden imajı arasında ilişki bulunmamaktadır. Diğer bir ifade ile çocukluk çağı travmaları beden imajını etkilememektedir. Tezcan (2009) obez bireylerde beden algısı, benlik saygısı ve travmatik geçmiş yaşantılar arasındaki ilişkiyi incelemiş çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşmıştır. Buna rağmen Yılmaz (2009) travmatik, psikolojik, fizyolojik ve sosyal değişiklikler beden imgesini etkileyen faktörler olduğunu belirtmiştir. Araştırma sonucu ortaya çıkan bu farklılığın örneklem seçiminden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu nedenle bu iki kavram arasında ilişkinin varlığı için net bir yorum yapılamamaktadır.

5.1 Öneriler

Türkiye’de çocukluk dönemi travmalarının bir halk sağlığı sorunu olduğu ortadadır. Ancak cinsel istismar başta olmak üzere, diğer travma tiplerinin de çeşitli gerekçelerle bildirimini yapılmadığı da bilinmektedir. Bireylerin benlik saygısı, kendini algılayış biçimi ve kendine dair düşüncelerinin ifadesi olan benlik saygısı ise kişinin yaşamı boyunca iyi oluşu için sahip olması gereken temel özelliklerden birisidir.

- Çocukluk dönemi travmasının etkilerine dair çalışmalar artırılmalıdır. Bu bağlamda kontrol grubu kullanılan çalışmaların yapılması önemlidir.
- Konu üzerinde yapılan araştırmaların yalnız niceliksel değil, niteliksel olarak da yapılmasında fayda bulunmaktadır.
- Çocukluk çağı travmalarının yaşanmamasını için gerekli önlemler alınmalıdır.
- Çocukluk çağı travmaları yaşayan bireylerin ruh sağlığının korunması için gerekli hizmetler verilmelidir.

- Bu araştırma örneklem sayısı artırılarak tekrarlanabilir.



KAYNAKLAR

- Aker AT.** (2012). *Temel Sağlık Hizmetlerinde Ruhsal Travmaya Yaklaşım.* (1. Baskı). Uzerler matbaacılık, Reklamcılık, Turizm Sanayi ve Tic. LTD, Ankara.
- Aktaş, S.** (2011). 9. Sınıfta Anne Baba Tutumları ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, T.C. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Altıok, H. Ö.** (2010). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeyi ile İlişkili Bazı Değişkenlerin İncelenmesi, *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, cilt:1, sayı:1.
- Amerikan Psikiyatri Birliği,** Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5) Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı'ndan, çev. Köroğlu, E. Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2013
- Aslan ve Yılmaz, H.** (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar ve Tanımlamalar, *Sosyal Bilimler Dergisi*, No: 48, 79-89
- Baumeister, Roy F., Campbell, Jennifer D., Krueger, Joachim I. ve Vohs, Kathleen D.,** (2013). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles, *Psychological Science In The Public Interest*, 4, s.1-44.
- Blood, S. K.** (2005). *Body work: The social construction of women's body image.* London, New York: Routledge.
- Brytek-Matera, A.** (2010). Psychological predictors of body image dissatisfaction in women suffering from eating disorders. *Layout Bulletin*, 181-191.
- Burger, Jerry M.** (2006). *Kişilik*, Çeviren: İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu, İstanbul: Kaknüs Psikoloji.
- Bushman B. Baumeister R.** (1998). Threatened Egotism, Narcissism, Self-Esteem, and Direct and Displaced Aggression: Does Self-Love or Self-Hate Lead to Violence?, *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), s. 219-229.
- Caccavale, L. J. Farhat, T. ve Iannotti, R. J.** (2012). Social engagement in adolescence moderates the association between weight status and body image. *Body Image*, (9), 221– 226.
- Calogero, R. M. ve Tylka, T. L.** (2010). Fiction, fashion, and function: An introduction to the special issue on gendered body image, part 1. *Sex Roles*, 63, 1-5.
- Campbell, W. K., Foster, C. A.** (2006). Narcissism And Commitment In Romantic Relationships: An Investment Model Analysis, *Personality And Social Psychology Bulletin*, 28.
- Canpolat, B. I.** (2003). Ergenlerin kendilik algısında beden imajının ve beden kitle indeksinin rolü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara

- Cash, T., F. Ve Pruzinsky, T.** (2002). *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Corey, G., ve Corey, M. S.** (2006). *I never knew I had a choice explorations in personal growth*. United States of America: Thomson Brook/Cole.
- Çetinkaya B., Başbakkal Z.** (2005). Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniklerinde Çalışan Hemşirelerin Benlik Saygısı Düzeylerinin ve Çocuk Yetiştirme Tutumlarının İncelenmesi, *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 21(2), s. 47-57.
- Deniz, M. B.,** (2014). *Aile Hukuku*, T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile Eğitim Programı.
- Dittmar, H.** (2008). *Consumer culture, identity and well-being the search for the "good life" and the "body perfect"*. New York: Psychology Press.
- Doğan, S. Ö.** (2014). İlköğretim Öğrencilerinin Aile Bağları Ve Ailede Şiddet Görme Durumunun Benlik Saygısı Üzerine Etkisi, *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2014
- Doğan, T., Sapmaz, F. ve Totan, T.** (2011). Beden imgesi baş etme stratejileri Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 121-129.
- Ekşi, H., Sevim, E. ve Kurt, B.** (2016). Psikolojik Doğum Sırası İle Yetersizlik Duygusunun Yetişkin Bağlanma Stillerini Yordama Düzeyinin İncelenmesi, *Elementary Education Online*.15(3): 1054-1065.
- Eriş, Y.** (2013), Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri, *Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İzmir
- Erkal S. ve Pek, H.** (1993) Beden imajında değişimler ve hemşirenin rolü. *Hemşirelik Bülteni*, 7 (30), 61-71.
- Eroğlu, A.R.Ç. & Türk, S.B.** (2013). Ergenlerde çocukluk örselenme yaşantıları ve öfke ifade tarzları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 10 (1). 1422-1439.
- Eryılmaz, A.** (2009). Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Geliştirilmesi. Gazi Üniversitesi *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*.7 (4), s. 975- 989.
- Esnaola, I., Rodríguez, A. & Goñi, A.** (2010). Body dissatisfaction and perceived sociocultural pressures: Gender and age differences. *Salud Mental*, 33, 21-29.
- Geçtan, E.** (1997). *İnsan Olmak*, Remzi Kitabevi, İstanbul
- Göksan, B.** (2007). Ergenlerde beden imajı ve beden dismorfik bozukluğu. *Uzmanlık Tezi*, T. C Sağlık Bakanlığı Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, İstanbul, Türkiye.
- Gözaydın, Z.** (2017). Lise Çağı Ergenlerde Benlik Saygısı ile Öğrenilmiş Çaresizlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Haliç Üniversitesi, İstanbul, 2017
- Green, B. L.** (1990). Defining Trauma: Terminology and Generic Stressor Dimensions1. *Journal of Applied Social Psychology*, 20(20), 1632-1642.
- Grogan, S.** (2005). *Body image understanding body dissatisfaction in men, women and children*. USA: Routledge.
- Hamarta, E., Arslan, C., Saygın, Y. ve Özyeşil, Z.** (2009). Benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlar bakımından üniversite öğrencilerinin stresle

- başa çıkma yaklaşımlarının analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(18), 25-42.
- Herbozo, S., ve Thompson, J. K.** (2010). The effects of ambiguous appearance-related feedback on body image, mood states, and intentions to use body change strategies in college women: an experimental study. *Body Image*, 7, 327–334.
- Hetherington, E. M., Parke, R. D., Gauvain, M. & Locke, V. O.** (2006). *Child psychology: a contemporary viewpoint*. Ney York: Mc Graw Hill.
- Kara, B., Biçer, Ü., Gökalp, A.S.** (2004). Çocuk İstismarı, *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 47: 140-151.
- Kempe, C.H. ve Helfer, R.E.** (1972). *Helping the Battered Child and His Family*, Lippincott, 1972.
- Kımtır, N.** (2012), *Benlik saygısı ve Din*, İstanbul: Kriter Yayınları.
- Koç, M., Çolak, T. S. ve Düşünceli, B.** (2012). Söylenme Zamanı ve Şekline Göre Travmaya Verilen Bilişsel, Duyuşsal ve Davranışsal Tepkiler (7-12 Yaş). *İlköğretim Online*, 11(1):75-84.
- Kulaksızoğlu, E.** (2010). *Dünü Bilmek Yarınları Aydınlatmak*, İstanbul Teknik Üniversitesi Mimarlık Fakültesi Baskı Atölyesi, İstanbul
- Kuzgun Meyvacioğlu, Y.** (1983). Benlik ve ideal benlik kavramlarının “tercih edilen meslek” kavramı ile ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 16(1), 1-10.
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H.** (2011). A body image and disordered eating intervention for women in midlife: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79 (6), 751-758.
- Merten, B. A., Lewinsohn, P. M., & Hops, H.** (1990). Sex differences and adolescent depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 99 (1), 55-63.
- Milot, T., St-Laurent, D., Éthier, L. S. and Provost, M. A.,** (2010). “TraumaRelated Symptoms in Neglected Preschoolers and Affective Quality of Mother-Child Communication” *Child Maltreatment*, 15(4):293-304.
- Mruk, C.,** (2006). *Selfesteem Research, Theory, And Practice: Toward A Positive Psychology Of SelfEsteem*, New York: Springer, 2006.
- Neff K.D., Vonk R.** (2009). Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways Of Relating To Oneself?. *Journal Of Personality*, 77, s. 23–50.
- Neiss, M.B., Sedikides, C., Stevenson, J.,** (2002). Self-Esteem: A Behavioral Genetic Perspective, *European Journal of Personality*, 16, s. 351-367
- Neumark-Sztainer, D., Levine, M. P., Paxton, S. J., Smolak, L., Piran, N., & Wertheim, E. H.** (2006). Prevention of body dissatisfaction and disordered eating: What next? *Eating Disorders*, 14, 265-285.
- Oktan, V., ve Şahin, M.** (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 543- 556
- Onat, G., Dinç, H., Günaydın, S. ve Uğurlu, F.** (2016). Çocukluk döneminde yaşanan ihmal veya istismarın benlik saygısına etkisinin incelenmesi. 3(1), 9-15

- Onur, B.** (1995), *Ergenlik Psikolojisi*, Hacettepe TAŞ Kitapçılık, Ankara
- Örsel, S. K.** (2001). Düşünme İhtiyacı ve Beden Algısına İlişkin Özgüven. *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Özen, Y.** (2014). Kendilik, Kendilik Algısı ve Kendilik Algısına Bağlı Psikosomatik Bozukluklara Sosyal Psikolojik Bir Bakış, *Akademik Bakış* (40).
- Özkan, İ.** (1994). Benlik saygısını etkileyen etkenler. *Düşünen Adam*, 7 (3), 4-9.
- Özmert, E.N.** (2006). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-iii: aile. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, (49). 256-273.
- Plummer, D. M.** (2011), *Benlik Saygısı Çocuklarda Nasıl Geliştirilir* (1. baskı). Çev. Emel Aksay, İstanbul: Sistem Yayınları
- Polat O.** (2000). Çocukta Cinsel İstismar. *Adli Tıp Dergisi Yayınları*, İstanbul, 207-231
- Polat O.** (2001). *Çocuk ve Şiddet*. İstanbul: Derya Yayınları,.
- Preester, H. D., ve Knockaert, V.** (2005). Body image and body schema interdisciplinary perspectives on the body. Amsterdam: John Benjamins Publishing Company.
- Pullmann, H, Allik, J.,** (2008). Relations of Academic and General Self-Esteem To School' Achievement, *Personality and Individual Differences*, 45, s. 559-564.
- Rumsey, N. & Harcourt, D.** (2005). The psychology of appearance. Berkshire: Open University Press.
- Ruppert, F.,** (2011). *Travma, Bağlanma ve Aile Konstelasyonları*, (Çev., F. Zengin) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Sandoval, E. L.** (2008). Secure attachment, self-esteem and optimism as predictors of positive body image in women. *PhD thesis*, A&M University, Texas, ABD.
- Sanford, L., ve Donovan M. E.** (1999). Kadınlar ve benlik saygısı. (Çev.S. Kunt). Ankara: HYB, s. 475.
- Sayar, K. ve Bağlan, F.** (2010). *Koruyucu Psikoloji*, İstanbul, Timaş Yayınları.
- Slevec, J., & Tiggemann, M.** (2010). Attitudes toward cosmetic surgery in middle-aged women: Body image, aging, anxiety, and the media. *Psychology of Women Quarterly*, 34, 65-74.
- Stice, E., Rohde, P., Shaw, H., & Marti, C. N.** (2013). Efficacy trial of a selective prevention program targeting both eating disorders and obesity among female college students: 1- and 2-year follow-up effects. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81 (1), 183-189.
- Swami, V., Stieger, S., Harris, A. S., Nader, I. W., Pietschnig, J., Voracek, M., & Tov'ee, M. J.** (2012). Further investigation of the validity and reliability of the photographic figure rating scale for body image assessment. *Journal of Personality Assessment*, 94 (4), 404-409.
- Şendil, G. ve Kızıldağ, Ö.** (2005). *Evlilik çatışması ve çocuk, 'Çatışmalı evde çocuk büyütme'*, İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Şenkal, İ.** (2013). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları Ve Bağlanma Biçiminin Depresyon Ve Kaygı Belirtileri İle İlişkinde Aleksitiminin Aracı Rolünün İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Tan, M., ve Karabulutlu, E.** (2004). Sürekli periton diyalizi uygulanan hastaların benlik saygısı ve beden imajlarını algılayışları. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 7(3), 63- 67.
- Taneli S, Albayrak C, Sivrioğlu Y.** (1999). *Küçük Çocuğun Cinsel Tacizi ve Tanı Zorlukları*, Ed. Ekski A., Ben Hasta Değilim. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi.
- Taner, Y. ve Gökler, B.** (2004). Çocuk İstismarı Ve İhmali: Psikiyatrik Yönleri, *Hacettepe Tıp Dergisi*, 35:82-86.
- Tarhan, S.** (1995). Lise Öğrencilerinin Beden İmajlarından Hoşnut Olma Düzeylerinin Özsaygıları Ve Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tatlıoğlu, K.** (2014). Üniversite Öğrencilerinin Beş Faktör Kişilik Kuramı'na Göre Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Tarih Okulu*, 7(XVII): 939-971.
- Taylor, L. K., Weems, C. F., Costa, N. M. and Carrión, V. G.,** (2009). Loss and the Experience of Emotional Distress in Childhood, *Journal of Loss and Trauma: International Perspectives on Stress & Coping*, 14(1):1-16
- Temel F. Ve Aksoy A.** (2010). *Ergen Ve Gelişimi*, Nobel Yayın Dağıtım. Acar Matbaacılık. Ankara, 2010.
- Tıraşçı, İ.Y. ve Gören, S.** (2007). Çocuk istismarı ve ihmali. *Dicle Tıp Dergisi*, 34 (1), 70-74.
- Tıraşçı, Y., ve Gören, S.** (2007). Çocuk _İstismarı ve İhmali, *Dicle Tıp Dergisi*, 34 (1): 70-74.
- Tiggemann, M., ve Miller, J.** (2010). The internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Sex Roles*, 63, 79-90
- Tiggemann, M., ve Polivy, J.** (2010). Upward and downward: Social comparison processing of thin idealized media images. *Psychology of Women Quarterly*, 34, 356-364.
- Topbaş, M.** (2004), İnsanlığın Büyük Ayıbı: Çocuk İstismarı, *TSK Koruyucu Bülteni*, C.3, S.4, ss: 76-80.
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., ve Robins, R. W.** 'Stability Of Self-Esteem Across The Life Span', *Journal Of Personality And Social Psychology*, 84, 2003, s. 205–220
- Tunç, T.** (2011). Benlik Saygısı Ve Kaygının Çatışma Yönetim Stilleri Üzerindeki Etkileri: Bir Üniversite Hastanesi Örneği, *Doktora Tezi*, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Tylka, T. L.** (2011). Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image*, 8, 199– 207.
- Uyanık, B.** (2000), Farklı Sosyo Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı İle Ruhsal Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, SBE, Ankara
- Varlık, E.** (2006). Üniversite Öğrencilerinde 'Düşünce Davranış Kaynaşması' Ve 'Düşünce Beden Kaynaşması'nın Yeme Tutumları İle İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Volkan, V. D. ve Zintl, E.** (2010). *Gidenin Ardından*, (2). İstanbul: Oa yayınları.

- Wilhelm, S. (2006).** *Feeling good about the way you look a program for overcoming body image problems.* New York: The Guilford Press.
- Yılmaz, B. (2008).** Baş-boyun Kanseri Tanısı İle Ameliyat Olan Hastaların Ameliyat Öncesi ve Ameliyat Sonrası Beden İmajı Ve Benlik Saygısı. *Yüksek lisans tezi*, Marmara Üniversitesi, İzmir.
- Yılmaz, H.Ö., (2009),** Obez Bireylere Verilen Beslenme Eğitiminin Beden İmgesiyle Uğraşıya, Beslenme Davranışına Ve Kilo Vermeye Etkisi, *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi, İstanbul.



EKLER

Ek.1: Kişisel Bilgi Formu

Ek.2: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Ek.3: Beden İmajı Ölçeği

Ek.4: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Ek.5: Etik Kurul Kararı



Ek-1: Kişisel Bilgi Formu

Sayın katılımcılar;

Aşağıda sizi tanımamıza yönelik bazı sorular bulunmaktadır. Sorulara içtenlikle cevap vermeniz araştırmanın güvenilirliği açısından önem taşımaktadır. Test üzerinde kimliğinizi belirten herhangi bir soru bulunmamaktadır. Bu nedenle her soru için mümkün olduğunuzca samimi bir şekilde size uyan cevabı işaretleyiniz. Lütfen her maddeyi cevaplandırdığınızdan emin olun. Katılımınız için teşekkür ederim.

Çalışmaya katılmayı onaylıyorum. evet hayır

1. Kaç yaşındasınız?

17-25 26-30 30-35 35-40 40 ve üzeri

2. Cinsiyetiniz : () Kadın () Erkek

3. Çalışma durumunuz nedir? () Çalışmıyorum () Çalışıyorum

4. Maddi gelirinizden memnun musunuz? Evet Hayır

5. Bilinen bir rahatsızlığınız var mı (bedensel ya da tıbbi)?

Evet Hayır

6. Kaç kardeşiniz?

7. Kaçınıcı kardeşiniz?

8. Bölümünüz:

9. Kaçınıcı sınıfsınız?

10. Annenizin eğitim durumu nedir?

Okur-yazar değil Okur -yazar İlkokul mezunu Ortaokul mezunu

Lise mezunu Üniversite mezunu Yüksek lisans ve üzeri

11. Babanızın eğitim durumu nedir?

Okur-yazar değil Okur -yazar İlkokul mezunu Ortaokul mezunu

Lise mezunu Üniversite mezunu Yüksek lisans ve üzeri

12. Anneniz yaşıyor mu? Evet Hayır ise (Ölüm Yılı.....)

13. Babanız yaşıyor mu? Evet Hayır ise (Ölüm Yılı.....)

14 Anne Baba Birlikte mi?

15. Babanızın bilinen bir rahatsızlığı var mı(bedensel ya da tıbbi)?

Evet Hayır

16. Annenizin bilinen bir rahatsızlığı var mı(bedensel ya da tıbbi)?

Evet Hayır

17. Ailenizden hiç şiddet gördünüz mü? Evet Hayır

18. Herhangi bir kaza veya yaralanma olayı yaşadınız mı ? Evet
Hayır

Ek-2: Rosenborg Benlik Saygısı Ölçeği

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki anlatımlarla ilgili olarak size en uygun seçeneği işaretleyiniz.

1.Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

2.Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

3.Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

4.Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

5.Kendimle gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

6.Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

7.Genel olarak kendimden memnunum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

8.Kendime karşı daha fazla saygı duymayı isterdim.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

9.Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

10.Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış 3. Çok
yanlış

Ek-3: Beden İmajı Ölçeği

BEDEN İMAJI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki sorularda belirtilen vücut özelliğiniz hakkındaki duygularınızı en iyi anlatan ifadenin yanına X işareti koyunuz. Herhangi bir vücut özelliğinizi genel olarak beğenip beğenmediğinize göre duygularınızı değerlendiriniz.

	Çok beğeniyorum	Oldukça beğeniyorum	Kararsızım	Pek beğenmiyorum	Hiç beğenmiyorum
1. Saçlarım	_____	_____	_____	_____	_____
2. Yüzümün rengi	_____	_____	_____	_____	_____
3. İştahım	_____	_____	_____	_____	_____
4. Ellerim	_____	_____	_____	_____	_____
5. Vücudumdaki kıl dağılımı	_____	_____	_____	_____	_____
6. Burnum	_____	_____	_____	_____	_____
7. Fiziksel görünüm	_____	_____	_____	_____	_____
8. İdrar dışkı düzenim	_____	_____	_____	_____	_____
9. Kas kuvvetim	_____	_____	_____	_____	_____
10. Belim	_____	_____	_____	_____	_____
11. Enerji düzeyim	_____	_____	_____	_____	_____
12. Sırtım	_____	_____	_____	_____	_____
13. Kulaklarım	_____	_____	_____	_____	_____
14. Başım	_____	_____	_____	_____	_____
15. Çenem	_____	_____	_____	_____	_____
16. Vücut yapım	_____	_____	_____	_____	_____
17. Profilim	_____	_____	_____	_____	_____
18. Boyum	_____	_____	_____	_____	_____
19. Duyularımın keskinliği	_____	_____	_____	_____	_____
20. Ağrıya dayanıklılığım	_____	_____	_____	_____	_____
21. Omuzlarımın genişliği	_____	_____	_____	_____	_____
22. Kollarım	_____	_____	_____	_____	_____
23. Göğüslerim	_____	_____	_____	_____	_____
24. Gözlerim	_____	_____	_____	_____	_____
25. Sindirim sistemim	_____	_____	_____	_____	_____
26. Kalçalarım	_____	_____	_____	_____	_____
27. Hastalığa direncim	_____	_____	_____	_____	_____
28. Bacaklarım	_____	_____	_____	_____	_____
29. Dişlerimin şekli	_____	_____	_____	_____	_____
30. Cinsel gücüm	_____	_____	_____	_____	_____
31. Ayaklarım	_____	_____	_____	_____	_____
32. Uyku düzenim	_____	_____	_____	_____	_____
33. Sesim	_____	_____	_____	_____	_____
34. Sağlığım	_____	_____	_____	_____	_____
35. Cinsel faaliyetlerim	_____	_____	_____	_____	_____
36. Dizlerim	_____	_____	_____	_____	_____
37. Vücudumun duruş şekli	_____	_____	_____	_____	_____
38. Yüzümün şekli	_____	_____	_____	_____	_____
39. Kilom	_____	_____	_____	_____	_____
40. Cinsel organlarım	_____	_____	_____	_____	_____

Ek-4: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Sorulara nasıl yanıt verilecek?

Bu sorular **çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde (20 yaşından önce)** başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru için sizin durumunuza uyan rakamı daire içersine alarak işaretleyiniz. Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

	Hiç bir zaman	Nadiren	Zaman zaman	Sıklıkla	Çok sık olarak
Çocukluğumda yada ilk gençliğimde...					
Yeterli yemek bulamazdım.	1	2	3	4	5
Ailemdelikler bana “salak”, “beceriksiz” yada “tipsiz” gibi sıfatlarla seslenirlerdi.	1	2	3	4	5
Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur yada uyuşturucu alırlardı.	1	2	3	4	5
Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan birisi vardı.	1	2	3	4	5
Kirli giysiler içersinde dolaşmak zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
Sevildiğimi hissediyordum.	1	2	3	4	5
Ana babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyordum.	1	2	3	4	5
Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora yada hastaneye gitmem gerekmişti.	1	2	3	4	5
Ailemdelikler bana o kadar şiddetle	1	2	3	4	5

vuruyorlardı ki vücudumda morartı yada sıyrıklar oluyordu.					
Kayış, sopa, kordon yada başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.	1	2	3	4	5
Ailemde başka türlü olmasını istediğim bir şey yoktu.	1	2	3	4	5
Ailemdekiler birbirlerine karşı saygılı davranırlardı.	1	2	3	4	5
Ailemdekiler bana kırıcı yada saldırganca sözler söylerlerdi.	1	2	3	4	5
Vücutça kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
Ailemdekiler beni her türlü kötülükten korumaya çalışırlardı.	1	2	3	4	5
Bana o kadar kötü vuruluyor yada dövülüyordum ki öğretmen, komşu yada bir doktorun bunu fark ettiği oluyordu.	1	2	3	4	5
Ailemde birisi benden nefret ederdi.	1	2	3	4	5
Ailemdekiler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.	1	2	3	4	5
Birisi bana cinsel amaçla dokundu yada kendisine dokunmamı istedi.	1	2	3	4	5
Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla yada benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı.	1	2	3	4	5
Çocukluğum mükemmeldi.	1	2	3	4	5
Birisi beni cinsel şeyler yapmaya yada cinsel şeylere bakmaya zorladı.	1	2	3	4	5
Birisi bana cinsel tacizde bulundu.	1	2	3	4	5
Duygusal bakımdan kötüye	1	2	3	4	5

kullanılmış olduğuma inanıyorum.					
Benim ailem dünyanın en iyisiydi.	1	2	3	4	5
Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi.	1	2	3	4	5
Gerektiği halde doktora götürülmezdim.	1	2	3	4	5



Ek-5: Etik Kurul Kararı



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 88083623-020
Konu : Etik Onay Hk.

Sayın FARANA KHALIGOVA

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 06.12.2019 tarihli ve 2019/21 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize rica ederim.

e-imzalıdır
Dr.Öğr.Üyesi Hüseyin KAZAN
Müdür Yardımcısı

10/12/2019 Enstitü Sekreteri

Büke KENDER

Evrakı Doğrulamak İçin : <https://evrakdogrula.aydin.edu.tr/enVision.Dogrula/BelgeDogrulama.aspx?V=BE6E36PD1>

Adres:Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL
Telefon:444 1 428
Elektronik Ağ:<http://www.aydin.edu.tr/>

Bilgi için: Büke KENDER
Unvanı: Enstitü Sekreteri



ÖZGEÇMİŞ

FARANA KHALİGOVA

16.mkr,İsmet Gaibov sokağı, 107 V, Sumgait /Azerbajjan

Tel: +994515151234

E-mail: ferane_xaliqova@hotmail.com

Kişisel Bilgileri:

Uyruğu : Azerbaycan

Doğum Yeri : Sumgait

Doğum Tarihi : 21.10.1989

Medeni Hali : Bekar

Eğitim Bilgileri:

2017- 2019 Yüksek Lisans
İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler
Enstitüsü

2007 -2011 Psikoloji Ana Bilim Dalı
Lisans
Azerbaycan Diller Üniversitesi
,Dilbilimi fakültesi,Tercümanlık bölümü

1996-2007 M.Füzuli adına 15 sayılı orta mektep