T.C.
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

DİSİPLİNLERARASI DAVRANIŞ BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

KADIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ TARAFINDAN ALGILANAN ÇOK BOYUTLU SOSYAL DESTEK İLE BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SİMAY KARAMAN

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. ŞEREF ULUOCAK

ÇANAKKALE – 2024

T.C.
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

DİSİPLİNLER ARASI DAVRANIŞ BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

KADIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ TARAFINDAN ALGILANAN ÇOK BOYUTLU SOSYAL DESTEK İLE BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SİMAY KARAMAN

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. ŞEREF ULUOCAK

ÇANAKKALE – 2024

T.C.

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Simay KARAMAN tarafından Prof. Dr. Şeref ULUOCAK yönetiminde hazırlanan ve **15/08/2024** tarihinde aşağıdaki jüri karşısında sunulan "**Kadın Üniversite Öğrencileri Tarafından Algılanan Çok Boyutlu Sosyal Destek ile Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki**" başlıklı çalışma, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü **Disiplinlerarası Davranış Bilimleri Anabilim Dalı**'nda **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak oy birliği ile kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	**İmza**
Prof. Dr. Şeref ULUOCAK (Danışman)	……
Prof. Dr. Arif Olgun KÖZLEME	……
Prof. Dr. Serkan GÜZEL	…….

Tez No : 10652128

Tez Savunma Tarihi : 15/08/2024

……

Prof. Dr. Ahmet Evren ERGİNAL

Enstitü Müdürü

../../20..

ETİK BEYAN

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Kuralları'na uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi taahhüt ve beyan ederim.

(İmza)
Simay KARAMAN
15/02024

TEŞEKKÜR

Bu tezin gerçekleştirilmesinde, çalışmam boyunca desteğini esirgemeyen, akademik bilgi birikimime önemli katkı sağlayan saygı değer danışman hocam Prof. Dr. Şeref ULUOCAK' a teşekkürlerimi sunarım.

Tez sürecim boyunca maddi-manevi tüm destekleri ile yanımda olan, en az benim kadar büyük bir heyecanla tezimin bitmesini bekleyen, her zaman yanımda olan canım annem ve canım babama sonsuz teşekkür ederim.

Bu tezin konularından birisi sosyal destek, ben de en büyük sosyal destek kaynaklarıma, ilkokul birinci sınıftan beri 20 yıldır hayatımdaki iyi kilerime teşekkür etmek istiyorum. Tüm bunaltı ve stres anlarıma tanık olan ve desteğini her zaman, her konuda hissettiğim Asena ŞALLI'ya; bana her şeyi başarabileceğimi hissettiren Yağmur Erkişi Akça'ya; her zaman sevgi ve ilgiyle yanımda olmaya hazır olan Nursena ÇANTI'ya; birbirimizden ne kadar uzakta olursak olalım hep varlığını kalbimde hissettiğim Sevgi Ekin KESKİNEL'e teşekkür ederim.

Simay KARAMAN

Çanakkale, Ağustos 2024

ÖZET

KADIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ TARAFINDAN ALGILANAN ÇOK BOYUTLU SOSYAL DESTEK İLE BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİ

Simay KARAMAN
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Davranış Bilimleri Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi
Danışman: Prof. Dr. Şeref ULUOCAK
15/08/2024, 87

Toplumsal cinsiyet kadın, erkek ya da interseks olmanın psikolojik, davranışsal, sosyal, kültürel, ekonomik ve politik yönlerini ifade etmekte olup bireylerin yaşamlarının tüm alanlarına etki etmektedir. Bu çalışma toplumsal cinsiyetin kadın üniversite öğrencileri üzerindeki psikolojik ve sosyal etkilerini ele almakta olup bu doğrultuda toplumsal cinsiyetin algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumu ile ilişkisini inceleme amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada tabakalı orantılı örnekleme yöntemi kullanılarak Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi'nin beş farklı fakültesinde 388 gönüllü katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama araçları olarak Demografik Bilgi Formu, Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizleri Lisrel 12.4 ve SPSS 29 programı aracılığıyla yapılmıştır. Bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), pearson korelasyon analizi ve çoklu regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Yapılan korelasyon analizine göre Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği'nin tüm alt boyutları (görünüm, dayanıklı olma, eşitlikçi ve geleneksel cinsiyet rolleri) aileden algılanan sosyal destek ile istatistiki bakımdan anlamlı ve pozitif yönlü ilişkili iken, sadece görünüm alt boyutu, arkadaşlardan algılanan sosyal destek ($r=-.125$, $p<.05$), benlik saygısı ($r=-.195$, $p=<.001$) ve yaşam doyumu ($r=-.146$ $p<.01$) ile anlamlı ve negatif yönlü ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Yapılan çoklu regresyon analizine göre aileden ve özel bir insandan algılanan sosyal destek, benlik saygısı, sosyoekonomik durum ve psikolojik yardım alma durumu yaşam doyumu varyansının %32'sini; yaşam doyumu, çalışma durumu, eşitlikçi

cinsiyet rolleri ve dayanıklı olma aileden algılanan sosyal destek varyansının %23'ünü açıklamaktadır. Sonuç olarak kadın üniversite öğrencilerinin sosyal destek kaynaklarının, benlik saygılarının ve yaşam doyumlarının toplumsal cinsiyet oluşumu ile ilişkili olduğu söylenebilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Toplumsal cinsiyet, Sosyal destek, Benlik saygısı, Yaşam doyumu, Eşitlikçi cinsiyet rolleri, Geleneksel cinsiyet rolleri

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN MULTIDIMENSIONAL SOCIAL SUPPORT PERCEIVED BY FEMALE UNIVERSITY STUDENTS AND SELF-ESTEEM AND LIFE SATISFACTION

Simay KARAMAN
Çanakkale Onsekiz Mart University
School of Graduate Studies
Interdisciplinary Behavioral Sciences Department Master's Thesis
Advisor: Prof. Dr. Şeref ULUOCAK
08/15/2024, 87

Gender encompasses the psychological, behavioral, social, and cultural aspects of being female, male, or intersex, influencing all areas of individuals' lives. This study addresses the psychological and social effects of gender on female university students and aims to examine the relationship between gender, perceived social support, self-esteem, and life satisfaction. The research was conducted with 388 voluntary participants from five different faculties of Zonguldak Bülent Ecevit University, using a stratified proportional sampling method. Data collection instruments included the Demographic Information Form, the Socialization of Gender Norms Scale, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support, the Rosenberg Self-Esteem Scale and The Satisfaction With Life Scale. Data analyses were performed using Lisrel 12.4 and SPSS 29 software. Independent groups t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), Pearson correlation analysis, and multiple regression analyses were conducted. According to the Pearson correlation analysis, all subdimensions of the Socialization of Gender Norms Scale (appearance, egalitarian gender roles, traditional gender roles, and resilience) were significantly related to perceived social support from family. However, only the appearance subdimension was significantly and negatively related to perceived social support from friends ($r=-.125$, $p<.05$), self-esteem ($r=-.195$, $p<.001$), and life satisfaction ($r=-.146$, $p<.01$). The findings of the multiple regression analysis indicated that perceived social support from family and a significant other, self-esteem, socioeconomic status, and the status of receiving psychological help accounted for 32% of the variance in life satisfaction. Life satisfaction, employment status,

egalitarian gender roles, and resilience accounted for 23% of the variance in perceived social support from family. As a result, it can be said that female university students' social support sources, self-esteem and life satisfaction are related to gender formation.

Keywords: Gender, Social support, Self-esteem, Life satisfaction, Egalitarian gender roles, Traditional gender roles

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

JÜRİ ONAY SAYFASI……... i
ETİK BEYAN…… ii
TEŞEKKÜR…….. iii
ÖZET ……..…….. iv
ABSTRACT …….. vi
İÇİNDEKİLER ……..…… vii
SİMGELER ve KISALTMALAR……..…… xi
TABLOLAR DİZİNİ…….…. xii

BİRİNCİ BÖLÜM
GİRİŞ 1

1.1. Problem Durumu ……....…….…… 9
1.2. Araştırmanın Problem Cümlesi ……..…….. 10
1.2.1. Araştırmanın Hipotezleri ..……..……....…….. 10
1.3. Araştırmanın Amacı ……....…….. 12
1.4. Araştırmanın Önemi …….. 12
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları ……. 13
1.6. Araştırmanın Sayıltıları ……. 14
1.7. Tanımlar 14

İKİNCİ BÖLÜM
KURAMSAL ÇERÇEVE 16

2.1. Toplumsal Cinsiyet …….....…….…..... 16
2.1.1. Toplumsal Cinsiyet ile İlgili Araştırmalar ……...……..…….. 21
2.2. Çok Boyutlu Sosyal Destek ……...…...…… 24
2.2.1. Çok Boyutlu Sosyal Destek ile İlgili Araştırmalar ……..……..... 27
2.3. Benlik Saygısı ……....…….. 29
2.3.1. Benlik Saygısı ile İlgili Araştırmalar …… 34

2.4. Yaşam Doyumu …… 35
2.4.1. Yaşam Doyumu ile İlgili Araştırmalar ……. 38

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ 40

3.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi ……..…….... 40
3.2 Veri Toplama Araçları ……..…….... 40
3.2.1 Demografik Bilgi Formu ……..……..……. 40
3.2.2. Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği …… 41
Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği'nin Geçerlilik Analizi ……..….. 42
3.2.3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği …….. 43
3.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği …….. 44
3.2.5 Yaşam Doyumu Ölçeği …… 45
3.3. İşlem ……..…….... 45
3.4. Verilerin Analizi …..……..……..... 46

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
ARAŞTIRMA BULGULARI 47

4.1. Betimleyici Özelliklere İlişkin Yüzde Analizi ve Frekans Sonuçları……..…….... 47
4.2. Pearson Korelasyon Analizine İlişkin Bulgular ……..…….... 51
4.3. T-Testi Analizine İlişkin Bulgular …….. 54
4.4. Tek Yönlü Varyans Analizine (ANOVA) İlişkin Bulgular …… 57
4.5. Çoklu Regresyon Analizine İlişkin Bulgular …….. 67

BEŞİNCİ BÖLÜM
SONUÇ ve ÖNERİLER 71

5.1. Sonuç ……..…….... 71
5.2. Öneriler ……..…….... 77
KAYNAKÇA ...……. 80
EKLER ……..……. I
EK 1. ÖRNEKLEM BÜYÜKLÜĞÜNÜN HESAPLANMASI …….……... I
EK 2. TCOÖ'NİN PATH DİYAGRAMI ……..... III

EK 3. ETİK KURUL İZNİ …… IV
EK 4. ANKET UYGULAMA İZNİ …….. V
EK 5. ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ …… VI
EK 6. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM METNİ …….. VIII
EK 7. ANKET FORMLARI …….. IX

SİMGELER VE KISALTMALAR

%	Yüzde oranı
APA	American Psychological Association
MSPSS	Mutlidimensional Scale of Perceived Social Support
N	Katılımcı Sayısı
Ss	Standart sapma
Vd.	Ve diğerleri
TDK	Türk Dil Kurumu
TCOÖ	Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği
ÇBASDÖ	Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu
RMSEA	Yaklaşık hataların ortalama karekökü
SPSS	Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı
WHO	World Health Organization

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo No	Tablo Adı	Sayfa No
Tablo 1	TCOÖ'nin alt boyutları arasındaki pearson korelasyon analizi bulguları	42
Tablo 2	Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin bulgular	47
Tablo 3	Katılımcıların ölçek ortalamalarına ilişkin bulgular	50
Tablo 4	TCOÖ ile çok boyutlu algılanan sosyal destek kaynaklarına ilişkin korelasyon analizi bulguları	51
Tablo 5	TCOÖ ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki korelasyon analizine ilişkin bulgular	52
Tablo 6	Algılanan sosyal destek kaynakları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki korelasyon analizine ilişkin bulgular	53
Tablo 7	Katılımcıların bir işte çalışma durumlarına ilişkin t-testi analizi bulguları	55
Tablo 8	Katılımcıların psikolojik yardım alma durumlarına ilişkin t-testi analizi bulguları	56
Tablo 9	Katılımcıların sınıfları ve TCOÖ alt boyutlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	58
Tablo 10	Katılımcıların annelerinin eğitim durumları ve algılanan sosyal destek kaynaklarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	59
Tablo 11	Katılımcıların babalarının eğitim durumları ve yaşam doyumlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	61
Tablo 12	Katılımcıların yaşadıkları yer ve algılanan sosyal destek kaynaklarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	62
Tablo 13	Katılımcıların yaşadıkları yer ve yaşam doyumlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	63
Tablo 14	Katılımcıların sosyoekonomik durumları ve TCOÖ alt boyutlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	64
Tablo 15	Katılımcıların sosyoekonomik durumları ve algılanan sosyal destek kaynaklarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	65
Tablo 16	Katılımcıların sosyoekonomik durumları ve benlik saygılarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	67

Tablo 17	Katılımcıların sosyoekonomik durumları ve yaşam doyumlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları	68
Tablo 18	Yaşam doyumunu yordayan değişkenlere yönelik çoklu regresyon analizi bulguları	69
Tablo 19	Benlik saygısını yordayan değişkenlere yönelik çoklu regresyon analizi bulguları	70
Tablo 20	Aileden algılanan sosyal desteği yordayan değişkenlere yönelik çoklu regresyon analizi bulguları	71
Tablo 21	TCOÖ'nin görünüm alt boyutunu yordayan değişkenlere yönelik çoklu regresyon analizi bulguları	71

BİRİNCİ BÖLÜM
GİRİŞ

Toplumsal cinsiyet rolleri bireylerin yaşamları üzerinde oldukça önemli yapısal örüntü kalıpları olarak karşımıza çıkmaktadır. Toplumsal cinsiyet kadınlara ve erkeklere nasıl yaşayacakları, yaşamlarını nasıl şekillendirecekleri üzerine büyük ölçüde etki etmektedir. Toplumsal cinsiyet bireylerin gündelik yaşamları üzerinde etkili olan, toplumsal yaşamın her alanında toplum tarafından beklenilen örüntülenmiş rol beklentilerini ifade etmektedir. Toplumsal cinsiyet, toplumsallaşma süreci içerisinde bireylerin meslek seçimlerine, aile içerisindeki üstlenilen rollere kısacası oluşturulan yaşam biçimlerinde kendisini göstermektedir (Arıcı, 2011). Bu durum özellikle ataerkil ve ataerkil kodların varlığını devam ettirdiği modern toplumlarda dahi kadınlar için büyük bir dezavantaj oluşturmaktadır. Çoğu toplumda kadınlar erkeklere göre daha düşük bir konumda algılanmaktadırlar. Toplumlarda kadınların erkeklere göre ikincil konumda algılanmalarından dolayı kadınlar ataerkil toplumların söylemleri ile ortaya çıkabilecek travmatik yaşam olaylarına karşı risk altında bulunmakta (Cirhinlioğlu, 2018;162), erkeklerin kadına karşı olan saldırganca tavırları ve kadına yönelik şiddeti meşru gösterilmektedir (Eryılmaz, 2020:8).

Feminist hareketlerin ortaya çıkmasıyla birlikte kadınların günlük yaşam içerisinde karşı karşıya kalmış oldukları sorunlar, ayrımcılıklar, toplumsal cinsiyet eşitsizlikleri kısacası kadınların ikincil konuma itilmişliği görünür bir hal kazanmaya başlamıştır. Feminizm; cinsiyetçiliği, cinsiyete dayalı sömürüyü ve baskıyı yok etmeye çalışan bir hareket olarak tanımlanmaktadır (Hooks, 2022: 9). Toplumsal cinsiyet olgusunun dinamik bir yapı sergilemesi, zaman içerisinde değişimlere uğramakta olması gibi feminist harekette değişimlere uğramaktadır. Tarihsel süreç içerisinde feminizmin doruk noktasına ulaştığı dört dönem bulunmaktadır: birinci, ikinci, üçüncü ve dördüncü dalga feminizm. Feminist hareket "özel olan politiktir" görüşü içerisindedir.

Ataerkil toplumlarda erkeklere aktif roller verilmekte iken kadınlara pasif roller verilmekte ve bu pasif rollerin dışına çıkan kadınlara olumsuz bir gözle bakılmaktadır. Günümüzde kadınların karşı karşıya kaldıkları birçok sorunun, bu toplumsal cinsiyet

eşitsizlikleri nedeniyle ortaya çıktığı görülmektedir (Savaş, 2018: 104). Bireyler yaşamlarının ilk yıllarından beri bu toplumsal cinsiyet rollerini öğrenmeye başlamaktadırlar. Kültürün ve toplumun, toplumsal cinsiyet rollerine yüklediğini anlamlar ve tutumlar bireyler üzerinde denetleyici, sınırlandırıcı ve beklenti etkileri ile bireylere nüfus etmektedir (Ersoy, 2009). Toplumsal cinsiyet rolleri, bireylerin sahip oldukları potansiyellerini ve isteklerini sınırlandırmaktadır (Else-Quest ve Hyde, 2021). Toplumsal cinsiyet oluşumuna bakıldığı zaman toplumların demokratik kültürlerinin ve alt yapılarının gelişmişliği oranında geleneksel cinsiyet rolleri, eşitlikçi cinsiyet rolleri ya da her iki ideal tipsel türe özgü cinsiyet rolü beklentilerine maruz kalınmaktadır. Toplumsal cinsiyet aktif bir şekilde özel ve kamusal alana etki ederek bireyleri toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini kabullenmeleri ve uyum sağlamaları konusunda teşvik etmektedir (Messerschmidt, 2019: 181). Geleneksel cinsiyet rolleri ataerkil sistemleri sürdürüp kadınları özel alanla sınırlandırıp kamusal alan içerisinde bulunmamalarını dayatırken, eşitlikçi cinsiyet rolleri kadınların özel alandan çıkıp kamusal alanda etkin olmalarını desteklemektedir. Kamusal alan çerçevesinde bakıldığında Bhasin'in belirtiği gibi otorite, güç ve denetime dayalı meslekler erkeğe; bakım, beslenme ve hizmetle ile ilişkili meslekler ise kadına özgü olarak görülmekte, kadın hem evde hizmet eden hem de dışarıda hizmet eden olmaya devam etmektedir (Bhasin, 2014). Bu açıklamadan da görüldüğü üzere kadınlar kamusal alana geçtiği zaman bile kendilerine biçilmiş rollerle karşı karşıya kalmakta, yine belirli yasaklarla sınırlandırılmış bir konuma itilmiş bulunmaktadır. Bireyler toplumsal cinsiyet oluşumu aşamasında geleneksel ya da eşitlikçi cinsiyet rollerini aileleri, bakım sağlayıcıları ve çevrelerinde bulunan diğer kişiler tarafından almaktadırlar.

Farklı toplumlarda, kültürlerde ve zaman dilimlerinde kadın ve erkek olmanın ne anlama geldiği farklı biçimlerde karşımıza çıkmaktadır (Okray, 2015). Toplumsal cinsiyet ayrımcılığı zamana ve kültüre göre değişim göstermekte olmasına rağmen hemen her zaman kadının aleyhinde olmaktadır. Mitolojiye bakıldığı zaman kadın, günahların kaynağı olarak resmedilmektedir (Hays, 1964 akt. Else-Quest ve Hyde, 2021). "Roma'da M.Ö. kadın, babasından kocasına aktarılan bir 'mal'dır" (Bingöl, 2014:110). Kadınların aleyhinde olan durumlara diğer bir örnek olarak ise kadınların seçme ve seçilme hakkına ne kadar geç sahip olduklarını gösteren tarihler verilebilir. Türkiye'de kadınlara seçme ve seçilme hakkı 1934 yılında, İtalya ve Fransa'da 1940-1950'li yıllar arasında ve İsviçre 1970 yılında sahip olmuşlardır (Bingöl, 2014). Kadınların içerisinde bulundukları koşullar zaman içerisinde

değişim geçirmiş olmasına rağmen erkekler karşısındaki konumlarının bir değişime uğramadığı söylenebilmektedir (Bhasin, 2014).

Görüldüğü üzere kadınların erkeklere göre ikincil konumda bulunma durumu süregelmektedir. Kadınların ikincil konumda olmasına diğer bir örnek, birçok Güney Asya ülkesinde erkek bebeğin doğmuş olması bir kutlamayla karşılanırken bir kız bebeğin doğmuş olması yas ile karşılanmaktadır (Bhasin, 2014:12). Özellikle Hindistan ve Çin'de infantisit oranları (bebek öldürme) kız bebeklerin yaşamı için bir tehdit olmaya devam etmektedir (Öztürk, 2012). Cinsiyetin toplumsallaşmasının ardından kız çocuklarına "köklerin", erkek çocuklarına ise "kanatların" verildiği söylenmektedir (Myers, 2015: 181).

Kadınların günlük yaşantılarında karşı karşıya kaldıkları ikincil konuma hapsolma durumu ev içerisinde, iş yerlerinde ya da toplum içerisinde ayrımcılık, aşağılanma, dikkate alınmama, baskı ya da şiddet gibi çeşitli biçimlerde kendini göstermektedir (Bhasin, 2014). Toplum içerisinde sürekli ikincil durumda olma durumu ve bu durumun kadınlara hissettirdiği aşağılanmışlık hissi kadınların kendilerine saygı ve kendilerine güven duymalarına engel oluşturmaktadır (Eryılmaz, 2020). Ataerkil toplumlarda kadınların erkeklere göre daha düşük bir statüde konumlanmalarının, kadınların benlik saygılarını olumsuz bir biçimde etkilediği düşünülmektedir (Pehlivan, 2016: 480). Çoğu ataerkil toplumlarda kadınların çalışmayıp ev içerisinde bulunması, erkeğe muhtaç bir konumda algılanması ve toplumdan soyutlanması sosyal statülerinin bir sembolü olarak görülmektedir (Bhasin, 2014). Ataerkil sistemin normlarına uymayan kadınlar toplum tarafından dışlanma, olumsuz bir tutumla karşı karşıya kalma ve bir istisna olarak değerlendirilme gibi durumlara maruz kalmaktadırlar. Örneğin kadınların elde ettikleri başarılar dış etmenlere (örneğin kişinin şanslı olduğu ya da yapılan işin kolay olduğu söylenirken) atfedilirken, erkeklerin elde ettikleri başarılar daha çok iç etmenlere (örneğin kişinin sarf ettiği çaba ya da yeteneğe) atfedilmektedir (Dökmen, 2009).

Ataerki kavramının yanısıra "hegemonik kadınlık" ve "hegemonik erkeklik" kavramları da kültürel olarak baskın olan örüntüleri ifade etmek amacıyla kullanılmaktadır (Messerschmidt, 2019: 53). Hegemonik erkeklikte, her zaman kadınların erkeklere göre

ikincil konumda bulundukları bir yapı söz konusu olmaktadır (Özbay, 2013). Hegemonik erkeklik; kadınlar ve erkekler, kadınlıklar ve erkeklikler ve erkeklikler arasındaki toplumsal cinsiyet eşitsizliklerine dair ilişkileri meşrulaştıran, söz konusu tarih ve toplumdaki erkekliğin özel bir biçimi şeklinde kavramsallaştırılmaktadır (Messerschmidt, 2019: 60). Toplumsal cinsiyet rollerinin tarihsel süreç içerisinde değişime uğradığı ve uğrayabileceği gibi hegemonik erkeklik kavramı da zaman içerisinde değişim gösterebilme özelliğine sahip olmaktadır. Hegemonik erkeklik yerel, bölgesel ve küresel düzlemlerde var olarak birbirleriyle etkileşim içerisinde bulunmaktadırlar.

Ulusal Eğitim İstatistiklerine (2024) göre ortalama eğitim süresi 2011 yılında kadınlarda 6,4 yıl olmakta iken, 2022 yılında kadınlarda 8,5 yıl oldu. Bu istatiksel veriye göre kadınların eğitimlerinin ortalama olarak ortaokul düzeyi ile sınırlı olduğu görülmektedir. 25 yaş ve üzeri kadınların yükseköğretim mezunu olma oranı 2008 yılında %7.1 iken, 2022 yılında %21,6 oldu. Hanehalkı İşgücü Araştırması sonuçlarına göre 2022 yılında 15 ve daha yukarı yaştaki nüfusun işgücüne katılma oranının kadınlarda %35,1, erkeklerde ise %71,4 oldu. 2022 yılındaki 15 yaş ve üzeri kadınların istihdam oranı %30,4 iken erkeklerde bu oran %65'tir. Bu oran erkelerin istihdam oranının yarısından azdır. İşgücüne katılma oranı eğitim durumuna göre incelendiği zaman, kadınların eğitim seviyesinin artmasıyla birlikte işgücüne daha fazla katıldıkları görülmektedir. Okuryazar olmayan kadınların işgücüne katılma oranı %13,9, lise altı eğitimli kadınların işgücüne katılma oranı %27,1, lise mezunu kadınların işgücüne katılma oranı %36,1, mesleki veya teknik lise mezunu kadınların işgücüne katılma oranı %43,0 iken, yükseköğretim mezunu kadınların işgücüne katılma oranı %68,8 olmaktadır. Hanehalkı İşgücü Araştırması sonuçlarına göre 2022 yılında hanesinde 3 yaşın altında çocuğu olan 25-49 yaş grubundaki kadınların istihdam oranının %28,0, erkeklerin istihdam oranının ise %90,5 olduğu görüldü. Bu oran erkeklerden ziyade kadınların çocuk bakımından sorumlu olduğunu gözler önüne sermektedir.

Cinsiyetler arası ücret veya kazanç farkı açısından bakıldığı zaman fark en fazla %17,1 ile yükseköğretim mezunlarında, en düşük fark %12,4 ile ilkokul ve altı mezunlarda görülmektedir. Türkiye Büyük Millet Meclisi verilerine göre 2023 yıl sonunda 599 olan milletvekili sayısında kadın milletvekili sayısının 119, erkek milletvekili sayısının ise 480

olduğu görülmektedir. Meclisteki kadın milletvekili oranı 2007 yılında %9,1 iken, 2023 yılında %19,9 oldu. Hanehalkı İşgücü Araştırması sonuçlarına göre şirketlerde üst ve orta düzey yönetici pozisyonundaki kadın oranı 2012 yılında %14,4 iken 2022 yılında %19,6 oldu (TÜİK, 2024). Bu istatistikler kadınların kamusal alan içerisinde ne kadar az bulunduklarının bir göstergesi niteliğindedir.

Dünya Sağlık Örgütü'nün (World Health Organization) sağlık tanımı "Yalnızca hastalık veya sakatlığın olmaması durumu değil, fiziksel, sosyal ve ruhsal refah durumu." (WHO, 2004) şeklindedir. Bu tanımdan yola çıkılarak toplumsal cinsiyet olgusunun kadınların fiziksel, sosyal ve psikolojik sağlıkları üzerinde etkisinin olduğu kaçınılmaz bir gerçektir. Pek çok toplumda hastalık ve stresin erkeklerden çok kadınlarda görüldüğü bildirilmektedir (Akın ve Demirel, 2003). Kadınların erkeklere göre yaşam sürelerinin daha uzun olmasına rağmen kadınlarda hastalık görülme sıklığı daha fazladır ve yaşam kaliteleri erkeklere göre daha düşük bir durumdadır (Eryılmaz, 2020).

Ülkemizde kadınlar özellikle ergenlik dönemine girilmesinin ardından yaşanan fizyolojik değişimlerle birlikte fiziksel sağlıkları açısından olumsuz durumlarla karşılaşabilmektedirler. Örneğin ergenlik dönemine girilmesinin ardından göğüslerin gelişimiyle birlikte kız çocukları göğüslerinin gizlenmesi amacıyla kambur bir duruş gösterebilmektedir. Toplumsal cinsiyetin kadınların fiziksel sağlıkları üzerindeki olumsuz etkilerine bakıldığı zaman sağlık erişiminde de sorun yaşadıkları görülmektedir. "Kadınlar erkek doktora muane olmaz" yönündeki bir anlayış da bunun göstergelerinden birisidir. Kadın sağlık çalışanlarının olmadığı durumlarda kadın ya da ailesi tarafından erkek sağlık çalışanın tedavi uygulamasının uygun olmadığı yönündeki inanış bu duruma işaret etmektedir (Akın ve Demirel, 2003:81). Bazı toplumlarda uygulanan, kadının sağlına hiçbir yararı olmayan kadın sünneti olgusu (Eryılmaz,2020:10) da ataerkil sistemin kadın bendeni üzerindeki tahakkümün göstergelerinden birisidir. Kadına uygulanan şiddet de hem fiziksel sağlık hem de psikolojik sağlık yönünden büyük bir risk faktörü olmaktadır.

Türk Dil Kurumu Sözlüğü'nde "kadın" kelimesinin sıfat tanımına bakıldığı zaman "Analık veya ev yönetimi bakımından gereken erdemleri, becerileri olan.", isim ve mecaz

anlamı olarak “Ev işlerinde çalışan bayan”, yine isim tanımı olarak “Bu cinsten olup evlenmiş veya bir erkekle beraber olmuş kimse; avrat” tanımları karşımıza çıkmaktadır (TDK, 2024). Bu tanımlardan anlaşılacağı üzere Türkiye’de egemen olan kültür üzerinde kadının tanımları bile kadını bulunduğu evin içerisine kapatan, “kadın” olmayı beraketin kaybedilmesiyle tanımlayan bir zihniyet mevcuttur. Kültürdeki atasözleri ve deyimlerde de ataerkil yapının kadınlar için nasıl bir ayrımcılık ortamı yarattığı gözler önüne serilmektedir. “Kızını dövmeyen dizini döver” (Yanık vd., 2014), “Kadının karnından sıpayı, sırtından sopayı eksik etmeyeceksin” (Oktay, 2015:59), “kadının saçı uzun, aklı kısa olur” gibi atasözleri ve deyimler hem kadına şiddeti, aile içi şiddeti normalleştirmekte hem de kadınları aşağılayan bir yapı sergilemektedirler. Okray, gerçekleştirdiği çalışmasında kadınların her zaman bir erkeğin hayatının içinde oynadığı role ya da erkeklerin kadınlara verdiği değere göre belirdiğini ve tanımlanmakta olduğunu ifade etmektedir. Bu söylemlerin içine doğup büyüyen kadınların kuşkusuz benlik saygıları, kendilerine güvenleri olumsuz bir şekilde etkilenmektedir. Kadınlar kendi benliklerini korumak amacıyla da bu ataerkil sistemin desteklenmesini, savunulmasını içselleştirebilmektedirler. Bhasin’in ifade ettiği gibi bir kadının en güçlü olarak bulunduğu konum kaynana olduğu zaman olabilmektedir (Bhasin, 2014) . Çünkü bu sayede kadın, bir başkası (gelini) üzerinde bir güce sahip olacaktır.

Toplumsal cinsiyetin inşası, anne karnında bebeğin biyolojik cinsiyetinin belli olmasıyla birlikte içerisinde yaşanılan kültür tarafından başlatılmaktadır (Ayçiçek, 2020). Bebeğin atanan cinsiyetinin belli olması ardından aile ve diğerleri tarafından bebeğin kıyafetlerinin, oyuncaklarının ve eşyalarının buna göre şekilleniyor olması toplumsal cinsiyet inşasının içerisine doğduğumuzun en belirgin göstergelerinden birisi olmaktadır. Kültür tarafından kadına ve erkeğe atfedilmiş olan özellikler tanımlanmış ve öngörülmüş bir durumda olmaktadır (Ersoy, 2009).

Çocukluk döneminde yaşanan deneyimler ve çevreden algılanan mesajlar bireyin benliğinde ve dolayısıyla yetişkinlik dönemi üzerinde etkili olmaktadır. Mead’in belirttiği gibi “Benliğin ortaya çıkmasından sorumlu olan şey, toplumsal sürecin bizzat kendisidir; benlik, toplumsal deneyimden ayrı olarak bulunmaz” (Mead, 2017). Bu sebeple kişinin büyürken çevresi tarafından aldığı mesajlar toplumsal cinsiyetle ilgili algılarından benliklerine ve benlik saygılarına kadar etki etmektedir. Benlik saygısı gelişimine katkıda

bulunmayan bir ailede büyüyen bir çocuğun yetişkin döneminde benlik saygısının düşük olması beklenmekte, kendini kabul etme konusunda yeterli bir farkındalığa sahip olamayacağı düşünülmektedir. Eşitlikçi ya da geleneksel bir çevrede yetişen çocuğun bu cinsiyet rolleri mesajlarının benlik saygıları üzerinde de etkili olacağı düşünülmektedir. Özellikle kız çocuklarının erkek çocuklarına göre büyürken maruz kaldıkları sınırlamaların, yasakların daha fazla olduğu göz önüne alındığı zaman yetişkin birer birey olduklarında bu toplumsallaşma sürecinin benlikleri üzerine daha olumsuz etkileri olması beklenilmektedir.

Aynı ev içerisinde kadının da erkeğin de çalıştığı durumlarda bile kadın yine dezavantajlı olmakta, ev içi işlerden sorumlu tutulmaktadır. Kadın çalışma saatleri dışında kalan sürede ev içi işler, yemek yapımı, çocukların ya da bakım gereksinimi olanların bakımlarını gerçekleştirmekte ve bu durumda kadınların erkeklere göre kendilerine ayırabilecekleri zaman da oldukça kısıtlı olmaktadır (Akın ve Demirel, 2003). İşgücüne katılım gerçekleştiren kadınlar için "çifte görev" ya da "ikinci mesai" olan ücretsiz ev işlerindeki cinsiyete dayalı adaletsiz dağılım kadınlara çok az bir zaman bırakmanın yanısıra çoğu zaman da takdire değer görülmemektedir (Hyde vd., 2020). Bu durum "zaman yoksunluğu" (time poverty) olarak ifade edilmektedir. Kadınların boş zamanlarının oldukça kısıtlı olmasının sosyalleşmeleri, kişilerarası ilişkilerinin sınırlı olması gibi sosyal yönden olumsuz etkilerinin bulunmasının yanı sıra psikolojik sağlıklarını da olumsuz yönde etkileyebilmekte ve sağlık sorunlarına ya da varolan sağlık sorunlarının görmezden gelinmesine yol açabilmektedir. Bu durum kadın ve erkek olmaya toplum tarafından verilen rollerin dikte edilen normatif beklentilerine, sorumluluklarına işaret etmektedir.

Toplumsal cinsiyet normları kadınların sürekli bakımlı, zayıf ve güzel olmalarını dayatmakta olup kadının bedeni üzerinde de bir tahakküm oluşturmaktadır. Her yaştan kadınlar cinsiyetçi söylemlerleri içselleştirerek toplumsallaştırılmışlardı ve bu doğrultuda kadın olarak değerlerinin dış görünüş ile özellikle de erkekler tarafından güzel algılanıp algılanmadığına dayalı olduğuna inanılıyordu (Hooks, 2022:45). Çocukluktan itibaren dayatılan bu normlara kadınlar uyum sağlamaya çalışmakta aksi bir durum söz konusu olduğunda, bedenleri normlara uymadığında psikolojik sağlıkları olumsuz bir biçimde etkilenmektedir. Örneğin bir kişi toplumun dayattığı güzellik standarlarına uymak için aşırı bir diyet ya da spor yaparak güzellik normlarına, toplumun dayattığı ideal bedene uymak

için çaba sarf edebilmektedir. Toplumun güzellik standartlarına uymadığı zaman diğerleri tarafından olumsuz bir tutuma maruz kalabilmekte, aşağılanma ve zorbalıkla karşılaşabilmektedir. Toplumun güzellik standartlarına uymak amacıyla sahip olunan sağlıksız düşünceler ve davranışlara bağlı olarak psikopatolojik sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Beden dismorfik bozukluğu, bulimiya nevroza ya da anoreksiya nevroza toplumun dış görünüşle ilgili norm baskıları sonucu ortaya çıkan psikopatolojik bozukluklara örnektir. Toplum erkeklerin bedenleri yerine kadınların bedenleri hakkında daha fazla söz etmekte, bu durum kadınların erkeklere göre beden algılarının daha olumsuz olmasına ve bu doğrultuda kadınların benlik saygısını olumsuz yönde etkilemektedir (Dökmen, 2009). Kadınların bedenleri üzerindeki bu tahakküm hem geleneksel toplumlarda hem de modern toplumlarda karşılaşılan bir sorun olmaya devam etmektedir.

Üniversite öğrencilerinin kullandıkları dilden, davranışlarına kadar toplumsal cinsiyet rollerinin yeniden üretimine nasıl katkı sağladıklarının farkına varılmasının çalışması bir gereklilik olarak karşımıza çıkmaktadır. Eşitlikçi cinsiyet rollerini benimsemekte olan bireyler dahi günlük yaşamları içerisinde cinsiyetçi söylem ve davranışlarda bulunabilmektedirler. Özellikle üniversitesi yıllarında bir aidiyet duygusu arayan, dışlanma korkusu olan ve akran baskısıyla çevresinin etkisi altında kalabilen öğrenciler farkında olmadan ya da kabul görme amacıyla bu cinsiyetçiliğin pekiştirilmesine neden olabilmektedirler. Akranlar cinsiyet rolünün sosyalleşmesinde önemli bir rol oynamakta oldukları için (Else-Quest ve Hyde, 2021) bu durumun gözardı edilmemesi gerekmektedir.

Bütün insan davranış türleri kültürel normlar ve cinsiyet kalıpyargıları aracılığıyla düzenlenmekte ve denetlenmektedir (Else-Quest, Hyde, 2021). Geleneksel cinsiyet rolleri ve toplumsal cinsiyet kalıpyargıları kadınlarla erkeklerin birbirinden farklı oldukları inancının sürmesine neden olmakta, bireyler için olumsuz sonuçların doğmasına sebep olmaktadır. Bu olumsuz çıktılar bireylerin mutlu olmalarına, kendilerini gerçekleştirmelerine ve sağlıkları üzerinde bir engel teşkil etmektedir.

Birey, psikososyal bir varlık olmaktadır. Toplumsal cinsiyet normlarının dayattığı baskılar kadınları psikolojik sorunlarla karşı karşıya bırakmakta ya da tam bir psikolojik sağlığın oluşmasına engel teşkil etmekte olmasının yanı sıra aynı zamanda kadınların sosyal ilişkileri, bu ilişkilerin nasıl düzenlenip yürütüleceği konusunda da tahakküm sergilemektedir. Kadınların psikolojik sağlıklarının daha iyi bir hale getirilmesinin ihtiyacı söz konusudur.

Toplumsal cinsiyet olgusunun kadınların psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmalara alanda sıklıkla yer verilmesine rağmen bireylerin büyürken geleneksel ya da eşitlikçi rollere maruz kalma durumlarına göre psikolojik sağlıkları arasında nasıl bir farklılık olduğunu inceleyen araştırmalar sınırlı ölçüdedir. Toplumsal cinsiyet olgusunun kadınların psikolojik sağlıkları üzerindeki olumsuz etkilerinin ortaya konulması bireylerin yaşamlarının ilk yıllarından itibaren başlayacak önleme çalışmaları aracılığıyla kadınların psikolojik ve sosyal refah durumlarının artırılmasına katkı sağlanacaktır.

Toplumsal cinsiyet oluşumu bireyin ailesinden, arkadaşlarından ve çevresinden geleneksel ya da eşitlikçi cinsiyet rollerine ne kadar maruz kalındığına göre şekillenmektedir. Benzer bir şekilde algılanan çok boyutlu sosyal destek olgusu da bireyin ailesinden, arkadaşlarından ve çevresindeki diğer kişiler tarafından ne kadar destek gördüğünün algılanışına bağlıdır. Bireyin çok boyutlu sosyal desteği algılayışında geleneksel ve eşitlikçi cinsiyet rollerinin nasıl bir rol üstlendiğinin araştırılması bu desteğin artırılabilmesi açısından önem arz etmektedir. Örneğin geleneksel cinsiyet rollerine göre çocukların bakımlarından, büyütülmesinden birinci bakım sağlayıcı olarak anne sorumludur. Bunun sonucu olarak çocuklar herhangi bir konuda destek isteyecekleri zaman ilk başvuracakları kişi anneleri olmaktadır. Bu aile ortamında büyüyen bir çocuğun annesi ve babası tarafından algıladığı sosyal desteğin birbirinden farklı olması kaçınılmazdır.

Bireylerin psikolojik sağlıklarına etki eden algılanan çok boyutlu sosyal desteğin, benlik saygısının ve yaşam doyumunun bireylere maruz bırakılan geleneksel ve eşitlikçi cinsiyet rolleriyle nasıl bir ilişkisinin olduğunun incelenmesi gerekmektedir. Bu bileşenler

üzerinde çalışılması kadınların psikolojik sağlıkları artırılmasına yönelik izlenecek yolların şekillendirilmesine etki edecektir.

Bu araştırmanın amacı toplumsal cinsiyet çalışmaları ile ilgili literatüre katkı sağlamanın yanı sıra elde edilen bulgularla eşitlikçi cinsiyet rollerinin yaygınlaştırılarak uygulamaya yönelik katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

Bu araştırmanın özellikle üniversite öğrencileriyle doğrudan etkileşimde olan akademisyenlere, akademik personellere, psikologlara, psikolojik danışmanlara, sivil toplum kuruluşlarına ve toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması amacıyla ilgilenmekte olan bireylere katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.1. Problem Durumu

Toplumsal cinsiyet olgusunun bireylerin yaşamlarını bir bütün olarak etkilemekte olduğu kuşku götürmez bir gerçek olmakla birlikte bireylerin psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisinin ortaya konulduğu bilimsel çalışmalar oldukça sınırlı olmakta ve bu çalışmaların genel olarak bireyin kendisine ait toplumsal cinsiyet algısı ile psikolojik sağlıklarının incelendiği çalışmalar literatüre hakim olmaktadır. Ancak bireylerin hem kendilerine ait toplumsal cinsiyet algılarının hem de kendilerine dair algılarının şekillenmesinde toplumsal cinsiyet oluşumunun, toplumsal cinsiyet sosyalleşmesinin önemi gözardı edilmektedir. Bu sebeple toplumsal cinsiyet oluşumunun köklerine, bireyin büyürken diğerleri tarafından toplumsal cinsiyetle ilgili hangi mesajların alındığının, bu mesajlara ne kadar maruz kalındığının incelenmesi ve bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde nasıl bir etkisi olduğunun araştırılması ihtiyacı söz konusudur.

Kadınların ikincil konumda bulunmalarından hareketle toplumsal cinsiyet oluşumunun kadınlar üzerindeki tesirinin erkeklere göre daha fazla olacağı düşünülmekte, bu sebeple bu olgunun öncelikli olarak kadınlarla çalışılması hem gerçekleştirilebilecek

önleme çalışmaları hem de bu tesirin etkisinin azaltılması amacıyla ortaya konulabilecek çözüm önerileri için bir zemin hazırlanmasına katkı sağlayacaktır.

Bu kapsamda araştırmanın temel problematiği toplumsal cinsiyet oluşumunun kadınların psikolojik sağlıklarının bileşenlerinden olan algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumuna nasıl bir etkisi olduğunun anlaşılmaya çalışmasıdır.

1.2. Araştırmanın Problem Cümlesi

Toplumsal cinsiyet normlarının dayattığı baskılar kadınları psikolojik sorunlarla karşı karşıya bırakmakta ya da tam bir psikolojik sağlığın oluşmasına engel teşkil etmektedir. Kadınların psikolojik sağlıklarının daha iyi bir hale getirilmesinin ihtiyacı söz konusudur.

Bu kapsamda araştırmanın problem cümlesi; "toplumsal cinsiyet oluşumunda maruz kalınan cinsiyet rolleri ile ilgili mesajların kadın üniversite öğrencilerinin algılanan çok boyutlu sosyal desteklerine, benlik saygılarına ve yaşam doyumlarına nasıl bir etkisi vardır?" şeklindedir.

1.2.1. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmaya ilişkin oluşturulan hipotezler bu alt başlık içerisinde sunulmuştur:

H1: Toplumsal cinsiyet oluşumunun eşitlikçi cinsiyet rolleri alt boyutu, algılanan çok boyutlu sosyal desteğin alt boyutları, benlik saygısı ve yaşam doyumu ile anlamlı ve pozitif olarak ilişkilidir.

Toplumsal cinsiyet rollerine dair eşitlikçi bir tutumla sosyalleşmek bireyler için daha geniş algılara zemin oluşturmaktadır. Özellikle eşitlikçi cinsiyet rolleri

kadınlar için kritik olmakta, kadınların kamusal alanda yer almasını, geleneksel cinsiyet rollerinin kadınlara çizdiği sınırlamaların ortadan kalkmasını destekler niteliktedir. Bu sebeple toplumsal cinsiyet oluşumunun bireylerin psikolojik sağlıklarının bileşenlerinden olan benlik saygısı ve yaşam doyumu ile sağlıklı sosyal ilişkilerin göstergelerinden olan algılanan sosyal desteğin ilişkili olduğu sonucuna ulaşılması konuyla ilgili alınabilecek önlemler, sosyalleşme süreci içerisinde dikkat edilmesi gereken noktalar hakkında bizlere bilgi sunacaktır.

H2: Toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm, dayanıklı olma ve geleneksel cinsiyet rolleri alt boyutları çok boyutlu algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumu ile anlamlı ve negatif ilişkilidir.

Sosyalleşme süreci içerisinde bireyin diğerleri tarafından fiziksel görünümü ve duygu ifadelerine yönelik, psikolojik ve kişilik olarak güçlü olmaya yönelik ve geleneksel cinsiyet rollerine yönelik mesajlar almak bireyin benliği için tehdit edici nitelikler taşımaktadır. Bu sebeple geleneksel yapıdaki kadın ve erkeklerden beklenilen bu davranışların bireylerin yaşantılarını olumsuz etkilediği ile ilgili ulaşılacak sonuçlar sayesinde önlemler alınabileceği düşünülmektedir.

H3: Toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutları, çok boyutlu algılanan sosyal destek alt boyutları ve benlik saygısı yaşam doyumunu anlamlı olarak yordamaktadır.

H4: Toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutları, çok boyutlu algılanan sosyal destek alt boyutları ve yaşam doyumu benlik saygısını anlamlı olarak yordamaktadır.

H5: Sosyodemografik değişkenler (yaş, sınıf, fakülte, anne-baba eğitim düzeyi, yaşamın büyük bölümünün geçirildiği yerleşim yeri, yaşanılan yer, sosyoekonomik durum, bir işte çalışma, psikolojik destek alınıp alınmadığı) benlik saygısını anlamlı olarak yordamaktadır.

H6: Sosyodemografik değişkenler (yaş, sınıf, fakülte, anne-baba eğitim düzeyi, yaşamın büyük bölümünün geçirildiği yerleşim yeri, yaşanılan yer, sosyoekonomik durum, bir işte çalışma, psikolojik destek alınıp alınmadığı) yaşam doyumunu anlamlı olarak yordamaktadır.

1.3. Araştırmanın Amacı

Toplumsal cinsiyet bireylerin yaşamlarının bütün yönlerini etkileyen bir etmen olmakta ve bireylerin sosyal ilişkilerini, bu sosyal ilişkileri nasıl düzenlemeleri gerektiği, nasıl bir benliği sahip olunması gerektiğini dikte etmektedir. Toplumsal cinsiyetin bireylerin bir bütün olarak yaşamları üzerindeki etkileri, hem psikolojik hem de sosyal sağlıkları ile ilişkilerinin anlaşılabilmesi gerekliliği söz konusudur. Toplumsal cinsiyetin güçlü bir etmen olmasının nedenleri arasında sosyalleşme süreci içerisindeki etmenlerin yer aldığı düşünüldüğünde öncelikli olarak toplumsal cinsiyet oluşumunun bireylerin yaşantıları, deneyimleri ile nasıl bir ilişkisinin mevcut olduğunun anlaşılması gerekmektedir.

Bu sebeple, bu araştırmanın amacı toplumsal cinsiyet oluşumda birbirinden farklı mesajlara maruz kalan kadın üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlıkları üzerinde etkisi olan algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumu ile nasıl bir ilişkisinin olduğunun ortaya konulmasıdır.

1.4. Araştırmanın Önemi

Toplumun özellikle kadınlara atfettikleri cinsiyet rollerinin bireylere yükledikleri sınırlamaların, ortaya çıkarttığı sorunların psikolojik boyutlarını ele alarak daha iyi bir

biçimde anlaşılabilmesi ve olumsuz çıktılarının azaltılıp, önlenebilmesi için toplumsal cinsiyet araştırmalarına ihtiyaç vardır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlıkları üzerinde etkili olan etmenlerin incelenip, belirlenmesi hem bu öğrencilerin psikolojik yardım konusunda hangi alanlarda ihtiyaçlarının söz konusu olduğunun belirlenebilmesi, hem de dolaylı bir biçimde toplumunun ruh sağlığına olumlu bir etkinin söz konusu olabileceği göz önünde bulundurularak önem taşımaktadır (Şahin, 2023).

Toplumsal cinsiyet oluşumu ile pozitif psikoloji içerisinde değerlendirilebilmekte olan algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumu değişkenlerinin ilişkisini inceleyen araştırmalar oldukça sınırlı olmaktadır. Bu sebeple bu araştırmanın alandaki boşluğa katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu çalışma gerçekleştirilen analizler çerçevesinde toplumsal cinsiyet oluşumunda eşitlikçi ve geleneksel cinsiyet rolleri alt boyutları haricinde görünüm ve dayanıklı olma alt boyutlarının dahil edilerek gerçekleştirilen ilk çalışma olma özelliğini taşımaktadır.

Toplumsal cinsiyet oluşum süreçleri kadın üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisini ortaya koyarak mevcut literatüre katkı sağlamanın yanı sıra kadınların psikolojik sağlıkları için önleme ve çözüm önerilerinin geliştirilmesi için bu çalışmanın katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma verileri 2023-2024 yılı eğitim öğretim dönemi içerisinde Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi'nde, Farabi Kampüs'ü içerisinde bulunan Fen Fakültesi, İlahiyat Fakültesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ve Mühendislik Fakültesi'nde öğrenimlerine devam eden 388 kadın öğrencisi ile sınırlıdır.

Öğrencilerin demografik değişkenlerine dair verile araştırmacı tarafından oluşturulan Demografik Bilgi Formunun ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

Öğrencilerin toplumsal cinsiyet oluşumlarına dair veriler Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeğinin ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

Öğrencilerin algıladıkları sosyal destekleri ile ilgili veriler Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

Öğrencilerin benlik saygılarına ilişkin veriler Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

Öğrencilerin yaşam doyumlarına ilişkin veriler Yaşam Doyumu Ölçeğinin ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

1.6. Araştırmanın Sayıltıları

Araştırmanın sayıltısı aşağıda verilmiştir:

Araştırmaya katılan katılımcıların, kendilerine dağıtılan veri toplama araçlarını içtenlikle ve nesnel olarak cevapladıkları varsayılmaktadır.

1.7. Tanımlar

Araştırmaya ilişkin kavramların tanımları aşağıda verilmektedir.

Cinsiyet: Cinsiyet biyolojiktir. Cinsel organlardaki ve üreme işlevlerindeki farklılıklara işaret etmektedir (Bhasin, 2014).

Toplumsal cinsiyet: Bir toplumun farklı cinsiyetlerdeki bireyler için uygun olduğunu düşündüğü sosyal olarak yapılandırılmış roller, davranışlar, aktiviteler ve nitelikler bütünü toplumsal cinsiyet kavramını ifade etmektedir (APA Dictionary of Psychology, 2024).

Toplumsal cinsiyet rolleri: Kadınlar ve erkeklerden beklenen bir takım davranış kalıpları, uyulması beklenen normlar (Myers, 2015).

Sosyal destek: "Güvenebileceğimiz, bizi önemsediklerini, değer verdiklerini ve sevdiklerini bize hissettiren kişilerin varlığı ya da mevcut olma durumları" sosyal desteği ifade etmektedir (Sarason vd., 1983). Sosyal destek, bireyin sosyal ağındaki kişilerden aldığı genel destek ya da belirli destekleyici davranışlar (mevcut olan ya da gerçekleştirilen) olarak algılamaları ifade etmekle birlikte, bireyin işlevselliğini artırabilir ya da bireyin olumsuz sonuçlardan korunmasında bir tampon görevi üstlenebilir (Kerres and Kilpatrick, 2002).

Benlik: Bireyin "ben kimim?" sorusuna verdiği cevaplar bütününü ifade etmektedir (Myers, 2015). Benliğin esasları ve kökenleri toplumsal olmakla birlikte benlik, toplumsal deneyimden ayrı olarak değerlendirilemez (Mead, 2017).

Benlik saygısı: Rosenberg (1965) benlik saygısını "bireyin kendisine karşı olumlu ya da olumsuz tutumu" şeklinde ifade etmektedir. Benlik saygısı kavramı, benliğin duygusal boyutunu ifade etmekle birlikte bireyin kendisine dair olan olumlu algılamalarını ve kendi benliğine dair duyduğu saygı düzeyini ifade etmektedir.

Yaşam doyumu: Bireyin kendi hayatını ne kadar zengin, anlamlı, dolu ve yüksek kalitede algıladığı yaşam doyumunu ifade etmektedir (APA Dictionary of Psychology, 2024).

İKİNCİ BÖLÜM
KURAMSAL ÇERÇEVE

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın amacına ve konusuna uygun olarak kuramsal çerçeveye ve ilişkili araştırmalara yer verilecektir.

2.1. Toplumsal Cinsiyet

Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet kavramları arasındaki ayrım detaylı bir biçimde bilimsel olarak çalışılmaya 1970'li yıllarda başlanmıştır (Dökmen, 2009: 19). Toplumsal cinsiyet kavramını sosyoloji literatüre çerçevesinde ilk ele alan Oakley (1972) *Sex, Gender and Society'* de cinsiyet kavramının biyoloji ifade etmesine ve toplumsal cinsiyet kavramının toplumsal boyutuna değinmektedir (Oakley, 1972). Amerikan Psikoloji Derneği Sözlüğüne (APA Dictionary of Psychology) göre cinsiyet (sex) kadın, erkek ya da interseks olmanın biyolojik durumuna karşılık gelirken; toplumsal cinsiyet (gender) psikolojik, davranışsal, sosyal, kültürel, ekonomik ve politik yönleri ifade eder (APA, 2024). Toplumsal cinsiyet kavramı, biyolojik farklılıklar ile toplumsal olarak oluşturulmuş eşitsizlikleri birbirinden ayırt etme amacıyla ortaya çıkmıştır (Bhasin, 2014: 64).

Cinsiyet, Türk Dil Kurumu Sözlüğü'ne göre "Bireye, üreme işinde ayrı bir rol veren ve erkekle dişiyi ayırt ettiren yaradılış özelliği; eşey, cinslik, seks" şeklinde tanımlanmaktadır (TDK, 2024). Cinsiyet kavramında bireyleri birbirinden ayıran nokta sahip oldukları üreme sistemleridir (Akın ve Demirel, 2003:73). Dökmen cinsiyeti, bireyin biyolojik cinsiyetine bağlı olarak belirlenmekte olan demografik bir kategori olarak tanımlamaktadır (Dökmen, 2009).

Toplumsal cinsiyet "… belirli sosyal yapısal ortamlarda somutlaşan toplumsal pratiklerden kaynaklanan sosyal yapılardır…" (Messerschmidt, 2019: 184).Toplumsal cinsiyet, kadın ya da erkek olmanın sosyokültürel biçimde tanımlanmasını, toplumların kadın ve erkeğe biçtiği rolleri ifade etmektedir (Bhasin, 2014:9). Toplumsal cinsiyet kavramı (gender), kültür tarafından belirlenmekte ve kişilerden belirli rollere göre davranmalarının

beklenmesini ifade eden çok boyutlu bir kavram olma özelliği taşımaktadır (Esen vd., 2017). Toplumsal cinsiyet bireylerin nasıl davranacakları, nasıl görünecekleri, ev işi işbölümü, meslek seçimi gibi birçok konuda belirleyici olmaktadır (Vatandaş, 2007). Bingöl toplumsal cinsiyeti, biyolojik temelli somut bedenlere soyut anlamlar yükleyerek kültürel olarak tanımlamak ve birbirinden ayırmak şeklinde tanımlamaktadır (Bingöl, 2014).

Toplumsal cinsiyet öğrenilen bir kavram olmakla birlikte kültüreldir (Eryılmaz, 2020). Toplumsal cinsiyet algısı kültürden kültüre farklılık gösterdiği gibi aynı kültür içerisindeki birbirinden farklı sosyal yapılar içerisinde de farklılık gösterebilmektedir (Oakley, 1985). Her kültür, kadınlardan ve erkeklerden beklenen rolleri belirleyen cinsiyete göre belirli statülere de sahip olmaktadır (Ersoy, 2009). Birey, toplumsallaşma süreci içerisinde kendi cinsiyeti ile ilişkili olan izinleri ve yasakları öğrenmektedir (Ayçiçek, 2020). Bu olguyu ifade eden cinsiyetin sosyalleşmesi, bireyin cinsiyetine dayanarak nasıl hareket etmelerinin gerektiğine ve kendilerinden beklenen farklı görevlere işaret etmektedir (Savaş, 2018: 106). Toplumsal cinsiyet içerisinde tanımlanmakta olan kadınsılık ve erkeklik algıları da tamamıyla toplumsal ve kültürel ögeler olmaktadırlar (Bingöl, 2014; 109).

Kalıpyargılar (stereotypes) bir grubun ya da sosyal kategorilerin üyelerinin sahip oldukları nitelikleri ve karakteristik özellikleri hakkındaki bir dizi bilişsel genellemeleri ifade etmekteyken cinsiyet kalıpyargıları bireylere doğumla atanan cinsiyetlerine göre uygun olduğuna inanılan sosyal rolleri ifade eden bir kavramdır (APA, 2024). Cinsiyet kalıpyargıları belirli bir cinsiyete sahip bireylerden toplumun beklediği davranışlar ve özelliklerdir. Else-Quest ve Hyde (2021) toplumsal cinsiyet kalıpyargılarını "erkekler ve kadınların davranışları, görünüşleri, ilgi alanları, kişilikleri vb. hakkında paylaşılan bir takım kültürel inançlardır" şeklinde tanımlamaktadırlar (Else-Quest ve Hyde, 2021). Toplumsal cinsiyet kalıpyargıları mikro düzeyden makro düzeye kadar bireylere hücum eder. Aile içerisinden başladığı gibi toplumsal kurumlar, kitle iletişim araçları , masallar, ders kitapları, reklamlar, filmler, şarkı sözleri vb. araçlar aracılığıyla sürdürülmeleri desteklenir. Toplumsal cinsiyet kalıp yargıları kadınların ve erkeklerin duygularını nasıl yaşayacaklarından, hangi meslekleri seçeceklerine kadar dikta etmektedir. Örneğin cinsiyet kalıpyargıları, duyguların nasıl sergileneceğine etki ederek bazı duyguları erkekler için kabul edilebilir kılarken

kadınlar için bu duyguları kabul edilemez, sergilenmesini uygunsuz olarak değerlendirmektedir (Else-Quest, 2021: 139).

Cinsiyet ayrımcılığı, cinsiyetçilik (sexism) şeklinde ifade edilmektedir. Cinsiyetçilik ya da cinsiyet yanlılığı bireyin cinsiyeti nedeniyle ortaya çıkan ayrımcılık ya da yanlılığı ifade etmektedir (Else-Quest ve Hyde, 2021). Cinsiyetçilik, bir bireyin cinsiyetinden dolayı karşılaştığı önyargı tutum ve ayrımcı davranışlardır (Myers, 2015). Sakallı-Uğurlu'nun (2002) tanımına göre toplumsal cinsiyetçilik ataerkil toplumda kadın cinsiyetine yönelik olumsuz tutumların var olması ve bu tutumların günlük yaşama ayrımcılık olarak yansıması ile birlikte kadının sosyal, kültürel, politik ve ekonomik alanlarda erkeğe göre ikincil bir konuma itilmesini içeren bir kavram olmaktadır (Sakallı-Uğurlu, 2002;48). Bireye atanan cinsiyetten bağımsız olarak, her birey toplumsallaşma aracılığıyla cinsiyetçi söylemleri ve pratikleri kabul etmeye yönlendirilmektedir (Hooks, 2022). Cinsiyet ayrımcılığı aileden başlamakta (Eryılmaz,2020), kız ve erkek çocukları büyütülürken birbirlerinde farklı yetiştirilme tarzlarında, farklı görev ve rollerle, farklı odak noktalarıyla büyütülmektedirler. Cinsiyet rollerinin toplumsallaşmasında aile, ataerkil ideoloji ve pratiklerine uyum sağlama ve destekleme konusunda bireyi teşvik etme gayesi içerisindedir (Messerschmidt, 2019: 24). Oranları birbirlerinden farklılık göstermesine rağmen çeşitli kültürlerde gerçekleştirilen araştırma sonuçlarına göre çocuk yetiştirme açısından kız ve erkek çocukların aynı şekilde yetiştirildikleri herhangi bir toplum bulunmamıştır (Arıcı, 2011). Bhasin'in belirttiği gibi bir kız çocuğunun vücudunda şort giymeye engel olan, ağaca tırmanmaktan ya da bisiklete binmekten alıkoymakta olan hiçbir durum söz konusu değildir (Bhasin, 2014). Benzer şekilde bir erkek çocuğunun vücudunda da oyuncak bebeklerle oynamak, küçük kardeşleriyle ilgilenmek, yemek hazırlamak ya da temizlik yapmaya yardımcı olmak konusunda onu engelleyen herhangi bir durum söz konusu değildir (Bhasin, 2014). Yapılan araştırmalar bireylerin eğitim düzeylerinin artmasıyla toplumsal cinsiyete dayalı olarak gerçekleştirilen ayrımcılığın azaldığı sonucuna varmaktadır (Vatandaş, 2007). Ersoy'un belirttiği gibi eğitim düzeyi, özellikle kadınlara yüklenen rollerde ve sorumluluklarda değişikliğe sebep olan önemli bir etken olmaktadır (Ersoy, 2009). Aynı zamanda yetersiz eğitim kadının kendisine olan özgüvenini olumsuz etkilemenin yanı sıra kendisine olan saygısını da olumsuz yönde etkileyerek vücudunu tanıyarak sağlık bakım ihtiyaçlarını doğru bir biçimde belirlemesi yönünde de bir engel oluşturmaktadır (Akın ve Demirel, 2003:81).

Bebekler, kadınlar ve erkeklere ait yüzleri, vücutları ve sesleri kategorileştirerek toplumsal cinsiyete ilişkin bilgiyi işlemeye başlarlar (Else-Quest ve Hyde, 2021). Çocuklar 2 yaşlarındayken kadın ve erkeği ayırt edebilmeye, 3-4 yaşlarında kendi cinsiyet kimliklerini oluşturmaya ve 5-6 yaşlarında cinsiyet kimliğinin bütün bir biçimde kazanılmasıyla cinsiyeti değişmez bir özellik olarak görmeye başlarlar (Dökmen, 2009: 28). Küçük yaştaki çocukların saçlarını kestiren bir kadının erkek olduğunu ya da elbise giyen bir erkeğin kadın olduğunu düşünmeleri toplumsal cinsiyetin kültürel bir olgu olduğunu ve bireylerin nasıl göründükleri üzerinde bir etkisinin olduğunun göstergesi niteliğindedir (Dökmen, 2009).

Toplumun bireylerden nasıl davranmalarının beklendiğini iletme biçimi sosyalleşme kavramına işaret etmekte (Else-Quest ve Hyde, 2021:159) olup çocuklar toplumsal cinsiyet farklılıkları çerçevesinde sosyalleşmektedirler. Kız çocuklarının ve erkek çocuklarının yetiştirilme tarzlarındaki farklılıklara bakıldığı zaman erkek çocukları bağımsız olma, risk alma, saldırganlığın tolare edildiği bir tarzda yetiştirilmekte iken kız çocukları bu durumun karşıtı bir biçimde bağımsız olamayacakları, uysal olmaları gerektiğinin ifade edilmesiyle yetiştirilmektedirler. Kültür, çocuklara cinsiyetleri için uygun kabul edilebilir davranışlar ile ilgili bilgiler sunmakta ve davranışlarına, benliklerine yön vermeye çalışmaktadır. Bu yetiştirilme tarzlarındaki farklılıklarla çocuklar dişil ya da eril olmanın ne anlama geldiğini özümserler ve genellikle bilinçsiz bir biçimde içselleştirirler (Bhasin, 2014:21). Okullar, medya araçları ve akranlar da çocukların büyümesiyle birlikte toplumsal cinsiyet ile ilişkili sosyalleşmenin önemli kaynaklarından biri haline gelmektedirler. Çocuklara verilen oyuncaklar, kitaplar, kıyafetler, izletilen çizgi filmler kadınlar ve erkekler arasındaki toplumsal cinsiyet kalıpyargılarını vurgular niteliktedir (Savaş, 2018: 107).

Toplumsal yapı içerisinde bir bireyin bulunduğu konuma göre nasıl davranması gerektiğinin ifade edildiği normlara rol denmektedir (Ayçiçek, 2020:10). Bireyin içerisinde bulunduğu toplumun kültürel niteliklerine bağlı olarak kadınlardan ve erkeklerden varsayılan cinsiyet farklılıklarına göre kendileri için biçilmiş sosyal rollerine bağlı kalarak duygusal beceri ve tutumlara sahip olmaları beklenmektedir (Saygın, 2008: 53). Dökmen, toplumsal cinsiyet rolü kavramını toplumun tanımlamış olduğu ve bireylerden yerine getirmelerini beklediği cinsiyete dayalı bir grup beklenti şeklinde tanımlamaktadır (Dökmen, 2009). Toplumsal cinsiyet rolleri, kadınlara pasif roller atfetmekteyken erkeklere aktif roller

atfetmektedir (Gönenç vd., 2018). Çoğu toplumda kadınların nazik, şefkatli, itaatkar ve bakım sağlayıcı olmaları beklenmekteyken erkeklerin güçlü, kendine güvenen, rekabetçi ve mantıklı olmaları beklenmektedir (Bhasin, 2014). Toplumsal cinsiyet rolleri geleneksel ve eşitlikçi roller olarak kategorize edilmektedir (Esen vd., 2017).

Geleneksel cinsiyet rollerine dayalı bir biçimde büyütülen bir ailede, kız çocuğu genel olarak ataerkil yapıya uyumlanacak şekilde yetiştirilmekte, ev işlerinden sorumlu tutularak yeniden üretim sürecinde yer almaktadır (Vatandaş, 2007: 39). Geleneksel yapıda kadın ev işlerini yerine getirmekten sorumluyken erkek "evin ekmeğini" kazanmaktan sorumlu görülmektedir. Kız çocukları küçük yaşlardan itibaren bakım sağlayıcılar olarak sosyalleştirilmektedirler (Hyde vd., 2020: 1). Ataerkil toplumlardaki geleneksel kadın rolü bir topluluğun parçası olma, sosyal ilişkiler kurma ve bu ilişkileri sürdürmeyi de içermektedir (Else-Quest ve Hyde, 2021). İçerisinde bulunduğumuz sosyal yapı hem ailenin bütünlüğünü sağlama hem de sosyal ilişkiler açısından kadınlara aktif roller atfetmektedir (Ersoy, 2009:214).

Toplumsal cinsiyetin nasıl kazanıldığını, sürdürüldüğünü ve cinsiyetler arası farklılıkları açıklamaya yönelik çeşitli kuramlar söz konusudur. Psikanalitik, biyolojik, sosyobiyolojik, sosyal öğrenme, bilişsel gelişim, toplumsal cinsiyet şeması, toplumsal cinsiyet şemasıyla bilgi işleme, sosyal rol ve benlik sunumu kuramları bunlardan bazılarıdır (Dökmen, 2009). Bu kuramlar üç genel başlık altında değerlendirilebilmektedir. Bunlar; (1) biyolojik kökene dayanan kuramlar, (2) bilişsel yaklaşımı temel alan kuramlar ve (3) sosyal etkileri ve etkileşimleri temel alan kuramlar. Toplumsal cinsiyet oluşumunu ve bu rollerin kazanımını açıklamaya çalışan bu kuramların süreç içerisinde kadınsı ve erkeksi özellikleri birbirinden ayrı iki zıt kutup olarak ele alındığı kuramlardan zaman içerisinde kadınsı ve erkeksi özelliklerin birlikte ele alındığı ve psikolojik sağlık için bunun gerekli olduğu görüşünü savunan kuramlara geçilmiştir (Arıcı, 2011). Bu kuramların ele aldıkları noktalar birbirinden farklı olmakla birlikte toplumsal cinsiyet rollerinin kazanımını ya da algılanışını herhangi bir kuramın en iyi şekilde açıkladığı yönünde bir durum söz konusu değil. Toplumsal cinsiyeti açıklama amacı içerisinde olan bu kuramların birlikte değerlendirilmesiyle toplumsal cinsiyet daha iyi bir biçimde anlaşılabilmektedir.

Toplumsal cinsiyet rollerine gösterilen toplumsal tepki ve onaylamalar, kadınların ve erkeklerin uyması gerekli görülen davranış kalıplarının ve normların ortaya çıkmasına (Ersoy, 2009: 214) ve sürdürülmesine neden olmaktadır. Toplumsal cinsiyet normlarına uymamanın sonucu toplum tarafından cezalandırılmaya neden olmaktadır. Bu cezalandırma başta dışlanma olarak karşımıza çıkmaktadır (Eryılmaz, 2020).

2.1.1. Toplumsal Cinsiyet İle İlgili Araştırmalar

Özel, Tekindal ve Tekin (2020) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre kadın üniversite öğrencileri, erkek üniversite öğrencilerinden mezuniyet sonrası için daha fazla iş bulamama kaygısı taşıdıklarını rapor etmişlerdir. Bu bulgunun kadın üniversite öğrencilerinin algıladıkları toplumsal cinsiyet ayrımcılığından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Çiçek ve Çopur'un (2018) çalışmalarında eşitlikçi cinsiyet rolleri oluşumunun toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutum arasında bir ilişki bulunmamış, geleneksel cinsiyet rolleri oluşumu ile toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutum arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu toplumsal cinsiyet oluşumunda geleneksel cinsiyet rolü mesajlarını çevrelerinden daha fazla alan bireylerin toplumsal cinsiyetle ilgili geleneksel bir tutuma sahip olduklarını göstermektedir. Çalışmanın bir diğer sonucuna göre yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdikleri yerleşim yeri ile toplumsal cinsiyet oluşumu arasında bir ilişki bulunmazken yaşamının büyük bir bölümünü büyükşehirde geçiren katılımcıların toplumsal cinsiyete ilişkin tutumları daha olumlu bulunmuştur. Bu sonuç yaşamın büyük bir bölümünün gerçirildiği yerleşim yerinin toplumsal cinsiyet oluşumu üzerinde büyük bir öneminin olmadığı ancak toplumsal cinsiyete ilişkin tutumlar üzerine etkili olduğunu göstermektedir.

Karaca ve Aksu (2020) tarafından Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu öğrencileriyle gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre öğrencilerin toplumsal cinsiyet tutumu ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur. Aynı çalışmanın sonuçlarına göre kadın öğrencilerin ve İlk Acil Yardım bölümünde

okumakta olan öğrencilerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin eşitlikçi tutuma sahip oldukları istatiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Gönenç vd (2018) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre toplumsal cinsiyet dersi alan öğrencilerin, dersi almayan öğrencilere göre toplumsal cinsiyet algı ölçeğinde aldıkları puan ortalamalarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuç, toplumsal cinsiyet dersini alan öğrencilerin toplumsal cinsiyet algılarının dersi almayan öğrencilere göre daha olumlu olduğunu ifade etmektedir.

Çuhadaroğlu ve Akfırat'ın (2017) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları araştırmanın sonuçlarına göre yaşamlarının çoğunu köy ve kasabada geçiren öğrencilerin, şehir ve metropolde yaşamış öğrencilere göre toplumsal cinsiyet algılarının anlamlı olarak daha olumsuz olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Arıcı (2011) üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirdiği araştırmasının bulgularına göre eşitlikçi toplumsal cinsiyet rollerini çevresi tarafından daha fazla algılayan katılımcıların düşük olarak algılayanlara göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Aynı araştırmanın bulgularına göre annesi ilkokul mezunu olan üniversite öğrencileri ile annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin eşitlikçi cinsiyet rolleri arasında anlamlı bir farklılık vardır. Annesi üniversite mezunu olan katılımcıların annesi ilkokul mezunu olan katılımcılara göre eşitlikçi cinsiyet rolleri puanları daha yüksek bulunmuştur. Annesi ilkokul mezunu olan öğrenciler ile annesi ortaokul ya da lise mezunu olan katılımcıların eşitlikçi cinsiyet rollleri puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Baba eğitim durumuna göre incelendiğinde babası ortaokul, lise ya da üniversite mezunu olan katılımcıların babası ilkokul mezunu olan katılımcılara göre eşitlikçi cinsiyet rolleri puanları daha yüksek bulunmuşken diğer gruplar arasında bir farklılık yoktur.

Ünal vd. (2017) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştiren araştırmanın bulgularına göre cinsiyet, sınıf, bölüm ve toplumsal cinsiyet oluşumunun toplumsal cinsiyet algısı varyansının %34 oranında açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Ayçiçek (2020) 18 yaş üstü kadınlar ile gerçekleştirdiği çalışmanın bulgularına göre çalışan kadınların toplumsal cinsiyet algılarının, psikolojik iyi oluşlarının ve benlik saygılarının çalışmayan kadınlardan yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmanın bir diğer bulgusuna göre kadınların eğitim seviyeleri artıkça toplumsal cinsiyet algılarının ve psikolojik iyi oluşlarının artığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bireylerin sahip oldukları toplumsal cinsiyet algılarının yetiştirildikleri aile yapısıyla (çekirdek ve geniş aile) ilişkisini ortaya çıkaran araştırma sonuçları birbirinden farklılık göstermektedir (Kul-Uçtu ve Karahan, 2016; Özpulat, 2017; Gönenç vd., 2018). Gönenç ve diğerleri, sonuçlar arasındaki bu farklılıklardan yola çıkarak bireylerin toplumsal cinsiyet algısının aile tipinden ziyade aile tarafından benimsenen toplumsal cinsiyet algısının etkili olabileceğini ifade etmektedirler (Gönenç vd., 2018).

Ersoy (2009) 645 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmada "Erkekler kadınlardan üstündür ve evde erkeğin sözü geçer" ifadesine erkeklerin %34.7'sinin ve kadınların %17.7'sinin bu ifadeyi uygun bulduklarını raporlamıştır. Bu bulguda kadınların geleneksel yapıdaki bu ifadeyi uygun bulma oranlarının da yüksek olmasının yanı sıra erkeklerin bu ifadeye katılma oranları kadınların katılma oranlarının yaklaşık iki katı kadardır. Bu bulgu erkeklerin kadınlardan daha fazla geleneksel cinsiyet rollerine sahip olduklarını ve eşitlikçi cinsiyet rollerinin yaygınlaştırılması için hem kadınlarla hem de erkeklerle çalışılmasının gerekli olduğunu göstermektedir.

Savaş (2018) Türkiye'deki 7 farklı bölgede ve 70 farklı şehirde 18 yaş üstü katılımcılar ile gerçekleştirdiği araştırmanın bulgularına göre bireyin toplumsal cinsiyet eşitliği algısının bireyin cinsiyeti, eğitim düzeyi, yaşadığı bölge, gelir düzeyi ve çalışma durumu tarafından yordanabileceğini sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre Türkiye'de bireylerin sahip oldukları toplumsal cinsiyet rollerine yönelik kalıpyargıların ciddi bir düzeyde olduğu yorumu yapılabilmektedir.

2.2. Çok Boyutlu Sosyal Destek

Birey, ait olmaya ve diğer insanlara gereksinim duymaktadır (Hendrick, 2016). Birey kendisini ait hissettiği, yakın ve içten ilişkilerle desteklendiğini algılayıp hissettiği zaman hem fiziksel olarak hem de psikolojik olarak daha sağlıklı olma eğilimi içerisindedir (Myers, 2015). Bireyler diğerlerinden destek almaya ve onlarla paylaşımda bulunma ihtiyacı içerisindedir (İraz vd., 2021: 365). Çünkü birey sosyal bir varlıktır bu sebeple kişi hangi yaşta, hangi konumda olursa olsun sosyalliğe ihtiyaç duymaktadır.

Bir başa çıkma mekanizması olarak sosyal desteğin oynağı rol, 1970'lerin ortalarından beri artan bir ilgi odağı olmuştur (Zimet vd., 1988). Sosyal destek kavramı, kendi kendine yardım gruplarında ilk kez kullanılmaya başlanmıştır (Çetinkaya ve Korkmaz, 2019). Sarason ve diğerleri tarafından sosyal destek "güvenebileceğimiz, bizi önemsediklerini, değer verdiklerini ve sevdiklerini bize hissettiren kişilerin varlığı ya da mevcut olma durumları" şeklinde tanımlanmıştır (Sarason vd., 1983). Sosyal destek, bireyin sahip olduğu ilişkilerden duyduğu doyum olarak tanımlanabilmektedir (Arıcıoğlu, 2008). Sosyal destek bireyin sahip olduğu mevcut destek kaynaklarının sayısı, desteğin doğası ve sağlanan desteğin biçimi şeklinde literatürde tanımlanmıştır (Saygın, 2008). Sosyal destek bazen bireyin kendisinin yararlandığı, bazen diğerlerine sağladığı bir başa çıkma kaynağı olma özelliği taşımaktadır (Çetinkaya ve Korkmaz, 2019:92). Algılanan sosyal destek, bireyin diğerleri ile güvenilir bağlara sahip olduğuna ilişkin inancı ve ihtiyaç duyduğu desteğin diğer birey tarafından karşılanacağına ilişkin bilişsel algısıdır (Saygın, 2008: 8). Sosyal destek, çok yönlü bir kavram olma özelliği taşımaktadır (Arıcıoğlu, 2008).

Sosyal destek ile ilgili üzerinde durulması gereken bir nokta algılanan sosyal destektir. Algılanan sosyal destek kavramı, bireyin kendisine değer verildiğini ve ihtiyaç duyma durumu söz konusu olduğunda başvurabileceği diğerlerinin bulunduğuna dair inançları ve öznel değerlendirmeleri ifade etmektedir (Arıcıoğlu, 2008: 7). Çok boyutlu algılanan sosyal destek sevgi, saygı, kabul görme, ait olma, kimlik ve güvenlik gibi sosyal ihtiyaçların karşılanabilmesi amacıyla kurulan karşılıklı etkileşimlerdir (Saygın, 2008: 6). Bireyin çevresinde ona sosyal destek sağlayan ya da sağlamaya hazır olan başkaları olmasına rağmen birey hiçbir sosyal desteğinin olmadığını algılayabilir.

Sosyal destek bireyin herhangi bir kişilerarası ilişkilere sahip olduğu sosyal ağı içerisindeki aile üyeleri, bakım sağlayıcılar, arkadaşlar, komşular, dini kurumlar, meslektaşlar ya da destek gruplarındaki bireyler gibi çeşitli biçimlerde olabilmektedir (APA, 2024). Aile, arkadaşlar, akrabalar, öğretmenler, bireyin içerisinde bulunduğu grup ve toplum bireyin sosyal ilişkilerinin şekillenip sosyal desteğin oluşmasında rol oynamaktadır (Çetinkaya ve Korkmaz, 2019). Kuramsal olarak Zimet vd. (1988) sosyal desteğin üç kaynaktan oluştuğunu belirtmektedirler: aile, arkadaşlar, özel bir insan.

Toplumun ayrılmaz bir bileşeni olan aile, içerisinde yer aldığı toplumun sosyal yapısı, değerleri ve normları çerçevesi içerisindedir, onlara bağlıdır (Kağıtçıbaşı, 2022). Bireyin, diğerleriyle kuracağı ilişkileri nasıl yürüteceği büyük ölçüde ailesi ve içerisinde yaşadığı kültür tarafından şekillenmektedir (Hendrick, 2016). Aile aynı zamanda cinsiyetin sosyalleşmesinde en önemli kaynak olmaktadır (Else-Quest ve Hyde, 2021: 146). Birey doğumu ile birlikte ebeveynleri ile etkileşimde bulunmaya başlar. Bu etkileşim ağı birey yaş aldıkça genişler, akranlar, öğretmenler vb. zamanla kişinin sosyal ağının bir parçaları haline gelir.

Arkadaşlık, gönüllü bir temel üzerine kurulan kişisel ilişkilerdir (Hendrick, 2016). Arkadaşlık ilişkileri özellikle ergenlik dönemindeki birey için diğer yaşam dönemlerine göre daha önemli bir konumda yer almakta olup arkadaşlar, birey için sosyal destek sağlayan kişiler olmaktadır (Saygın, 2008: 58).

Zimet ve diğerleri sosyal destek kaynaklarından biri olarak belirttikleri özel bir insanı örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor gibi birey için ailesi ve arkadaşları dışında özel bir öneme sahip olan kişi şeklinde tanımlamaktadırlar (Zimet v., 1988).

Üniversiteye giriş ve bir üniversite öğrencisi olmak sosyal destek açısından insan hayatı için önemli bir periyod olmaktadır (Özel, Tekindal ve Tekin, 2020). Bu dönem çoğunlukla farklı bir şehirde ve aileden uzakta diğer insanlarla etkileşimin genişlediği bir

dönem olma özelliğini taşımaktadır. Üniversite öğrencileri hem yeni yaşam koşullarına uyum sağlamaya çalışmakta hem de akademik sorumluluklar, ekonomik sorunlar gibi stres yaratan durumlarla karşı karşıya kalabilmektedirler. Bu sebeple üniversite öğrencileri için sosyal destek algılayabilmek önem taşımaktadır. Şahin'in belirttiği gibi, algılanan sosyal destek öğrencilerin gelişimsel görevlerini tamamlamalarında bir kolaylaştırıcı olarak etki etmektedir (Şahin, 2023). Literatüre göre üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin azalmasında farklı kaynaklardan elde edilen sosyal destek rol oynamaktadır (Şahin, 2023). Sosyal destek öğrencilerin akademik başarılarına katkı sağlamakla beraber okula devam etmeleri ve okula uyum sağlayabilmeleri açısından da önem taşımaktadır (Yıldırım, 2000: 168.)

Algılanan sosyal destek mekanizmasının sağlık üzerinde pozitif etkileri söz konusudur. Sullivan'a göre bireylerin olumlu bir psikolojik sağlığa sahip olabilmeleri olumlu kişilerarası ilişkilere sahip olunmasıyla mümkün olabilmektedir (Akt. Arıcı, 2011:34). Sosyal destek bireylerin baş etme kapasitesi üzerinde etkili bir etmendir. Sosyal destek sağlıksız davranışlar, stres, depresyon gibi olumsuz deneyimlere karşı bir tampon görevi görmektedir (Saygın, 2008: 59). Sosyal destek, bireyin stres ile mücadele edebilmesinde kendine duyduğu güveni artıran bir işlev görmektedir (Arıcıoğlu, 2008: 8). Algılanan sosyal destekten duyulan tatmin, benlik saygısı ya da çevre üzerindeki kontrol hissi gibi kişilik özelliklerinden etkilenebilmektedir (Sarason, 1983). Bireyin algıladığı sosyal desteğin yüksek olması düşük depresyon ve düşük anksiyete düzeyi ile ilişkili olmaktadır (Zimet vd., 1988; Çetinkaya ve Korkmaz, 2019). Sosyal destek ve benlik saygısı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu gösteren araştırmalar vardır (Sarason vd., 1983; Koç ve Arslan, 2019). Alanyazında sosyal desteğin yaşam doyumu üzerinde etkisi olduğunu gösteren araştırmalar söz konusudur (Topkaya ve Kavas, 2015; Babahanoğlu, 2020).

Algılanan çok boyutlu sosyal destek üniversite öğrencilerinin duygu durumları dikkate alındığında koruyucu bir işlev görmektedir (Şahin, 2023). Literatürde üniversite öğrencilerinin aileleri tarafından algıladıkları sosyal desteğin, arkadaşları ve özel bir insandan algılanan sosyal destek ortalamalarından yüksek olduğunu sonucuna ulaşan araştırmalar mevcuttur (Yılmaz vd., 2008; Arkar vd., 2004; Laçin vd., 2023). Benzer bir biçimde üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım arama konusunda başvurdukları

kaynakları inceleyen araştırmaların sonucuna göre de ilk başvurulan kaynaklar aileleri ve arkadaşları olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır (Topkaya ve Kavas, 2015).

Bireyin diğerleriyle kurduğu ilişkiler günlük yaşamını belirlemenin yanı sıra psikolojik sağlık üzerinde de belirleyici bir rol oynamaktadır. Ryff (1989) "diğerleriyle olumlu ilişkiler" yani başkalarıyla kaliteli ilişkilere sahip olmayı psikolojik iyi oluşun bileşenlerinden birisi olarak ele almaktadır.

Çocuklukta sosyal desteğin kişilik gelişimi ve yetişkin davranış kalıpları ile ilişkili kanıtların bulunmasının yanı sıra yetişkinlikte sosyal destek eksikliğinin olumsuz sonuçlarına ilişkin bulgular da söz konusudur (Sarason vd., 1983). Sosyal destek hem bireylerin fiziksel sağlıkları üzerinde hem de iyi oluşları üzerinde olumlu etkiye sahip olmakla birlikte sosyal destekten yoksunluk olumsuz etki yaratan durumların oluşumuna zemin hazırlamaktadır (Saygın, 2008: 60). Düşük sosyal desteğe sahip olan kadınlar, yüksek düzeyde sosyal desteğe sahip olan kadınlardan önemli derecede daha az mutlu ve daha içe dönük oldukları araştırma sonuçlarında ortaya konulmuştur (Sarason vd., 1983).

2.2.1. Çok Boyutlu Sosyal Destek İle İlgili Araştırmalar

Üniversite öğrencileri üzerinde çok boyutlu algılanan sosyal destek ile yaşam olayları karşısında bireyin sergilediği güçlü tutumu ifade eden psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Terzi, 2008).

Sumbas ve diğerleri (2023) tarafından üniversite öğrencilerinin flört şiddeti kabul düzeylerini bazı değişkenler açısından incelemek amacıyla yapılan araştırmanın sonuçlarına göre flört şiddetini kabul ve algılanan sosyal destek arasından negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal destek algısı yüksek olan üniversite öğrencileri flört şiddetini kabul etme konusunda daha olumsuz bir tutuma sahiptirler.

Laçin, Yılmaz ve İşgör (2023) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre hem yaşam doyumu hem de mutluluğu yordama konusunda ilk sırada sosyal desteğin alt boyutlarından aileden alınan sosyal destek, ikinci sırada özel bir insandan alınan sosyal desteğin yer aldığı görülmekteyken arkadaşlardan algılanan sosyal desteğin yaşam doyumu ve mutluluğu yordamadığı sonucu ortaya konulmuştur.

Özel vd. (2020) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerleşim yeri, devam ettikleri fakülte, sınıfları ve kaldıkları yer ile algılanan sosyal destek arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Özkan (1994) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırma sonuçlarına göre aile ilgisinin benlik saygısıyla anlamlı bir ilişkisi olduğunu, ailenin ilgisinin artıkça benlik saygısının yükseldiği sonucunu ortaya koymuştur.

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Yılmaz, Yılmaz ve Karaca (2008) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre algılanan çok boyutlu sosyal destek ile yalnızlık arasında negatif yönlü orta derece korelasyon ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı araştırmada çok boyutlu algılanan sosyal desteğin alt boyutlarıyla yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkiye bakıldığı zaman; aile alt boyutuyla orta, arkadaş alt boyutuyla orta ve özel bir insan alt boyutuyla zayıf negatif korelasyon ilişkisi olduğu ortaya konulmuştur.

Yıldırım (2000) tarafından lise öğrencilerinin akademik başarılarını yordayan değişkenlerle ilişkisini incelediği araştırmada öğretmenlerden ve aileden algıladıkları sosyal desteğin öğrencilerin akademik başarılarını pozitif yönde etkilediği, arkadaşlardan algıladıkları sosyal desteğin öğrencilerin akademik başarılarını etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır.

Özgür ve diğerleri (2010) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın bulgularına göre "iyi" kişilerarası ilişkiler algısına sahip olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Koç ve Arslan (2019) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırmanın sonuçlarına göre algılanan sosyal desteğin sabır üzerinde doğrudan bir etkisi olduğu, bireyin algılanan sosyal destek puanları artıkça sabır puanlarının da artmakta olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

İraz vd. (2021) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmanın bulgularına göre algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü bir ilişki olmakta, öğrencilerin algıladıkları sosyal destek artıkça psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Benzer şekilde Aydın, Kahraman ve Hiçdurmaz (2017) tarafından hemşirelik öğrencileri üzerinde yapılan araştırmanın sonuçlarına göre de algılanan sosyal destek düzeyi artıkça psikolojik iyi olma düzeyinin artığı yani aralarında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Şahin (2023) psikolojik yardım talebinde bulunan üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirdiği çalışmada öğrencilerin aile ve arkadaşlarından algılanan sosyal desteğin psikolojik belirtileri (depresyon, anksiyete, somatizasyon, olumsuz benlik ve öfke/saldırganlık) olumsuz yönde yordadığı, yani aileden ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek artıkça öğrencilerin psikolojik belirtilerinin azaldığını bulgulamışlardır. Psikolojik yardım talebinde bulunan öğrencilerin %79.7'sinin kadın olması da araştırmanın dikkat çekici bulguları arasında yer almaktadır.

Saygın (2008) üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirdiği aileden, arkadaşlardan ve öğretmenlerden algılanan sosyal destek değişkenlerinin bulunduğu çalışmasının bulgularına göre sosyal desteğin öznel iyi oluşu yordadığı, sosyal destek ve öznel iyi oluşun benlik saygısını yordamadığı bulgusuna ulaşmıştır.

2.3. Benlik Saygısı

Benlik kavramı, bireyin kendisini nasıl tanımladığını ifade etmek için kullanılan geniş bir kavram olma özelliğindedir (Oktan ve Şahin, 2010: 546). Benlik kelimesi Türk Dil Kurumu Sözlüğü'ne göre "Bir kimsenin öz varlığı, kişiliği, onu kendisi yapan şey, kendilik, şahsiyet" şeklinde tanımlanmaktadır (TDK, 2023). Mead, benlik kavramının doğuştan var olan bir şey olmadığını ve gelişim gösteren bir şey olduğunu ifade etmektedir (Mead, 2017). Benlik kavramı, bireyin "Ben kimim?" sorusuna verdiği cevap şeklinde tanımlanabilmektedir (Myers, 2015: 39). Dökmen benliği ben'i 'diğeri'nden ya da 'diğerleri'nden ayırmakta olan her türlü özellikler ve süreçler bütünü olarak tanımlamaktadır (Dökmen, 2009). Kağıtçıbaşı benliğin, bireyin kendini nasıl algıladığı, yani kendisiyle ilgili farkındalığı kapsamında düşünümsel olduğu görüşü içerisindedir (Kağıtçıbaşı, 2022). Benlik kavramı, bireyin kendisine olan algısı ve değerlendirmeleri ile ilgili olmaktadır (Ayçiçek, 2020: 32). Dinamik bir yapıya sahip olan benlik kavramı, bireyin kendisine dair olan görüşlerin tamamının bir ifadesidir (Apaydın, 2020). Benlik, bireyin bilinçli bir biçimde kendi varoluşuna dair adlandırabildiklerinin bütününü ifade etmektedir (Saygın, 2008: 9). Bireyin kendisine dair olan fikirleri yaşadığı deneyimlerle birlikte zaman içerisinde değişim göstermektedir (Duclos, 2016). Aynı zamanda bireyin benlik algısı, düşünceleri ve davranışların düzenlenmesinde de rol oynamaktadır (Myers, 2015). Özellikle ergenlik dönemi bireyin benlik algısında inişlerin ve çıkışların yaşandığı, kendisi için en uygun benlik arayışı içerisine girildiği bir dönem olma özelliği göstermektedir (Saygın, 2008: 56).

Benlik sosyalleşme süreciyle oluştuğu ve sosyal bir boyuta sahip olduğu için sosyal bir ürün olmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2022). Bireyin sahip olduğu sosyal ilişkiler, bireyin benliğini tanımlamasında bir araç olmaktadır (Myers, 2015:38). Benliği sosyolojik bakış açısıyla açıklayan Mead'a göre dil ve toplum benliğin gelişimindeki en önemli etkenler olmakta, bunun nedeni bireyin ancak etkileşimlere girerek diğerlerinin gözünde kendisinin nasıl olduğunu görebilmesi olduğu için bu durum dil, toplum ve sosyal etkileşimler ile sağlanabilmektedir (Mead, 2017). Bireyin benlik algısı ile sosyal çevresi arasında karşılıklı bir ilişki söz konusudur. Sahip olduğumuz benlik sosyal dünyamızı şekillendirmenin yanı sıra içerisinde bulunduğumuz sosyal dünya tarafından da şekillenmekte, özellikle içerisinde yaşadığımız kültür benliğimiz üzerinde aktif bir rol almaktadır (Dökmen,2009). Benzer bir

şekilde Mead "sosyal ben" ve "ferdi ben" kavramsallaştırmalarını kullanarak benliği bireyin bütün toplumsal deneyim süreciyle birlikte bu sürece katılan diğerlerinin ilişkilerinin sonucunda ortaya çıktığını ifade etmektedir (Mead, 2017).

Benlik saygısı kavramı ilk olarak 1890 yılında James tarafından bireyin arzuları ve başarıları arasındaki uyum şeklinde tanımlanmıştır (Duclos, 2016). Benlik saygısı Amerikan Psikoloji Derneği (American Psychological Association) Sözlüğü'ne göre "bireyin benlik kavramında yer alan niteliklerin ve karakteristik özelliklerin olumlu olarak algılanma derecesi" şeklinde tanımlanmıştır (APA, 2023). Rosenberg (1965) benlik saygısını "bireyin kendisine karşı olumlu ya da olumsuz tutumu" şeklinde ifade etmektedir. Benlik saygısı kavramı evrensel bir biçimde birey olarak kendini değerli ve yeterli hissetme duygusu, kendini kabul ve kendine saygının genelleşmiş biçimi şeklinde tanımlanmaktadır (Lyubomırsky vd., 2006). Duclos benlik saygısı kavramını, bireyin kendi değeri hakkında bir yargı bildirdiğini ve bilişsel bir özelliğe sahip olduğunu ifade etmektedir (Duclos, 2016). Myers benlik saygısını "kişinin bütünlükçü öz değerlendirmesi ya da öz değer hissi" şeklinde açıklamaktadır (Myers, 2015). Bireyin kendisine dair duyduğu saygı tutarlılık gösteren öz değerlendirmelerle ilişkili olmaktadır (Burger, 2006: 487). Tukuş, bireyin yaşamı boyunca var olan benlik saygısını, bireyin kendisini tanıması, yetenek ve güçlü yönlerinin varlığını kabul ederek kendini benimsemesi sonucunda vardığı, kendisine duyduğu sevgi, saygı, güven ve değer duygularıyla oluşmakta olduğunu ifade etmektedir (Tukuş, 2010). Bireyler kim olduklarına dair belirli düşüncelere sahip olmakla birlikte kim olduklarına dair belirli duygulara da sahip olmaktadırlar (Ayçiçek, 2020). Bu belirli duygular benlik saygısını ifade etmektedir. Öznel bir olgu olmakta olan benlik saygısı, olumlu ya da olumsuz nitelikte olabilmektedir (Oktan ve Şahin, 2010). Bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde pozitif ya da negatif etki etmekte olan benlik saygısı, yaşam süresi boyunca yaşamın her döneminde birçok yönden etki etme özelliğine sahiptir (Apaydın, 2020).

Bireyin oluşturmuş olduğu benlik saygısı, kendisine ve dış dünyaya olan görüşünün önemli bir şekillendiricisi olmakta bu sebeple bireyin benlik saygısının yüksek ya da düşük olması kişinin yaşamını doğrudan etkileyebilmektedir (Oktan ve Şahin, 2010: 247). Bireyin kendisine dair benlik saygısının düzeyi artıkça kendini değerli görmesi ve kendine saygı duyması da artmaktadır. Benlik saygısı yüksek olan birey, mutluluğu hak ettiğine inanmakta

olup kendisine dair pozitif bir tutum içerisinde olmaktadır (Apaydın, 2020). Birey, mutlu olabilmek için kendisine değer vermeli ve kendine dair değerlendirmelerini kabul edilebilir bir şekilde algılamalıdır (Duclos, 2016). Araştırmacılar diğer kişilik değişkenlerinde söz konusu olduğu gibi bazı bireylerin kendilerini daha olumlu değerlendirmeye yatkın oldukları görüşü içerisindedirler (Burger, 2006). Lyubomırsky vd. (2006) mutluluk ile benlik saygısı çok yakın ilişkili olduğu için kavramsal olarak birbirlerinden ayırmanın zorluğuna da değinir.

Bireylerin kendilerine duydukları saygı farklı alanlar söz konusu olduğunda değişkenlik gösterebilmektedir. Örneğin bir birey kişileraraası ilişkilerinde kendisini daha olumlu değerlendirip bu alan ile ilgili kendisine dair saygısı daha yüksek bir düzeydeyken atletizim ile ilgili kendini değerlendirmeleri daha olumsuz olabilmekte,bu alanla ilgili kendisine duyduğu saygı görece daha düşük olabilmektedir. Bireyler önem verdikleri alanlarda birbirinden farklılık göstermekte olduğundan dolayı bir kişi için belirli bir alanda kendini başarılı algılamak benlik saygısı için oldukça önem taşımakta iken bir diğer kişi için bu durum söz konusu olmayabilmektedir. Ancak benlik saygısı, bireyin genel olarak kendisine dair değerlendirmeleri kapsayan duygusal bir bileşen olmaktadır.

Bireyin benlik saygısının gelişiminde aile, bir yapıtaşı olarak yer almaktadır. Günümüzde hala birincil bakım sağlayıcılar anneler olduğu için çocukların psikolojik gelişimlerinde kadınların benlik saygısı önemli bir rol oynamaktadır. Yüksek benlik saygısına sahip olan bir annenin, düşük benlik saygısına sahip bir anneye göre çocuğunun benlik saygısı gelişimi üzerinde olumlu etkisi daha fazla olacaktır (Pehlivan, 2016: 481).

Benlik saygısı, bireyin içerisinde bulunduğu sosyal faktörlerden etkilenmektedir. Bireyselliğin daha yüksek seviyede olduğu toplumlarda benlik ve benlik saygısı kavramları, mutluluk için kritik kaynaklar olmaktadır (Lyubomırsky vd., 2006). Sosyoekonomik durum benlik saygısını etkileyen önemli bir diğer değişken olmakta ve yüksek sosyoekonomik statü yüksek benlik saygısıyla, düşük sosyoekonomik statü düşük benlik saygısı ile ilişkili olmaktadır (Carr, 2016: 288).

Benlik saygısı psikolik sağlığın göstergelerinden biri olarak kabul edilmekte, bireyin kendisini daha iyi hissetmesine katkı sağlayan etmenlerden birisi olmaktadır. Olumlu bir benlik saygısı, bireyler için bir gereksinimdir. Yüksek düzeyde benlik saygısına sahip olmak psikolojik sağlık açısından koruyucu ve önleyici bir nitelik taşımaktayken düşük düzeyde benlik saygısına sahip olmak psikolojik sağlık için bir risk unsuru olmaktadır (Apaydın, 2022). Yüksek benlik saygısı algısına sahip olan bireyler kendilerine karşı olumlu bir tutum içerisindedirler. Yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin kendi kapasitelerine dair beklentileri yüksek olmaktadır (Tukuş, 2010). Yüksek benlik saygısına sahip olan bireyler daha tatminkar ve mutlu olmaları sebebiyle iyi oluşları daha yüksektir ve çevrelerindeki diğerleri ile sağlıklı ilişkiler içerisinde bulunma eğilimdedirler (Saygın, 2008). Çok yüksek düzeyde bir benlik saygısına sahip olmak ise narsismzin bir göstergesi olabilmektedir.

Düşük benlik saygısına sahip olan bireyler sosyal kaygıyı diğerlerine göre daha fazla tecrübe etmekte ve kişilerarası ilişkilerde de düşük özgüvene sahip olmaktadırlar (Apaydın, 2022). Düşük benlik saygısına sahip olan bireyler sosyal ortamlarda katılımcı olmaktansa dinleyici olmayı tercih etmektedirler (Tukuş, 2010). Düşük benlik saygısına sahip olan bireyler ile kendilerine daha fazla saygı duyan bireyler karşılaştırıldığında bu bireylerin kendilerine duydukları güvenin düşük olduğu ve sahip oldukları özellikleri takdir etmedikleri görülmektedir (Burger, 2006: 487). Düşük benlik saygısına sahip olan bireyler sahip oldukları yeteneklere oldukça az değer verme ve genellikle başarılarını inkar etme eğilimi içerisindedirler (Oktan ve Şahin, 2010: 546). Ayrıca benlik saygı ile yalnızlık (Güloğlu ve Karaırmak, 2010), depresyon (Duclos,2016; Apaydın, 2022; Özcan vd., 2013; Carr, 2016), anksiyete (Özcan vd., 2013) ve beden hoşnutsuzluğu (Oktan ve Şahin, 2010) ile negatif yönlü ilişkilidir.

Yüksek benlik saygısı ve düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin odaklandıkları noktalar da birbirinden farklılık göstermektedir. Yüksek benlik saygısına sahip olan bireyler kişisel gelişimleri üzerinde yoğunlaşırken, düşük benlik saygısına sahip olan bireyler hata yapmaktan kaçınmaya ve benliklerini korumaya yoğunlaşmaktadırlar (Apaydın, 2022; Carr, 2016).

Benlik saygısı kişilerarası ilişkilerin tüm alanlarına etki eden bir unsur olmakla birlikte kadınların sahip oldukları benlik saygısı erkeklere göre daha çok iletişimden etkilenmekte, başkalarıyla olan ilişkilerin nitelikleri kadınlar için daha büyük bir öneme sahip olmaktadır (Dökmen, 2009). Kısacası kadınların benlik saygıları için sosyal ilişkiler erkeklere göre daha önemli bir konumda yer almaktadır.

2.3.1. Benlik Saygısı İle İlgili Araştırmalar

Ayçiçek (2020) gerçekleştirdiği çalışmada kadınların benlik saygısı ve psikolojik iyi oluşlarının sosyoekonomik düzey yükseldikçe artığını ve kadınların toplumsal cinsiyet algılarının yüksek olmasının hem benlik saygısı hem de psikolojik iyi oluş ile anlamlı ve pozitif ilişkili olduğunu raporlamıştır.

Doğan ve Eryılmaz (2013) kendini sevme ve öz-yeterlilik alt boyutlarından oluşan iki yapılı benlik saygısı (Tafarodi ve Swann, 1995) ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri üniversite öğrencilerinde inceledikleri araştırmalarında, benlik saygısı ile öznel iyi oluşun pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Özkan (1994) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırma sonuçlarına göre benlik saygısının anne ve baba eğitim düzeyine, annenin mesleğine, gelir düzeyine ve ailenin ilgisi ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı araştırmada anneleri çalışan üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının, annesi çalışmayan öğrencilere göre daha fazla olduğu ve babanın mesleğinin benlik saygısıyla bir ilişkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu çocuk bakımından annenin birincil sorumlu olması, çocukla en fazla etkileşimde bulunan kişinin anne olduğu için babanın mesleğinin benlik saygısı ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı şeklinde yorumlanabilir.

Seki ve Dilmaç (2020), 2010-2019 yılları arasında benlik saygısıyla ilişkili faktörler üzerine 153 farklı çalışmayı dahil ederek yaptıkları meta-analiz çalışmasına göre benlik saygısıyla depresyon, anksiyete, stres, yalnızlık, güvenli olmayan bağlanma, çocukluk çağı

travması ve sosyal görünüş kaygısı ile negatif yönlü; algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, psikolojik sağlamlık, problem çözme becerisi, güvenli bağlanma, öz-yeterlik ve empati ile pozitif yönlü ilişki olduğu sonucunu ortaya çıkartmışlardır.

Güloğlu ve Karaırmak'ın (2010) üniversi öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırmanın bulgularına göre benlik saygısı, yalnızlık varyansının %28'ini açıklamaktadır. Araştırmanın bir diğer bulgusu ise psikolojik sağlamlık ve benlik saygısının yalnızlık ile negatif yönlü ilişkili olduğudur.

Özcan ve diğerleri (2013) tarafından 12-24 yaş aralığındaki kadınların katılımıyla gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, anksiyete ve depresyon belirtileri arasında anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Aynı çalışmanın sonuçlarına göre gelir düzeyi ve ebeveynlerin eğitim düzeyleri benlik saygısını yordamaktadır.

Oktan ve Şahin (2010) kız ergenlerde beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmanın bulgularına göre olumlu beden imajına sahip olan yani kendi bedenlerine dair olumlu algılara sahip olan kız ergenlerin benlik saygısı, beden imajlarına dair olumsuz algılara sahip olan kız ergenlere göre daha yüksek bulunmuştur.

2.4. Yaşam Doyumu

Pozitif psikoloji alanının ortaya çıkması psikoloji alanına yeni ve önemli bir yön vermiş ve geleneksel olarak psikolojinin depresyon, anksiyete gibi olumsuz duygu ve düşüncelere olan ilgisini pozitif duygulara doğru çevrilmesini, araştırılmasını sağlamıştır (Pavot ve Diener, 2008). Pozitif psikoloji bilim ve uygulama olarak, psikolojinin göz ardı ettiği iki misyonun yönünü değiştirerek normal bireylerin nasıl daha güçlü, üretken hale getirilebileceğine ve bireyin gerçek potansiyelinin nasıl artırılabileceğine odaklanmıştır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000: 8). Pozitif psikoloji bireyin zayıf özelliklerinden ziyade güçlü olduğu özelliklerinin üzerinde duran ve mevcut sorunlara değil bireyin çözüm

gücüne odaklanan bir yaklaşımdır (Demir ve Türk, 2020; 110). Hem bilimsel hem de klinik bir girişim olmakta olan pozitif psikoloji, iyi oluşu ve mutluluğu artırma hedefi içerisindedir (Carr, 2016). Pozitif psikolojide tedavi sadece bozulmuş olan bir şeyi düzeltmek değil aynı zamanda en iyi olan noktaları beslemektir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Pozitif psikoloji sadece bireyin kendisiyle değil, bireyin içerisinde yer aldığı toplumla da ilişkilidir (Demir ve Türk, 2020). Pozitif psikolojinin ortaya çıkmasıyla bireylerin yaşamlarından daha fazla haz almalarına katkı sağlayacak öznel iyi oluş, mutluluk, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş gibi kavramların üzerinde giderek daha fazla çalışılmaya başlanmıştır.

Öznel iyi oluş kavramı bireyin kendi yaşamının bilişsel ve duyuşsal değerlendirmesini ifade etmektedir (Doğan ve Eryılmaz, 2013: 108). Yaşam doyumu kavramı öznel iyi oluş kavramının bilişsel yönünü, bireyin yaşamıyla ilgili kendi değerlendirmesini belirtmektedir (Diener, 1984). Yaşam doyumu bireyin hayatının belirli bir alanına göre değil, yaşamının tüm alanlarının genel olarak bir değerlendirmesi olmaktadır (Dağlı ve Baysal, 2016:1251). Veenhoven yaşam doyumunun mental ve fiziksel sağlığın göstergelerinden olmakla birlikte bireyin ne kadar iyi geliştiğini de göstermekte olduğunu ifade etmektedir (Veenhoven, 1996). Yaşam doyumu kişinin içerisinde bulunduğu şartlara ve kişinin kendi standartlarına göre belirlenen dinamik bir yapı olmaktadır (Diener, 1984). Başka bir ifade ile yaşam doyumu bireyin yaşadığı hayatı ne kadar sevdiğinin bir ifadesidir (Veenhoven, 1996). Yaşam doyumu, bireyin sahip olduğu beklentiler ile mevcut olan durumunun karşılaştırılması sonucu elde edilmektedir (Arpacı, 2022: 697). Yaşam doyumu, bireyin kendi hayatına dair genel tutumunu ifade etmektedir (Babahanoğlu, 2020). Yaşam doyumu, bireyin yaşamını birbirinden farklı ölçütlere göre yargılaması temelinde oluşan bilişsel bir yapı olmaktadır (Özgür vd., 2010:25). Lyubomırsky vd., (2006) yaşam doyumunun, mutluluk için anahtar bir bileşen olduğunu belirtmektedir.

Doyum "eldekinden hoşnut olma durumu" (TDK, 2024) şeklinde tanımlanmakta, "memnuniyet", "zevk" anlamlarına da gelebilmekte ve bu sebeple bilişsel olduğu kadar duygusal değerlendirmeleri de kapsamaktadır (Veenhoven, 1996:6). Arpacı (2022) doyum kelimesini "beklentilerin, gereksinimlerin, istek ve dileklerin karşılanmasıdır" şeklinde tanımlamaktadır.

Bireylerin yaşamlarına dair değerlendirmeleri toplumsallaşma süreci içerisinde öğrenilen kültürel değerler tarafından etkilenmektedir (Saygın, 2008: 20). Bu sebeple içerisinde bulunan toplumun, kültürün yaşam doyumumuza etkisi söz konusu olmaktadır. Veenhoven bir ülkedeki ya da bir sosyal gruptaki ortalama yaşam doyumunun artmasının o ülke ya da sosyal grupta gelişmelere işaret ettiğini, tersi bir biçimde yaşam doyumunun azalmasının olası problemlere işaret ettiğini belirtmektedir (Veenhoven, 1996). Her kültürün toplumsallaşma süreci içerisinde kadınlara ve erkeklere atfedilen özellikleri mevcut olduğundan dolayı toplumsal cinsiyet oluşumunun yaşam doyumu üzerinde etkisi olduğu, yaşam doyumunu yordadığı düşünülmektedir.

Birçok faktörün yaşam doyumu üzerinde etkisi mevcuttur. Ama her birey biricik olduğu için bu faktörlerin bireyin yaşam doyumları üzerinde etkileri her kişi için birbirinden farklı olabilmektedir. Örneğin eğitim durumu, sosyoekonomik statü, iş hayatı ve benlik saygısı yaşam doyumunu etkileyen değişkenler arasında yer almaktadır (Babahanoğlu, 2020). Bu doğrultuda olumsuz yaşam koşulları içerisinde yaşamakta olan bireyler genellikle yaşamlarından memnun olmazlar (Veenhoven, 1996).

Yaşam doyumunun düşük olması birey için bir şeylerin yanlış olduğu anlamına gelir ancak neyin yanlış olduğunun bir göstergesi değildir (Veenhoven, 1996). Yaşam doyumu düşük olan bireyler psikolojik ve fiziksel sağlık açısından risk altındadırlar (Apaydın, 2022). İntihar davranışı, diğer tüm davranış biçimlerinden daha fazla yaşam doyumunun düşüklüğünün göstergelerinden biri olmaktadır çünkü intihar davranışında bulunan ya da bu eylemi düşünen neredeyse tüm bireyler yaşamlarından memnun değillerdir (Veenhoven, 1996:7). Bu durum yaşam doyumunun aslında hayati bir öneme sahip olduğunun göstergesi niteliğindedir.

Kişilerarası ilişkiler de bireylerin yaşam doyumları üzerinde belirleyici olan bir olgu olmaktadır (Dağlı ve Baysal, 2016). Aynı şekilde sosyal destek, yaşam doyumunu etkileyen ve aralarında pozitif bir ilişkinin var olduğu bir değişken olmaktadır (Babahanoğlu, 2020: 520; Laçin vd., 2023).

Yaşam doyumunun çalışılması ile elde edilen veriler özellikle yaşam kalitesinin geliştirilmesi için gerçekleştirilecek politikaların etkilerini değerlendirebilmek için kullanılabilmektedir (Veenhoven, 1996:4).

2.4.1. Yaşam Doyumu İle İlgili Araştırmalar

Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) 2023 yılı raporuna göre Türkiye'de 18 yaş üstü bireylerin %52,7'si mutlu olduğunu ifade ederken bu oran kadınlarda %55,1 erkeklerde %50,3 şeklindedir. Bu bulgu kadınların toplumsal cinsiyet rolleri nedeniyle mutsuz olsalar bile başkalarına karşı mutlu görünmelerinin gerektiği şeklindeki rolleri nedeniyle gerçek sonuçları yansıtmıyor olabileceği düşünülmektedir. Söz konusu raporda bireylerin mutluluk kaynakları incelendiği zaman ilk sırada aileleri %69.9 yer almaktadır. Mutluluk kaynağının kendisi olduğunu söyleyenlerin oranı %5.4, anne-babalarını mutluluk kaynağı olarak belirtenlerin oranları ise %2.9 şeklindedir. Yaşamlarından memnun olma düzeyinin 10 puan üzerinden hesaplanmasına göre bireylerin yaşam memnuniyetleri 5.7 olarak rapor edilmiştir.

Çeçen (2008) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırmasının bulgularına göre bireysel bütünlük duygusunun, ailesel bütünlük duygusunun ve benlik saygısının yaşam doyumu ile pozitif bir ilişkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu üç değişken birlikte yaşam doyumu varyansının %40'ını açıkladığı rapor edilmiştir.

Apaydın (2020) çalışmasında yaşamlarının büyük bir bölümünün geçirildiği yer ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve yaşamının büyük bir bölümünü şehirde geçiren katılımcıların, yaşamlarının büyük bir bölümünü ilçede geçirenlerden yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Özgür ve diğerleri tarafından (2010) evde ve yurtta kalan üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmanın bulgularına göre evde kalan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları yurtta kalan üniversite öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Ekonomik durumlarını iyi olarak değerlendiren üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının daha yüksek olması araştırmanın diğer bulguları arasındadır.

Arpacı (2022) 18-64 yaş aralığındaki kadınlarla, kadının güçlendirilmesinin yaşam doyumuna etkisini incelediği araştırmasının bulgularına göre kadınların güçlendirilmesi ile yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki söz konusu olduğunu raporlamıştır. Bu bulguya göre kadınların güçlendirilmesi artıkça yaşam doyumları da artmaktadır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde araştırma evreni ve örneklemine, kullanılan veri toplama araçlarına, izlenen işlem yoluna ve verilerin analize ilişkin bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma evrenini Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi kadın lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Farabi Kampüs'ü kadın lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem hesaplama yöntemi olarak tabakalı orantılı örnekleme yöntemi kullanılmış olup tabaka ağırlıkları 0.05'in altında olan fakülte öğrencileri (Güzel Sanatlar Fakültesi, Devlet Konservuartuarı, Fen Fakültesi ve İletişim Fakültesi) öğrencileri örneklemden çıkarılmıştır. Farabi kampüs'te geri kalan 5 fakülte (Fen Fakültesi, İlahiyat Fakültesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ve Mühendislik Fakültesi) örnekleme dahil edilmiştir. Hesaplanan örnekleme yöntemine göre 356 kadın öğrencinin araştırmaya katılması gerekmektedir. Tüm fakültelerden gerekli öğrenci sayılarına ulaşılarak toplam 388 katılımcıya ulaşılmıştır.

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştımada Demografik Bilgi Formu, Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği (TCOÖ), Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

3.2.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla geliştirilen Demografik Bilgi Formu'nda katılımcıların yaşları, medeni durumları, öğrenimlerine devam ettikleri sınıfları, hangi fakülte öğrencisi oldukları, anne ve babalarının

eğitim düzeyleri, yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdikleri yerleşim yeri, yaşanılan yer, sosyoekonomik düzeyleri, gelir getiren bir işte çalışma durumları ve daha önceden herhangi bir psikolojik yardım alınıp alınmadığı sorulmuştur.

3.2.2. Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği (TCOÖ)

Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği (TCOÖ), Epstein (2008) tarafından bireylerin toplumsallaşma süreci içerisinde ailelerinden ve arkadaşlarından aldıkları cinsiyet rolü mesajlarını belirlemek amacıyla geliştirilen Socialization of Gender Norms Scale (SGNS) isimli orijinal ölçeğin Arıcı (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış, geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış bir ölçektir.

Eşitlikçi cinsiyet rolleri ve geleneksel cinsiyet rolleri olmak üzere iki alt boyutttan oluşan ölçek 19 madde sayısına sahiptir. Eşitlikçi cinsiyet rolleri alt ölçeği 5 madde, geleneksel cinsiyet rolleri alt ölçeği 14 madde içermektedir. 2, 6, 11, 12, 16 numaralı maddeler eşitlikçi cinsiyet rollerine ait ifadeler iken 1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 17, 18, 19 numaralı maddeler geleneksel cinsiyet rollerine ait maddelerdir. 4'lü likert derecelendirmesine sahip olan ölçekte "Hiç", "Çok az", "Biraz" ve "Çok" seçeneklerinde biri işaretlenmektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçek maddelerinin her biri 0-3 arasında puanlanmaktadır. Eşitlikçi cinsiyet rolleri alt boyutundan alınabilecek en yüksek puan 15, geleneksel cinsiyet rolleri alt boyutundan alınabilecek en yüksek puan 42 olabilmektedir. Alt boyutlardan alınan puanlar kişinin eşitlikçi ve geleneksel cinsiyet rollerine maruz kalma düzeylerini ifade etmektedir.

Orijinal ölçeğin Cronbach Alfa katsayıları eşitlikçi cinsiyet rolleri için .64-.78, geleneksel cinsiyet rolleri için .83-.85 şeklindedir. Arıcı (2011) tarafından yapılan güvenirlilik analizi sonuçlarına göre Cronbach Alfa katsayısı iki alt boyutta Eşitlikçi Cinsiyet Rolleri için .63 ve Geleneksel Cinsiyet Rolleri için .79'dur. Bu araştırmada yapılan güvenirlilik analizleri sonucu ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı .69, eşitlikçi cinsiyet rolleri için .74 ve geleneksel cinsiyet rolleri için .81 şeklindedir.

Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği'nin Geçerlilik Analizi

Toplumsal cinsiyet oluşumu ölçeğinin geçerlilik çalışması doğrultusunda ilk olarak SPSS'te faktör analizi yapılmış ve bu faktör analizi doğrultusunda 4 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Bu durum üzerine Arıcı (2011) tarafından gerçekleştirilen uyarlama çalışmasındaki 2 faktörlü yapı korunarak Lisrel 12 programı aracılığıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve 2 faktörlü yapı doğrulanamamıştır (RMSEA=0.086). Orijinal ölçekteki 5 faktörlü yapının tekrar incelenmesinin ve maddelerin dağılımlarının kontrol edilmesinin ardından açımlayıcı faktör analizi yapılmış ve uyarlama çalışmasındaki eşitlikçi cinsiyet rolleri ve geleneksel cinsiyet rolleri alt boyutlarının yanı sıra orijinal ölçekteki "beden odaklı" alt boyutu ile "büyük ve güçlü olma" alt boyutlarının da bu araştırma için geçerli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. 4 faktörlü yapının geçerliliğini kontrol etmek amacıyla Lisrel'de doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve yeterli bir uyum ortaya çıkmıştır (RMSEA=0.076). Faktörler içerisinde yer alan maddeler incelendiğinde uyarlama çalışmasında geleneksel cinsiyet rolleri içerisinde yer alan maddenin yeni oluşturulan eşitlikçi cinsiyet rolleri faktöründe yer aldığı dikkate alınarak 16. madde çıkartılmış ve doğrulayıcı faktör analizi yinelenmiştir. T-values analizinde 18. maddenin de analizden çıkartılması gerekliliği doğrultusunda analizden çıkartılmış ve 4 faktörlü yapı daha iyi bir uyumla doğrulanmıştır: Chi-Square=258.93, df=113, P-value=0.00000, RMSEA=0.058. Elde edilen path diyagramı ekler kısmında sunulmuştur.

Son halini alan 4 faktörlü yapıda 4.,8.,9. ve 14. maddeler görünüm odaklı alt boyutunda; 2., 3., 6., 11. ve 12. maddeler eşitlikçi cinsiyet rolleri alt boyutunda; 1., 5., 10. ve 15. maddeler geleneksel cinsiyet rolleri alt boyutunda; 7., 13., 17. ve 19. maddeler dayanıklı olma alt boyutunda yer almaktadır. 19 maddelik ölçekten 16. ve 18. sorularının çıkarılmasının ardından Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği 17 madde olarak ele alınmıştır. Orijinal ölçekten farklı olarak beden odaklı alt boyutuna maddelerin sadece fiziksel görünümü değil duyguların yansımasını da ifade ettiği için görünüm adı verilmiştir. Orijinal ölçekteki büyük ve güçlü olma alt boyutu fiziksel gücün aksine duygusal anlamda bir güçlülüğü, dayanıklılığı ifade ettiği için dayanıklı olma şeklinde ele alınmıştır.

Elde edilen 4 faktörlü yapının güvenirlik analizleri sonucunda ölçek iç tutarlılık Cronbach Alfa katsayısı .64, görünüm alt boyutu için .66, eşitlikçi cinsiyet rolleri alt boyutu için .78, geleneksel cinsiyet rolleri alt boyutu için .53, dayanıklı olma alt boyutu için .75 şeklinde elde edilmiştir.

Tablo 1

TCOÖ'nin alt boyutları arasındaki pearson korelasyon analizi bulguları

	Görünüm	Eşitlikçi cinsiyet rolleri	Geleneksel cinsiyet rolleri	Dayanıklı olma
Görünüm	1	-,437**	,413**	,442**
Eşitlikçi cinsiyet rolleri		1	-,217**	-,127*
Geleneksel cinsiyet rolleri			1	,429**
Dayanıklı olma				1

Tablo 1'de görüldüğü üzere eşitlikçi cinsiyet rolleri alt boyutuyla diğer alt boyutlar arasında negatif bir ilişki gözlenmiştir. Bu bulgu görünüm ve dayanıklı olma alt boyutlarının da geleneksel cinsiyet rolleriyle benzer özelliklere, geleneksel bir alt zemine sahip olunduğunu göstermektedir. Aynı zamanda uyarlama çalışmasının eşitlikçi cinsiyet rolleri ve geleneksel cinsiyet rollerine ayrı ayrı faktör analizi uygulandığında da eşitlikçi cinsiyet rolleri tek faktörlü bir yapı geçerliliğine sahipken geleneksel cinsiyet rolleri alt boyutu 4 faktörlü yapı göstermiştir. Arıcı'nın (2011) ölçek uyarlama çalışmasından farklı bir yapı geçerliliği elde edilmesi görünüm ve dayanıklı olma alt boyutlarının geçen zaman içerisinde geleneksel cinsiyet rollerinden ayrıştığını gösterebilmektedir.

3.2.3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

"Mutlidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)" ölçeği Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Eker ve Akar (1995) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir. 2001 yılında Eker, Akar ve Yaldız tarafından ölçeğin gözden geçirilmiş şekli yayınlanmıştır.

7'li likert derecelendirmeye sahip ölçek 12 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. 1: Kesinlikle hayır- 7: Kesinlikle evet şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçeğin alt boyutları şu şekildedir; aile, arkadaş ve özel bir insan. 1., 2., 7., 10. maddeler aile; 3., 4., 8., 12. maddeler arkadaş; 5., 6., 9. ve 11. Maddeler özel bir insan alt boyutuna aittir. Ölçekten alınabilecek en az puan 12, en yüksek puan 84 şeklindedir. Her bir alt boyuttan alınabilecek en düşük puan 4, alınabilecek en yüksek puan 28'dir. Her bir alt ölçekten alınan yüksek puanlar ilgili alt boyutta algılanan sosyal desteğin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır.

Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .89, aile alt boyutu için .85, arkadaş alt boyutu için .88, özel bir insan alt boyutu için .92 olarak saptanmıştır (Eker, Akar ve Yaldız, 2001). Bu araştırmada iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı tüm ölçek için .83, aile alt boyutu için .85, arkadaş alt boyutu için .88 ve özel bir insan alt boyutu için .94 şeklinde bulunmuştur.

3.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

"Rosenberg Self-Esteem Scale" (Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği) benlik saygısının ölçümü amacıyla 1965 yılında Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 63 madde ve 12 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu araştırmada 10 maddelik benlik saygısı alt boyutu kullanılmıştır. Ölçeğin çevirisi ve uyarlaması Füsun Çetin Çuhadaroğlu (1985) tarafından gerçekleştirilmiştir. 10 sorudan oluşan ölçek Guttman değerlendirme yöntemiyle puanlanmaktadır. Her sorudan puan alacak yanıtlar birbirinden farklıdır. 1., 2. ve 3. sorular, 4. ve 5. sorular, 9. ve 10. sorular birlikte bir küme şeklinde değerlendirilmekteyken 6., 7. ve 8. sorular kendi başlarına değerlendirilmektedirler. İlk kümedeki üç sorudan herhangi ikisinden (2/3) puan alınıyorsa bu kümeden bir puan alınmış olur. İkinci soru kümesinde puan alınan şıklardan biri cevaplanmış ise bu kümeden bir puan alınır. Üçüncü soru kümesi, ikinci soru kümesi şeklinde değerlendirilir. Bir katılımcı tüm sorulardan puan aldığı zaman maksimum puanı 6 olmaktadır. Çuhadaroğlu tarafından 0-1 puan yüksek, 2-4 puan orta ve 5-6 puan düşük benlik saygısı düzeyi olarak tespit edilmiştir.

Çuhadaroğlu (1985) tarafından ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısının .75 olduğu belirtilmiştir. Bu çalışmada Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .88 şeklindedir.

3.2.5. Yaşam Doyumu Ölçeği

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından yaşam doyumunun belirlenmesi amacıyla geliştirilen "The Satisfaction With Life Scale" ölçeğinin Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçeye uyarlama, geçerlilik ve güvenirlilik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışması ilk olarak 1991'de Köker tarafından yapılmıştır.

Ölçek 5 madde ve tek faktörden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. "1:Hiç katılmıyorum, 2:Çok az katılıyorum, 3:Orta düzeyde katılıyorum, 4:Büyük oranda katılıyorum ve 5:Tamamen katılıyorum" şeklinde olmak üzere 5'li likert tipi derecelendirme şeklindedir. Ölçekten alınabilecek en az puan 5, en yüksek puan 25 şeklinde olmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan yaşam doyumunun yüksekliğini ifade etmektedir.

Dağlı ve Baysal'ın (2016) çalışmasında iç tutarlılık Cronbach alfa değeri .88 olarak saptanmıştır. Bu çalışmada iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

3.3. İşlem

Araştırma için öncelikle Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Etik Kurulu'ndan gerekli izinlerin alınmasının ardından Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi'nden uygulama izni alınmıştır. Gerekli izinlerin alınmasının ardından veriler, kampüs içerisindeki sosyal alanlarda gönüllülük esasına göre araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilere anket formlarının dağıtılması ile toplanmıştır. Katılımcılara araştırmanın amacı ve konusu aktarılarak anket formlarının nasıl doldurulması gerektiği açıklanmıştır. Katılımcılardan sözel ve yazılı onam alınmıştır. Anket formlarının doldurulması yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmada katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 29 programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Geçerlilik ve güvenirlik analizleri, betimsel istatistikler, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), pearson korelasyon analizi ve çoklu regresyon analizleri kullanılmıştır.

Toplumsal Cinsiyet Oluşum Ölçeği'nin geçerlilik analizleri için Lisrel 12 programı kullanılmış, açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri gerçekleştirilmiştir.

Verilerin normalliğini değerlendirmek amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri saptanmıştır. Tabachnick ve Fidell (2013) çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5 ile +1,5 aralığında olmasının normal dağılıma uygun olduğunu belirtmişlerdir. Bu araştırmada elde edilen çarpıklık ve basıklık değerleri sırasıyla; toplumsal cinsiyet oluşumu ölçeğinin görünüm alt boyutu ,223 ve -689; eşitlikçi cinsiyet rolleri -,912 ve -,169; geleneksel cinsiyet rolleri -,198 ve -,712; dayanıklı olma alt boyutu -,247 ve -,784; çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği için -,376 ve -,425; benlik saygısı için ,733 ve -,293; yaşam doyumu için ,196 ve -,332 şeklinde bulunmuştur. Bu değerler normallik varsayımına uygun olarak değerlendirilmektedir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde araştırmanın hipotezlerine dair yapılan istatistiksel analizlerin bulgularına yer verilmiştir.

4.1. Betimleyici Özelliklere İlişkin Yüzde Analizi ve Frekans Sonuçları

Araştırma katılımcılarının yaş ortalaması 22,0 olup, 18-43 arasında değişmektedir. Katılımcılara ait diğer demografik özelliklere ilişkin bilgiler Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2
Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin bulgular

	Frekans	Yüzde
Medeni durum		
Bekar	371	95,6
Evli	6	1,5
Diğer	11	2,8
Sınıf		
1. Sınıf	102	26,3
2. Sınıf	57	14,7
3. Sınıf	73	18,8
4. Sınıf	155	39,9
Fakülte		
Fen fakültesi	58	14,9
İlahiyat fakültesi	54	13,9
İktisadi ve idari bilimler fakültesi	77	19,8
İnsan ve toplum bilimleri fakültesi	143	36,9
Mühendislik fakültesi	56	14,4

Tablo 2'nin devamı

Anne eğitim düzeyi		
İlkokul mezunu	159	41,0
Ortaokul mezunu	102	26,3
Lise mezunu	89	22,9
Üniversite mezunu	31	8,0
Yüksek lisans/doktora mezunu	3	,8
Baba eğitim düzeyi		
İlkokul mezunu	101	26,0
Ortaokul mezunu	86	22,2
Lise mezunu	136	35,1
Üniversite mezunu	57	14,7
Yüksek lisans/doktora mezunu	8	2,1
Yaşamın büyük bir bölümünün geçirildiği yerleşim yeri		
Köy-kasaba	41	10,6
İlçe (şehir merkezi dışı)	93	24,0
Şehir	127	32,7
Büyükşehir	127	32,7
Yaşanılan yer		
Devlet yurdu	163	42,0
Özel yurt	27	7,0
Aileyle birlikte	42	10,8
Tek başına	55	14,2
Ev arkadaşı/arkadaşlarıyla	97	25,0
Diğer	3	,8
Sosyoekonomik düzey		
Gelir giderden az	152	39,2
Gelir gidere eşit	178	45,9
Gelir giderden fazla	57	14,7
Bir işte çalışma durumu		
Evet	61	15,7
Hayır	326	84,0

Tablo 2'nin devamı

Daha önce psikolojik yardım alınma durumu		
Evet	117	30,2
Hayır	270	69,6

Katılımcıların %95,6'sı bekar, %1,5'i evli ve %2,8'i diğer medeni durumuna sahiptir. Katılımcıların %26,3'ü 1.sınıf, %14,7'si 2. sınıf, %18,8'i 3.sınıf ve %39,9'u 4.sınıf öğrencisidir. Katılımcıların %14,9'u fen fakültesi, %13,9'u ilahiyat fakültesi, %19,8'i iktisadi ve idari bilimler fakültesi, %36,9'u insan ve toplum bilimleri fakültesi ve %14,4'ü mühendislik fakültesi öğrencisidir.

Katılımcıların annelerinin eğitim düzeyleri %41,0'ı ilkokul mezunu, %26,3'ü ortaokul mezunu, %22,9'u lise mezunu, %8,0'ı üniversite mezunu ve %,8'i yüksek lisans/doktora mezunu şeklindedir. Katılımcıların babalarının eğitim düzeyi %26,0'ı ilkokul mezunu, %22,2'si ortaokul mezunu, %35,1'i lise mezunu, %14,7'si üniversite mezunu ve %2,1'i yüksek lisans/doktora mezunu şeklindedir.

Katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdikleri yerleşim yerleri %10,6 köy-kasaba, %24,0 ilçe (şehir merkezi dışı), %32,7 şehir ve %32,7 büyükşehir şeklindedir. Katılımcıların eğitim dönemlerinin yüz yüze olduğu zamanlarda kaldıkları yer yüzdeleri %42,0 devlet yurdu, %7,0 özel yurt, %10,8 aileyle birlikte, %14,2 tek başına, %25,0 ev arkadaşı/arkadaşlarıyla ve %,8 diğer şeklindedir.

Katılımcılar sosyoekonomik düzeylerini %39,2 gelir giderden az, %45,9 gelir gidere eşit ve %14,7 gelir giderden fazla oranlarında belirtmişlerdir. Katılımcılardan %15,7'si gelir getiren herhangi bir işte çalıştıklarını belirtirken, katılımcıların %84,0'ü herhangi bir işte çalışmadıklarını bildirmişlerdir.

Katılımcıların %30,2'si daha önceden herhangi bir psikolojik yardım aldıklarını belirtirken, %69,6'sı daha önce herhangi bir psikolojik yardım almadıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 3

Katılımcıların ölçek ortalamalarına ilişkin bulgular

	Ortalama	Standart sapma
Görünüm	5,43	3,19
Eşitlikçi cinsiyet rolleri	11,42	3,47
Geleneksel cinsiyet rolleri	6,93	2,67
Dayanıklı olma	7,09	3,20
Aile	20,82	6,28
Arkadaş	22,35	5,59
Özel bir insan	18,56	9,12
Toplam sosyal destek	61,74	14,59
Yaşam doyumu	13,90	4,40
Benlik saygısı	1,97	1,67

Katılımcıların benlik saygıları ortalaması 1.97'dir. Bu değer yüksek benlik saygısına işaret etmektedir (Çuharoğlu, 1985). Bu doğrultuda bu çalışmanın katılımcılarının benlik saygılarının yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Katılımcıların algılanan çok boyutlu sosyal destek kaynaklarına bakıldığı zaman en fazla arkadaşlarından sosyal destek algıladıkları (M=22.35) görülmüştür. Katılımcıların algılanan çok boyutlu sosyal destek kaynaklarından ikinci sırada ailelerinin yer aldığı (M=20.82) ve en az algıladıkları sosyal desteğin özel bir insan (M=18.56) tarafından olduğu görülmüştür.

4.2. Pearson Korelasyon Analizine İlişkin Bulgular

Tablo 4

TCOÖ ile çok boyutlu algılanan sosyal destek kaynaklarına ilişkin korelasyon analizi bulguları

	Algılanan sosyal destek	Aile	Arkadaş	Özel bir insan
Görünüm	-,165**	-,261**	-,125*	-,007
Eşitlikçi cinsiyet rolleri	,163**	,204*	,038	,097
Geleneksel cinsiyet rolleri	-,027	-,124*	,017	,031
Dayanıklı olma	-,059	-,202**	-,056	,078

* p<0,05 ** p<0,01

Toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm alt boyutu algılanan çok boyutlu sosyal destek puanı ile anlamlı ve negatif yönlü r=-,165** p<.01, aileden algılanan sosyal destek ile anlamlı ve negatif yönlü r=-,261** p<.01, arkadaşlardan algılanan sosyal destek ile anlamlı ve negatif yönlü r=-,125* p<.05 ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Görünüm alt boyutu ile özel bir insandan algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Eşitlikçi cinsiyet rolleri algılanan çok boyutlu sosyal destek toplam puanı ile anlamlı ve pozitif yönlü r=,163** p<.01; aile alt boyutuyla anlamlı ve pozitif yönlü r=,204* p<.05 korelasyon ilişkisi olduğu görülmüştür. Bu bulgu sosyalleşme süreci içerisinde çevresi tarafından eşitlikçi cinsiyet rolleri ile ilgili mesajları daha fazla algılayan üniversite öğrencilerinin hem algılanan çok boyutlu toplam sosyal desteklerinin hem de ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin daha fazla olduğunu göstermektedir.

Geleneksel cinsiyet rolleri ile aileden algılanan sosyal destek arasında anlamlı ve negatif ilişki r=-,124* p<.05 olduğu gözlenmiştir. Geleneksel cinsiyet rolleri ile diğer sosyal destek alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Bu bulgu sosyalleşme süreci

içerisinde geleneksel cinsiyet rolleri mesajlarını daha fazla algılayan üniversite öğrencilerinin aileleri tarafından algıladıkları sosyal desteğin daha düşük olduğunu göstermektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal desteğin sadece aileden algılanan sosyal destek alt boyutu ile geleneksel cinsiyet rollerinin anlamlı bir ilişkisinin söz konusu olması sosyalleşme süreci içerisinde en fazla aile tarafından bu geleneksel mesajların algılandığı ve sosyalleşme süreci içerisinde ailenin rolünün diğer sosyal destek kaynaklarından daha önemli olduğunu gösterebilmektedir.

Dayanıklı olma alt boyutu ile aileden algılanan sosyal destek arasında anlamlı ve negatif korelasyon olduğu r=-,202** p<.01 görülmektedir. Diğer sosyal destek kaynakları ile dayanıklı olma arasında anlamlı bir ilişki saptanmamamıştır. Bu durum katılımcıların dayanıklı olma ile ilgili mesajları en çok aileleri tarafından aldığını ve önemli bir etken olduğunu gösterebilmektedir. Sosyalleşme süreci içerisinde dayanıklı olma ile ilgili mesajları yoğun olarak algılayan üniversite öğrencilerinin aileleri tarafından algıladıkları sosyal destek negatif ilişkilidir. Bu bulgu ailelerin sosyalleşme süreci içerisinde bireye dayanıklı olma zorunluluğu ile ilgili ileti vermesinin aileyle ilişkilere olumsuz yansıyabileceğini düşündürtmektedir.

Tablo 5
TCOÖ ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki korelasyon analizine ilişkin bulgular

	Benlik saygısı	Yaşam doyumu
Görünüm	,195**	-,146**
Eşitlikçi cinsiyet rolleri	-,081	,099
Geleneksel cinsiyet rolleri	-,021	-,029
Dayanıklı olma	-,008	-,038

* p<0,05 ** p<0,01

Toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutlarıyla benlik saygısı ve yaşam doyumu ilişkileri incelendiği zaman sadece görünüm alt boyutunun anlamlı ilişkili olduğu sonucuna

ulaşılmıştır. Görünüm alt boyutuyla benlik saygısı negatif (benlik saygısı puanlarının düşük olması benlik saygısının yüksek olduğu anlamına gelmektedir) ilişkilidir r=,195** p<.01. Görünüm alt boyutu yaşam doyumuyla anlamlı ve negatif ilişkilidir r=-,146 p<.01. Bu bulgular görünüm alt boyutundan alınan mesajların daha fazla olmasının düşük benlik saygısı ve düşük yaşam doyumuyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Geleneksel cinsiyet rollerine paralel bir yapı sergilemekte olan görünüm alt boyutundan algılanan mesajların fazla olması bireylerin sosyalleşme süreçleri içerisinde aileleri, arkadaşları ve çevresi tarafından hem fiziksel görünüşleri hem de duygu ifadeleri konusunda katı, geleneksel mesajlar aldıklarını ifade etmektedir. Fiziksel görünüş ve duygu ifadeleri konusunda geleneksel mesajları daha fazla alan kadın üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve yaşam doyumları bu mesajları daha az alan kadın üniversite öğrencilerinden daha düşük olmaktadır. Örneğin toplumsallaşma sürecindeki bir kız çocuğu büyüdüğü zaman kilolu olursa onun fiziksel görünüşünü kimsenin beğenmeyeceği ile ilgili çevresi tarafından mesaj alması ya da mutlu olmadığı zamanlarda bile mutluymuş gibi görünmenin önemli olduğuna ilişkin mesajlar almak kadınları üniversite öğrencisi olduklarında benlik saygılarını ve yaşam doyumlarını olumsuz yönde etkilemektedir.

Tablo 6

Algılanan sosyal destek kaynakları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki korelasyon analizine ilişkin bulgular

	Benlik saygısı	Yaşam doyumu
Aile	-,228**	,386**
Arkadaş	-,155*	,183**
Özel bir insan	-,104*	,180**
Toplam algılanan sosyal destek	-,222**	,348**

* p<0,05 ** p<0,01

Algılanan çok boyutlu sosyal destek toplam puanı ve tüm alt boyutları benlik saygısı ve yaşam doyumu ile anlamlı ilişkili bulunmuştur. Benlik saygısı puanlarının düşük olması yüksek benlik saygısına işaret ettiği için çok boyutlu algılanan sosyal destek toplam puanı

ve tüm alt boyutlarıyla anlamlı ve pozitif yönlü ilişkilidir. Benlik saygısı ve yaşam doyumu ile en güçlü ilişkili olan aile alt boyutudur. Bu bulgu kadın üniversite öğrencilerinin benlik saygılarını ve yaşam doyumlarını en çok etkileyen kaynağın arkadaşlar ve özel bir insan olmasından ziyade aileleri tarafından algılanan desteğin daha önemli olduğunu göstermektedir.

Aileden algılanan sosyal destek ile benlik saygısı anlamlı ve pozitif yönlü r=-.228**, p<.001 ilişkilidir. Arkadaşlardan algılanan sosyal destek ile benlik saygısı anlamlı ve pozitif yönlü r=-.155**, p=.002 ilişkilidir. Özel bir insandan algılanan sosyal destek ile benlik saygısı anlamlı ve pozitif yönlü r=-.104*, p=.042 ilişkilidir.Çok boyutlu algılanan sosyal destek toplam puanı ile benlik saygısı anlamlı ve pozitif yönlü r=-.222**, p<.001 ilişkilidir. Katılımcıların aileleri, arkadaşları ve özel bir insan tarafından algıladıkları sosyal destek artıkça benlik saygılarının artacağı söylenebilmektedir.

Aileden algılanan sosyal destek ile yaşam doyum anlamlı ve pozitif yönlü r=.386**, p<.001 ilişkilidir. Arkadaşlardan algılanan sosyal destek ile yaşam doyumu anlamlı ve pozitif yönlü r=.183**, p<.001 ilişkilidir. Özel bir insandan algılanan sosyal destek ile yaşam doyumu anlamlı ve pozitif yönlü r=.180**, p<.001 ilişkilidir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek toplam puanı ile yaşam doyumu anlamlı ve pozitif yönlü r=.348**, p<.001 ilişkilidir. Katılımcıların aileleri, arkadaşları ve özel bir insan tarafından algıladıkları sosyal destek artıkça yaşam doyumlarının artacağı söylenebilmektedir.

4.3. T-Testi Analizine İlişkin Bulgular

Katılımcıların gelir getiren herhangi bir işte çalışıp çalışmama durumlarının toplumsal cinsiyet oluşuumunun alt boyutlarıyla, algılanan çok boyutlu sosyal destek toplam puanı ve alt boyutlarıyla, benlik saygısı ve yaşam doyumu ile anlamlı bir ilişkisi olup olmadığının tespit edilebilmesi için bağımsız örneklemler t-testi uygulanmıştır. Gerçekleştirilen analiz sonucunda bir işte çalışma (M=6.18, Ss=3.10) ve bir işte çalışmama (M=5.30, Ss= 3.19) ile toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm alt boyutu [t(385)=1.96, p=.05] arasında anlamlı fark vardır. Toplumsal cinsiyet oluşumunun diğer alt boyutlarıyla

(eşitlikçi cinsiyet rolleri, geleneksel cinsiyet rolleri ve dayanıklı olma) bir işte çalışma durumu arasında anlamlı bir fark yoktur.

Tablo 7

Katılımcıların bir işte çalışma durumlarına ilişkin t-testi analizi bulguları

	Bir işte çalışıyor musunuz	N	Ort.	Ss.	t	p
Görünüm	Evet	61	6,18	3,10	1,96	,05
	Hayır	326	5,30	3,19		
Aile	Evet	61	18,18	6,85	-3,61	<,001
	Hayır	326	21,30	6,05		
Arkadaş	Evet	61	20,52	6,24	-2,78	,006
	Hayır	326	22,68	5,41		
Özel bir insan	Evet	61	18,73	7,90	,165	,854
	Hayır	326	18,52	9,35		
Toplam algılanan	Evet	61	57,44	14,00	-2,50	,013
destek	Hayır	326	62,50	14,59		

Bir işte çalışan katılımcılar (M=18.18, Ss=6.85) ile bir işte çalışmayan katılımcıların (M=21.30, Ss=6.05) aileden algılanan sosyal destek puanları [t(385)=-3.61, p<.001] arasında anlamlı fark vardır. Bir işte çalışan katılımcılar (M=20.52, Ss=6.24) ile bir işte çalışmayan katılımcıların (M=22.68, Ss=5.41) arkadaşlardan algılanan sosyal destek puanları arasında [t(385)=-2.78, p=.006] anlamlı fark vardır. Bir işte çalışma (M=18.73, Ss=7.90) ve çalışmama (M=18.52, Ss=9.35) ile özel bir insandan algılanan sosyal destek puanları [t(385)=.165, p=.854] arasında anlamlı fark yoktur. Bir işte çalışan katılımcılar (M=57.44, Ss=14.0) ile çalışmayan katılımcıların (M=62.50, Ss=14.59) toplam algılanan çok boyutlu sosyal destek puanı [t(385)=-2.50, p=.013] arasında anlamlı fark vardır.

Bir işte çalışma durumu (M=1.88, Ss=1.76) ve çalışmama durumu (M=1.98, Ss=1.65) ile benlik saygısı toplam puanları [t(384)=-.444, p=.65] arasında anlamlı farklılık yoktur. Ancak iki grubun puan ortalamaları ve t değerinin negatif olması bir işte çalışan

katılımcıların benlik saygısılarının bir işte çalışmayan katılımcılardan çok küçük bir farkla yüksek olduğunu göstermektedir.

Bir işte çalışanlar (M=13.58, Ss=4.88) ile çalışmayan katılımcıların (M=13.97, Ss=4.32) yaşam doyumu puanları arasında [t(384)=-.63, p=.524] anlamlı fark yoktur.

Daha önce herhangi bir psikolojik yardım alan katılımcılar ve herhangi bir psikolojik yardım almayan katılımcılar arasında toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutlarında herhangi bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo 8

Katılımcıların psikolojik yardım alma durumlarına ilişkin t-testi analizi bulguları

	Psikolojik yardım alma	N	Ort.	Ss.	t	P
Aile	Evet	117	19,69	6,55	-2,31	,021
	Hayır	270	21,29	6,11		
Benlik saygısı	Evet	117	2,32	1,81	2,61	,010
	Hayır	269	1,81	1,55		
Toplam algılanan destek	Evet	117	59,04	15,68	-2,38	,018
	Hayır	270	62,86	13,98		

Daha önce bir psikolojik yardım alan katılımcılar (M=19.69, Ss=6.55) ve psikolojik yardım almayan katılımcılardan (M=21.29, Ss=6.11) elde edilen puanlar arasında aile tarafından algılanan sosyal destek [t(385)=-2.31, p=,021] puanlarında anlamlı fark vardır. Daha önce bir psikolojik yardım alma (M=59.04, Ss=15.68) ve almama durumu (M=62.86, Ss=13.98) ile algılanan çok boyutlu sosyal destek toplam puanı [t(385)=-2.38, p=.018] arasında anlamlı ilişki vardır. Arkadaştan ve özel bir insandan algılanan sosyal destek ile psikolojik yardım alma durumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur. T-testinde t değerinin eksi çıkması ikinci değişkenin (psikolojik yardım almayanlar) birinci değişkenden (psikolojik yardım alanlar) daha yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Bu bulgu genel olarak algılanan sosyal desteği ve aileden algılanan sosyal desteği yüksek olan katılımcıların psikolojik

yardım almalarının daha az olduğunu göstermektedir. Bu bulgu algılanan sosyal desteğin ve özellikle aileden algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlık açısından koruyucu bir faktör olarak işlediğini gösterebilmektedir.

Daha önce bir psikolojik yardım alma (M=2.32, Ss=1.81) ve psikolojik yardım almama (M=1.81, Ss=1.58) ile benlik saygısı puanları [t(384)=2.61, p=.010] arasında anlamlı ilişki vardır. Daha önce herhangi bir psikolojik yardım almayan katılımcıların benlik saygıları, daha önce herhangi bir psikolojik yardım alan katılımcıların benlik saygılarından daha fazladır. Psikolojik yardım alan katılımcıların puan ortalamaları orta benlik saygısını işaret etmekteyken daha önce herhangi bir psikolojik yardım almayan katılımcıların puan ortalamaları yüksek benlik saygısına sahip olduklarını göstermektedir.

Daha önce psikolojik yardım alma (M=13.83, Ss=4.61) ve psikolojik yardım almama (M=13.95, Ss=4.32) durumu ile yaşam doyumu puanları [t(384)=-.233, p=.818] arasında anlamlı bir fark yoktur. Ancak anlamlı bir fark olmamasına rağmen iki grubun ortalama puanlarının karşılaştırılması ve t değerinin eksi olması daha önce psikolojik yardım almayan katılımcıların yaşam doyumlarının çok küçük bir farkla daha yüksek olduğunu göstermektedir.

4.4. Tek Yönlü Varyans Analizine (ANOVA) İlişkin Bulgular

Toplumsal cinsiyet oluşumu alt boyutlarının devam edilen sınıf düzeyi ile arasında farklılık olup olmadığının değerlendirilmesi için tek faktörlü gruplar arası varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analiz sonucunda devam edilen sınıf düzeyi eşitlikçi cinsiyet rolleri alt boyutunda anlamlı fark vardır: F(3, 383)=5.03, p=.002 Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre 1. sınıf öğrencileri (M=12.34, Ss=2.99) ile 4. sınıf öğrencileri (M=10.68, Ss=3.69) arasında anlamlı farklılık vardır. Toplumsal cinsiyet oluşumunun diğer alt boyutları olan görünüm, geleneksel cinsiyet rolleri, dayanıklı olma alt boyutları ile devam edilmekte olan sınıf düzeyi arasında anlamlı farklılık yoktur.

Tablo 9

Katılımcıların sınıfları ve TCOÖ alt boyutlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Görünüm	Gruplar arası	45,543	3	15,181	1,486	,218
	Gruplar içi	3913,527	383	10,218		
	Toplam	3959,070	386			
Eşitlikçi cinsiyet rolleri	Gruplar arası	176,784	3	58,928	5,031	,002
	Gruplar içi	4485,717	383	11,712		
	Toplam	4662,501	386			
Geleneksel cinsiyet rolleri	Gruplar arası	20,357	3	6,786	,948	,417
	Gruplar içi	2741,897	383	7,159		
	Toplam	2762,253	386			
Dayanıklı Olma	Gruplar arası	33,938	3	11,313	1,101	,349
	Gruplar içi	3935,897	383	10,276		
	Toplam	3969,835	386			

Çok boyutlu algılanan sosyal destek toplam puanı ve alt ölçeklerinin devam edilmekte olan sınıf düzeyi ile ilişkili olup olmadığının saptanması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre devam sınıf düzeyi ile çok boyutlu algılanan sosyal destek toplam puanı ve alt boyutları arasında anlamlı farklılık yoktur.

Benlik saygısı ve yaşam doyumu toplam puanları ile katılımcıların eğitimlerine devam etmekte oldukları sınıfları arasında fark olup olmadığının belirlenmesi için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre anlamlı fark yoktur.

Toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutları, algılanan çok boyutlu sosyal destek toplam puanı ve alt boyutları, benlik saygı ve yaşam doyumu ile katılımcıların öğrenim görmekte oldukları fakülteler arasında fark olup olmadığını analiz etmek için uygulanan tek

yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre katılımcıların öğrenim gördükleri fakülteler ile bu değişkenler arasında anlamlı fark yoktur.

Katılımcıların annelerinin eğitim düzeylerinin toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutlarıyla farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir. Yüksek lisans/doktora mezunu sayısı çok az olduğu için (3 kişi) lisans mezunu olanlarla birleştirilmiştir. Gerçekleştirilen analiz sonucunda katılımcıların annelerinin eğitim düzeylerinin toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutlarıyla arasında anlamlı fark yoktur.

Tablo 10

Katılımcıların annelerinin eğitim durumları ve algılanan sosyal destek kaynaklarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Aile	Gruplar arası	68,544	3	22,848	,582	,627
	Gruplar içi	14912,078	380	39,242		
	Toplam	14980,622	383			
Arkadaş	Gruplar arası	11,992	3	3,997	,126	,945
	Gruplar içi	12082,966	380	31,797		
	Toplam	12094,958	383			
Özel bir	Gruplar arası	760,773	3	253,591	3,092	,027
insan	Gruplar içi	31168,787	380	82,023		
	Toplam	31929,560	383			
Toplam	Gruplar arası	1220,994	3	406,998	1,924	,125
sosyal	Gruplar içi	80374,340	380	211,511		
destek	Toplam	81595,333	383			

Katılımcıların annelerinin eğitim düzey grupları ile çok boyutlu algılanan sosyal desteğin özel bir insan boyutunda (homojenlik varsayımı için Levene testi $p<.001$ olduğu için yapılan Welch test değeri $p=.005$ dikkate alınmıştır) anlamlı fark vardır. Farkın hangi

gruplar arasında olduğunun tespit edilmesi için gerçekleştirilen Tukey HSD analizi sonucunda annesi ilkokul mezunu (M=17.30, Ss=9.58) olan katılımcılar ile annesi üniversite ya da yüksek lisans/doktora mezunu (M=22.02, Ss=6.45) olan katılımcılar arasında anlamlı fark vardır. Çok boyutlu algılanan destek toplam puanı, aile ve arkadaş alt boyutları ile katılımcıların annelerinin eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark yoktur.

Katılımcılarının annelerinin eğitim düzeyleri ile benlik saygısı ve yaşam doyumu toplam puanları arasında yapılan tek yönlü faktör analizi (ANOVA) bulgularına göre anlamlı bir fark yoktur.

Katılımcıların babalarının eğitim düzeylerinin toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutlarında farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir. Babaları yüksek lisans/doktora mezunu olanlar (8 kişi) üniversite mezunu olan grup ile birleştirilmiştir. Gerçekleştirilen analiz sonucuna göre katılımcıların babalarının eğitim düzeyi ile toplumsal cinsiyet oluşumu alt boyutları arasında anlamlı fark saptanmamıştır.

Katılımcıların babalarının eğitim düzeyine göre benlik saygısı, çok boyutlu algılanan sosyal destek toplam puanı ve alt boyutları arasında fark olup olmadığının tespiti için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre anlamlı fark yoktur.

Tablo 11

Katılımcıların babalarının eğitim durumları ve yaşam doyumlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Yaşam doyumu	Gruplar arası	181,037	3	60,346	3,158	,025
	Gruplar içi	7318,797	383	19,109		
	Toplam	7499,835	386			

Katılımcıların babalarının eğitim düzeyleri ile yaşam doyum puanları arasında farklılık olup olmadığının tespit edilmesi için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre anlamlı fark vardır: F=(3, 383)=3.15, p=.025. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre babaları ilkokul mezunu (M=12.77, Ss=4.08) olanlar ile babası ortaokul (M=14.46, Ss=4.44) ve lise mezunu (M=14.30, Ss=4.43) olanlar arasında anlamlı fark vardır. Babaları ilkokul mezunu olan katılımcıların yaşam doyumu puan ortalamaları en düşük grup olmaktadır.

Katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdikleri yerleşim yerine göre toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutları, çok boyutlu algılanan sosyal destek toplam puanı ve alt boyutları, benlik saygıları ve yaşam doyumları arasında fark olup olmadığının analizi için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre herhangi bir anlamlı fark yoktur.

Katılımcıların kaldıkları yer açısından diğer seçeneğini işaretlemiş 3 katılımcı ANOVA analizleri dışında bırakılmıştır. Katılımcıların yaşadıkları yer ile toplumsal cinsiyet oluşumu alt boyutları ve benlik saygıları arasında fark olup olmadığının anlaşılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre anlamlı fark yoktur.

Tablo 12

Katılımcıların yaşadıkları yer ve algılanan sosyal destek kaynaklarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Aile	Gruplar arası	76,601	4	19,150	,490	,743
	Gruplar içi	14801,233	379	39,053		
	Toplam	14877,833	383			
Arkadaş	Gruplar arası	442,618	4	110,655	3,615	,007
	Gruplar içi	11601,372	379	30,610		
	Toplam	12043,990	383			

Tablo 12'nin devamı

Özel bir	Gruplar arası	390,898	4	97,725	1,183	,318
insan	Gruplar içi	31320,286	379	82,639		
	Toplam	31711,185	383			
Toplam	Gruplar arası	901,778	4	225,444	1,079	,366
sosyal	Gruplar içi	79164,574	379	208,878		
destek	Toplam	80066,352	383			

Gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre katılımcıların yaşadıkları yer ile çok boyutlu algılanan sosyal destek toplam puanı, aile alt boyutu ve özel bir insan alt boyutunda anlamlı fark yoktur. Katılımcıların yaşadıkları yer ile arkadaş alt boyutunda anlamlı fark vardır: $F(4, 379)=3.61$, $p=.007$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunun tespit edilmesi için gerçekleştirilen Tukey HSD testi Post-hoc analizine göre devlet yurdunda kalan katılımcılar (M=21.90, Ss=5.88) ile ev arkadaşı/arkadaşlarıyla kalan katılımcılar (M=23.95, Ss=5.03) ve tek başına kalan katılımcılar (M=20.70, Ss=5.65) ile ev arkadaşı/arkadaşlarıyla kalan katılımcılar (M=23.95, Ss=5.03) arasında anlamlı fark vardır. Arkadaşlar tarafından algılanan sosyal destek puan ortalamaları en yüksek ev arkadaşı/arkadaşlarıyla kalan katılımcılar sahiptir. Bu durum ev arkadaşlığının, arkadaşlardan algılanan sosyal destek puanlarını artırdığını göstermektedir. Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin yaşadıkları yerin arkadaşlarından algıladıkları sosyal desteği etkilediği söylenebilmektedir.

Tablo 13

Katılımcıların yaşadıkları yer ve yaşam doyumlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Yaşam doyumu	Gruplar arası	464,967	4	116,242	6,269	<,001
	Gruplar içi	7008,986	378	18,542		
	Toplam	7473,953	382			

Katılımcıların yaşadıkları yer ile yaşam doyumları arasında anlamlı fark olup olmadığının tespit edilmesi amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre anlamlı fark vardır: F(4, 378)=6.26, p<,001. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun anlaşılması için gerçekleştirilen Tukey HSD testi Post-hoc analizine göre devlet yurdunda kalmakta olan katılımcılar ile (M=13.21, Ss=4.10) tek başına yaşamakta olan katılımcılar (M=16.51, Ss=4.50) ve tek başına yaşamakta olan katılımcılar ile (M=16.51, Ss=4.50) ev arkadaşı/arkadaşlarıyla yaşamakta olan katılımcılar (M=13.54, Ss=4.39) arasında anlamlı fark vardır. Elde edilen bu bulgu benzer bir şekilde katılımcıların kaldıkları yer ile arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek arasındaki fark ile uyuşmaktadır. Bu sebeple arkadaşlardan algılanan sosyal desteğin kalınan yere göre farklılık göstererek dolaylı olarak yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 14

Katılımcıların sosyoekonomik durumları ve TCOÖ alt boyutlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Görünüm	Gruplar arası	268,684	2	134,342	14,091	<,001
	Gruplar içi	3660,980	384	9,534		
	Toplam	3929,664	386			
Eşitlikçi	Gruplar arası	107,338	2	53,669	4,535	,011
	Gruplar içi	4544,848	384	11,836		
	Toplam	4652,186	386			
Geleneksel	Gruplar arası	134,622	2	67,311	9,850	<,001
	Gruplar içi	2624,205	384	6,834		
	Toplam	2758,827	386			
Dayanıklı	Gruplar arası	179,733	2	89,866	9,154	<,001
	Gruplar içi	3769,621	384	9,817		
	Toplam	3949,354	386			

Katılımcıların sosyoekonomik durumlarını nasıl tanımladıkları ile toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutlarında anlamlı fark olup olmadığının tespit edilmesi için

gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre tüm alt boyutlar ile anlamlı fark vardır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre gelirlerini giderden az tanımlayan katılımcılar (M=6.45, Ss=3.33) ile geliri gidere eşit tanımlayan katılımcılar (M=4.93, Ss=2.96) ve gelirini giderden az tanımlayan katılımcılar (M=6.45, Ss=3.33) ile geliri giderden fazla tanımlayan katılımcılar (M=4.35, Ss=2.76) arasında toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm alt boyutunda fark vardır.

Gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre toplumsal cinsiyet oluşumunun eşitlikçi cinsiyet rolleri alt boyutu Levene testinde homojenlik varsayımını karşılayamamıştır. Bu sebeple Levene testinin alternatifi olarak değerlendiren Welch (p=.011) ve Brown-Forsythe (p=.014) testlerinin değerlerine bakılmış (Pallant, 2017: 281) ve bu değerler analize devam etmek için uygun bulunmuştur. Eşitlikçi cinsiyet rolleri açısından farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre gelirlerini giderden az ifade eden katılımcılar (M=10.91, Ss=3.62) ile gelirlerini gidere eşit olarak ifade eden katılımcılar (M=11.98, Ss=3.20) arasında anlamlı fark vardır.

Geleneksel cinsiyet rolleri ile katılımcıların sosyoekonomik durumları arasındaki farkın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre gelirlerini giderden az olarak belirten katılımcılar (M=7.61, Ss=2.58) ile gelirlerini gidere eşit olarak belirten katılımcılar (M=6.33, Ss=2.67) arasında anlamlı fark vardır.

Dayanıklı olma alt boyutu ile katılımcıların sosyoekonomik durumları arasındaki farkın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre gelirlerini giderden az olarak belirten katılımcılar (M=7.92, Ss=3.14) ile gelirlerini gidere eşit belirten katılımcılar (M=6.61, Ss=3.13) ve gelirlerini giderden az belirten katılımcılar (M=7.92, Ss=3.14) ile gelirlerini giderden fazla belirten katılımcılar (M=6.31, Ss=3.08) arasında anlamlı fark vardır.

Tablo 15

Katılımcıların sosyoekonomik durumları ve algılanan sosyal destek kaynaklarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Aile	Gruplar arası	853,554	2	426,777	11,387	<,001
	Gruplar içi	14392,296	384	37,480		
	Toplam	15245,850	386			
Arkadaş	Gruplar arası	553,343	2	276,671	9,205	<,001
	Gruplar içi	11541,634	384	30,056		
	Toplam	12094,977	386			
Özel bir insan	Gruplar arası	306,568	2	153,284	1,844	,160
	Gruplar içi	31918,755	384	83,122		
	Toplam	32225,323	386			
Toplam sosyal destek	Gruplar arası	2971,650	2	1485,825	7,191	<,001
	Gruplar içi	79341,937	384	206,620		
	Toplam	82313,587	386			

Katılımcıların algıladıkları sosyoekonomik düzeyleri ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ve alt boyutları ile anlamlı fark olup olmadığının belirlenmesi için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre aile, arkadaş ve algılanan sosyal destek toplam puanı ile anlamlı fark olduğu, özel bir insan alt boyutu ile anlamlı bir fark olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Aileden algılanan sosyal destek ile katılımcıların sosyoekonomik durumları arasındaki farkın hangi gruplar arasında olduğunun anlaşılması için gerçekleştirilen Tukey HSD testi Post-hoc analizine göre gelirini giderden az belirten katılımcılar (M=18.96, Ss=6.22) ile gelirini gidere eşit belirten katılımcılar (M=21.92, Ss=6.00) ve gelirini giderden az belirten katılımcılar (M=18.96, Ss=6.22) ile gelirini giderden fazla belirten katılımcılar (M=22.24, Ss=6.22) arasında anlamlı fark vardır.

Gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre çok boyutlu algılanan sosyal desteğin arkadaş alt boyutu Levene testinde homojenlik varsayımını karşılayamamıştır. Bu sebeple Levene testinin alternatifi olarak değerlendiren Welch (p<.001) ve Brown-Forsythe (p<.001) testlerinin değerlerine bakılmış (Pallant, 2017: 281) ve bu değerler analize devam etmek için uygun bulunmuştur. Arkadaşlardan algılanan sosyal destek ile sosyoekonomik durum açısından farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre gelirlerini giderden az ifade eden katılımcılar (M=21.15, Ss=6.10) ile gelirlerini gidere eşit belirten katılımcılar (M=22.58, Ss=5.29), gelirini giderden az belirten katılımcılar (M=21.15, Ss=6.10) ile gelirlerini giderden fazla belirten katılımcılar (M=24.73, Ss=4.11) ve gelirlerini gidere eşit belirten katılımcılar (M=22.58, Ss=5.29) ile gelirlerini giderden fazla belirten katılımcılar (M=24.73, Ss=4.11) arasında anlamlı fark vardır.

Çok boyutlu algılanan sosyal destek ile sosyoekonomik durum arasındaki farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre gelirlerini giderden az ifade eden katılımcılar (M=58.97, Ss=14.39) ile gelirlerini giderden fazla ifade eden katılımcılar (M=67.29, Ss=14.62) arasında anlamlı fark vardır.

Tablo 16

Katılımcıların sosyoekonomik durumları ve benlik saygılarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Benlik saygısı	Gruplar arası	45,656	2	22,828	8,480	<,001
	Gruplar içi	1031,031	383	2,692		
	Toplam	1076,687	385			

Gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre benlik saygısı Levene testinde homojenlik varsayımını karşılayamamıştır. Bu sebeple Levene testinin alternatifi olarak değerlendiren Welch (p<.001) ve Brown-Forsythe (p<.001) testlerinin

değerlerine bakılmış (Pallant, 2017: 281) ve bu değerler analize devam etmek için uygun bulunmuştur. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre gelirlerini giderden az ifade eden katılımcılar (M=2,37, Ss=1.83) ile gelirlerini gidere eşit belirten katılımcılar (M=1.79, Ss=1.53) ve gelirini giderden az belirten katılımcılar (M=2,37, Ss=1.83) ile gelirlerini giderden fazla belirten katılımcılar (M=1.45, Ss=1.40) arasında anlamlı fark vardır.

Tablo 17

Katılımcıların sosyoekonomik durumları ve yaşam doyumlarına ilişkin tek yönlü varyans analizi bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Sig.
Yaşam doyumu	Gruplar arası	567,847	2	283,924	15,706	<,001
	Gruplar içi	6923,500	383	18,077		
	Toplam	7491,347	385			

Katılımcıların sosyoekonomik durumları ile yaşam doyum puanları arasında farklılık olup olmadığının tespit edilmesi için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) bulgularına göre anlamlı fark vardır: $F=(2, 383)=15.70$, $p<.001$. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için gerçekleştirilen Tukey HSD testi kullanılan Post-hoc analizine göre gelirlerini giderden az belirten katılımcılar (M=12.48, Ss=4.41) ile gelirini gidere eşit belirten katılımcılar (M=14.58, Ss=3.98) ve gelirlerini giderden az belirten katılımcılar (M=12.48, Ss=4.41) ile gelirlerini giderden fazla belirten katılımcılar (M= 15.66, Ss=4.60) arasında anlamlı fark vardır. Gelirlerini giderden fazla belirten katılımcı grubu, yaşam doyumu puanları en yüksek olan grup olmaktadır.

4.5. Çoklu Regresyon Analizine İlişkin Bulgular

Yaşam doyumunu yordayan değişkenlerin saptanması amacıyla gerekli varsayımların karşılanmasının ardından öncelikli olarak tüm değişkenler (yaş, sınıf, fakülte, anne ve baba eğitim düzeyi, yaşamın büyük bir bölümünün geçirildiği yerleşim yeri,

yaşanılan yer, sosyoekonomik düzey, çalışma durumları, daha önceden psikolojik yardım alma durumları, görünüm, eşitlikçi cinsiyet rolleri, geleneksel cinsiyet rolleri, dayanıklı olma, aileden algılanan sosyal destek, arkadaşlardan algılanan sosyal destek, özel bir insandan algılanan sosyal destek ve benlik saygısı) analizi dahil edilmiştir. Gerçekleştirilen çoklu regresyon analizi doğrultusunda yaşam doyumunu yordamada anlamlı olmayan değişkenler (yaş, sınıf, fakülte, anne ve baba eğitim düzeyi, yaşamın büyük bir bölümünün geçirildiği yerleşim yeri, yaşanılan yer, çalışma durumları, görünüm, eşitlikçi cinsiyet rolleri, geleneksel cinsiyet rolleri, dayanıklı olma ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek) analizden çıkartılarak analiz tekrarlanmıştır. Ayrıca uç değerde bulunan iki katılımcı (51. katılımcı ve 124. katılımcı) analizden çıkartılmıştır.

Tablo 18

Yaşam doyumunu yordayan değişkenlere yönelik çoklu regresyon analizi bulguları

	B	Standart Hata	Beta	t	p
Aile	,204	,032	,292	6,466	<,001
Özel bir insan	,051	,021	,106	2,434	,015
Benlik saygısı	-,872	,116	-,332	-7,517	<,001
Sosyoekonomik düzey	1,023	,277	,162	3,694	<,001
Psikolojik yardım alma durumu	-,910	,409	-,095	-2,222	,027

Enter metoduyla yapılan çoklu regresyon analizi sonucuna göre model anlamlı bulunmuştur: $F(5, 378) = 36,859$, $p<.001$. odelin yaşam doyumunun %32'sini açıkladığı görülmektedir ($R^2_{adj}=.319$). Yaşam doyumunu yordayan değişkenler aileden algılanan sosyal destek ($\beta=.292$, $p<.001$), özel bir insandan algılanan sosyal destek ($\beta=.106$, $p=.015$), benlik saygısı ($\beta=-.332$, $p<.001$), sosyoekonomik durum ($\beta=.162$, $p<.001$) ve daha önce psikolojik yardım alma durumu ($\beta=-.095$, $p=.027$) olmuştur.

Tablo 19

Benlik saygısını yordayan değişkenlere yönelik çoklu regresyon analizi bulguları

	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sınıf	-,157	,062	-,116	-2,548	,011
Psikolojik yardım alma	-,454	,165	-,125	-2,743	,006
Yaşam doyumu	-,146	,017	-,386	-8,400	<,001
Görünüm	,074	,024	,141	3,046	,002

Benlik saygısını yordayan değişkenlerin belirlenmesi yönelik yapılan çoklu regresyon analizi sonucuna göre model anlamlı bulunmuştur: $F(5,380)=20,944$, $p<.001$. Modelin yaşam doyumunun %21'ini açıkladığı görülmektedir ($R^2_{adj}=.206$). Sınıf ($\beta=-.116$, $p=.011$), psikolojik yardım alma durumu ($\beta=-.125$, $p=.006$), yaşam doyumu ($\beta=-.386$, $p<.001$) ve görünüm ($\beta=.141$, $p=.002$) benlik saygısını yordamaktadır. Benlik saygısı puanlarının düşük olması yüksek benlik saygısına işaret ettiği göz önünde bulundurularak sınıf, psikolojik yardım alma ve yaşam doyumunda meydana gelecek artma benlik saygısını artırmaktayken toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm alt boyutunda yani bireyin sosyalleşme süreci içerisinde diğerleri tarafından hem fiziksel görünümü hem de duygu ifadelerine yönelik aldığı katı mesajların fazla olmasıyla meydana gelecek artma benlik saygısında azalmaya sebep olacaktır.

Tablo 20

Aileden algılanan sosyal desteği yordayan değişkenlere yönelik çoklu regresyon analizi bulguları

	B	Standart Hata	Beta	T	P
Yaşam doyumu	,515	,065	,361	7,967	<,001
Çalışma durumu	2,491	,782	,145	3,184	,002
Eşitlikçi cinsiyet rolleri	,249	,083	,137	3,001	,003
Dayanıklı olma	-,309	,090	-,158	-3,454	<,001

Enter metoduyla yapılan çoklu regresyon analizinde 1 katılımcı uç değerde olması nedeniyle analizden çıkartılmıştır. Modelin sonucuna göre model anlamlı bulunmuştur: F(4, 380) = 30,069 p<.001. Modelin aileden algılanan sosyal desteğin %23'ünü açıkladığı görülmektedir (R^2_{adj}=.232). Yaşam doyumunun (β=.361, p<.001), çalışma durumunun (β=.145, p=.002), eşitlikçi cinsiyet rollerinin (β=.137, p=.003) ve dayanıklı olmanın (β=-.158, p<.001) aileden algılanan sosyal desteği anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir.

Tablo 21

TCOÖ'nin görünüm alt boyutunu yordayan değişkenlere yönelik çoklu regresyon analizi bulguları

	B	Standart Hata	Beta	t	P
Eşitlikçi cinsiyet rolleri	-,304	,037	-,330	-8,193	<,001
Geleneksel cinsiyet rolleri	,247	,053	,206	4,677	<,001
Dayanıklı olma	,290	,044	,291	6,653	<,001
Benlik saygısı	,295	,077	,154	3,854	<,001
Fakülte	,205	,098	,082	2,094	,037
Sosyoekonomik durum	-,521	,188	-,113	-2,770	,006

Enter metoduyla yapılan çoklu regresyon analizi sonucuna göre model anlamlı bulunmuştur: F(6, 379)=46,697, p<.001. Modelin toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm alt boyutunun %42'sini açıkladığı görülmektedir (R^2_{adj}=.416). Eşitlikçi cinsiyet rollerinin (β=-.330, p<.001), geleneksel cinsiyet rollerinin (β=.206, p<.001), dayanıklı olmanın (β=.291, p<.001), benlik saygısının (β=.154, p<001), katılımcıların fakültelerinin (β=.082, p=.037) ve sosyoekonomik durumun (β=-.113, p=.006) toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm alt boyutunu anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir.

BEŞİNCİ BÖLÜM
SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmada incelenen hipotezlere ilişkin olarak toplanan verilerin istatistiksel analizleri ile elde edilen bulguların tartışma ve yorumlarına yer verilmiştir. Ayrıca araştırma bulgularından yola çıkılarak çeşitli öneriler sunulmuştur.

5.1. Sonuç

Bu araştırma elde edilen bulgular değerlendirildiği zaman geleneksel bir yapı sergilemekte olan, hem fiziksel görünüş ile ilgili bireylerin beden algılarını etkileyen hem de bireyin duygu ifadelerini sınırlandırmakta olan toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm alt boyutu araştırmada ele alınan özel bir insandan algılanan sosyal destek haricinde diğer tüm değişkenler ile (aileden ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek, algılanan toplam sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumu) anlamlı ve negatif yönlü ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Diğer geleneksel yapıdaki faktörlerde (dayanıklı olma ve geleneksel cinsiyet rolleri) böyle güçlü bir ilişkinin gözlemlenmemesi günümüzde görünüm ile ilgili mesajların kadın üniversite öğrencileri için diğer boyutlardan daha önemli olarak algılanmakta olduğunu düşündürtmektedir.

Toplumsal cinsiyet oluşumunun tüm faktörlerini aileden algılanan sosyal destek ile anlamlı olarak ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu toplumsal cinsiyet ile ilgili sosyalleşme süreci içerisinde ailenin en önemli kaynak olduğunu gösterir niteliktedir. Özellikle sosyalleşme süreci içerisinde aile ilk temas edilen kaynak olmakta ve yaşam boyu da sosyalleşme sürecinin merkezinde yer almaktadır. Bu bulgu özellikle Türkiye gibi toplulukçuluk ile bireysellik arasında bulunma durumunda olan ülkelerde ailenin sosyalleşme sürecindeki en önemli etmen olduğunu gösterir niteliktedir.

Eşitlikçi cinsiyet rolleri aileden algılanan sosyal destek ile pozitif yönlü ilişkili olmakta iken geleneksel yapıdaki görünüm, dayanıklı olma ve geleneksel cinsiyet rolleri alt

boyutları aileden algılanan sosyal destek ile negatif yönlü ilişkili olmaktadır. Yani bireyin sosyalleşme süreci içerisinde ailesi tarafından eşitlikçi cinsiyet rolleri ile ilgili mesajlar alması kişinin ailesinden algıladığı sosyal desteğe olumlu etki etmekte iken geleneksel yapıdaki mesajları alması kişinin ailesinden algıladığı sosyal desteğe olumsuz etki etkmektedir. Bireyin ailesinden algıladığı sosyal desteğin yüksek olması durumunda aile ile olan ilişkilerin sağlıklı olduğu yorumu yapılabilmektedir. Bu sebeple aile tarafından eşitlikçi cinsiyet rollerine yönelik mesajları daha fazla almak aile ile ilişkileri olumlu yönde etkileyebilmektedir. Tersi bir biçimde aile tarafından gelen mesajların geleneksel yapıda algılanması bireyin ailesi ile olan ilişkilerini olumsuz bir biçimde etkileyebilmektedir.

Geleneksel cinsiyet rolleri ve dayanıklı olma ile ilgili mesajların sadece aileden algılanan sosyal destek ile ilişkili olduğu bulgusu sosyalleşme süreci içerisinde ailenin en önemli ve en belirleyici sosyalleşme kaynağı olarak yer almasından kaynaklanabilmekte ve bireyin hem geleneksel cinsiyet rollerine hem de dayanıklı olma ile ilgili mesajları en fazla aileleri tarafından algılandığını gösterir niteliktedir.

Özellikle ergenlik yıllarının başlamasıyla birlikte kendi vücutlarındaki değişimlerle ilgili olan ergen dikkatini ve benlik tanımlamalarını fiziksel görünümlerini esas alarak şekillendirmektedir (Oktan ve Şahin,2010). Bu bağlamda toplumsal cinsiyet oluşumunun görünüm alt boyutu genel olarak algılanan sosyal destek, aileden algılanan sosyal destek, arkadaşlardan algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumu ile anlamlı ve negatif yönlü ilişkili olmakta hem de benlik saygısını yordayan değişkenlerden birisi olmaktadır. Bu bulgu üniversite öğrencileri için görünümlerinin ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Görünüm (appearance) alt boyutunda “Aşırı kiloluysan, sevgili bulmakta zorlanırsın” gibi hem bireylerin fiziksel görünüşlerine atıfta bulunan hem de “Mutlu olmasan bile mutluymuş gibi görünmek, iyi olmanın bir parçasıdır” gibi fiziksel görünüşten bağımsız olarak bireylerin duygu ifadelerini yansıtma biçimlerine atıfta bulunan maddeler yer almaktadır. Geleneksel cinsiyet rollerine paralel bir yapıda bulunan bu ifadeler bu çalışmada ele alınan psikolojik sağlığın ve sağlıklı sosyal ilişkilere bir engel teşkil ettiği görünmektedir.

Sosyal destek kaynakları ile benlik saygısı arasındaki ilişkiler incelendiği zaman benlik saygısı ile en fazla ilişkili olan kaynağın aileden algılanan sosyal destek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Sosyalleşme süreci içerisinde bireyin benliğini ve benlik saygısının şekillenmesinde ailenin temel bir faktör olduğu düşünüldüğü zaman bu bulgu beklenen bir bulgudur. Benzer bir şekilde bireyin sosyal destek kaynakları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkilere bakıldığı zaman en fazla ilişkili olan kaynağın aileden algılanan sosyal destek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu bulguların kadın üniversite öğrencileri için aileden algılanan sosyal desteğin ne ölçüde önemli olduğunu ve aileden algıladıkları sosyal desteğin az ya da çok olmasının yaşamlarında nasıl bir etki göstereceğini sergilemektedir.

Eşitlikçi cinsiyet rollerine maruz kalma açısından 1. sınıf ve 4. sınıf kadın üniversite öğrencileri arasında anlamlı fark vardır. Bu bulguya göre 1. sınıf öğrencileri eşitlikçi cinsiyet rolleri mesajlarını sosyalleşme süreci içerisinde çevrelerinden daha fazla aldıklarını belirtmişlerdir. Toplumsal cinsiyet örüntüsü entegrasyonlarının birey tarafından yorumlanış biçimi dinamik bir süreç içinde değişebilmektedir. Değişen zamanla birlikte kadınlar için yeterli olmamasına rağmen olumlu yönde ilerlemeler katedilmiştir. Sınıf düzeyleri göz önüne alındığı zaman 1. sınıf öğrencilerinin yaşlarının 4. sınıf öğrencilerinin yaşlarından daha küçük olması sebebiyle, toplumsal cinsiyet konusunda kadınların lehine olan durumdan daha fazla sosyalleşebilecekleri düşünülerek bu beklenen bir bulgu olmaktadır. Toplumsal cinsiyet oluşumunun diğer alt boyutları olan geleneksel cinsiyet rolleri, görünüm ve dayanıklı olma ile öğrencilerin sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmiştir. Görünüm ve dayanıklı olma alt boyutlarının da geleneksel cinsiyet rollerine ait bir yapı sergilediği göz önünde bulundurularak kadın üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerinden bağımsız olarak benzer sosyalleşme süreçlerinden geçmekte oldukları düşünülebilmektedir.

Aileden algılanan sosyal desteğin düşük olması katılımcıların bir işte çalışma durumları üzerinde anlamlı olduğu bulgusu katılımcıların aileleri tarafından maddi destek görememesinden ve bu durumda aileleri tarafından düşük sosyal destek algılamalarından kaynaklanabilmektedir. Maddi destek görmek sosyal desteği etkileyen faktörlerden birisi olmaktadır.

Çalışmada katılımcıların medeni durumlarına ilişkin bilgiler Demografik Bilgi Formu'nda sorulmuş olup evli (6 katılımcı) ve diğer (11 katılımcı) seçeneği işaretleyen katılımcıların sayısı çok az olduğu için herhangi bir analize dahil edilmemiştir. Araştırma örnekleminin kadın üniversite öğrencileri olduğu göz önüne alındığı bu beklenen bir durumdur.

Bireylerin daha önce herhangi bir psikolojik yardım alma durumları benlik saygıları, aileden algılanan sosyal destek ve algılanan genel sosyal destek ile anlamlı olarak ilişkili olmaktadır. Bu bulguya göre kadın üniversite öğrencilerinde daha önce herhangi bir psikolojik yardım almayan katılımcıların benlik saygıları daha yüksek olmakla birlikte, daha önce herhangi bir psikolojik yardım almayan katılımcıların hem aileden hem de toplam sosyal desteklerinin daha önce psikolojik yardım alan katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Bu doğrultuda benlik saygısının, aileden algılanan sosyal desteğin ve toplam sosyal desteğin bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde koruyucu bir etkisinin var olduğu ve bu değişkenlerin varlığının bireyin psikojik destek almasına gerek duymadığı şeklinde yorumlanabilmektedir.

Kullanılan ölçme araçlarının yapılan geçerlilik analizleri sonucunda Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği dışındaki diğer ölçme araçlarında (Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği) yapı geçerlilikleri uyarlama çalışmalarında elde edilen bulgularla uyumludur. Bu sonuç toplumsal cinsiyet olgusunun zamana göre değişmesi ve ölçekte aileden, arkadaşlardan, çevreden alınan mesajlar üzerinde durulması da bireylere aktarılan bu mesajlarla ilgili algının değişmekte olduğunu söyleyebilmeyi mümkün kılmaktadır. Diğer ölçme araçlarının ölçmeyi hedefledikleri konuların zaman içerisinde büyük bir değişime uğramadığını, daha kalıcı bir yapıya sahip olduklarını söylemek mümkündür. Toplumsal cinsiyet oluşumunu ölçen araçların rezive çalışmalarının yapılmasına ve yeni ölçme araçlarının geliştirilmesine ihtiyaç söz konusudur. Bu sayede toplumsal cinsiyet oluşumum daha net bir potresinin çizilebilmesinin mümkün olacağı düşünülmektedir.

2011 yılında uyarlama çalışması gerçekleştirilen Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği iki faktörlü bir yapıya sahipken yapılan analizler sonucu bu araştırmada dört faktörlü bir yapı göstermektedir. Bu durumun sebebi geçen zamanın görece kısa olmasına rağmen toplumsal cinsiyet oluşumunun dinamik bir yapıya sahip olması sebebiyle aile ve çevreden algılanan mesajların değişmesi olabilmektedir. Toplumsal cinsiyet oluşumunun tespit edilebilmesi için yeni ölçme araçlarına, çalışmalara ihtiyaç olduğu gibi toplumsal cinsiyet oluşumu ile ilgili gerçekleştirilecek boylamsal çalışmaların alana özellikle katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu durumun sebebi bireylerin toplumsal cinsiyet oluşuma dair sosyalleşme sürecinde algıladıkları mesajların zaman içerisinde değişip değişmediğini görme gerekliliğidir. Örneğin, üniversite döneminde geleneksel algılanan bir mesajın ileri yaşlarda da aynı şekilde algılanıp algılanmayacağının belirlenmesi gerekmektedir. Bu sebeple boylamsal araştırmalar önem arz etmektedir.

Kadın üniversite öğrencilerinin yaşadıkları yer ile arkadaşlarından algılanan sosyal destek arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu bulguya göre devlet yurdunda kalan katılımcılar ile ev arkadaşı/arkadaşlarıyla kalan katılımcılar ve tek başına kalan katılımcılar ile ev arkadaşı/arkadaşlarıyla kalan katılımcılar arasında anlamlı fark vardır. Arkadaşlar tarafından algılanan sosyal destek puan ortalamaları en yüksek ev arkadaşı/arkadaşlarıyla kalan katılımcılar sahiptir. Bu durum ev arkadaşlığının, arkadaşlardan algılanan sosyal destek puanlarını artırdığını gösterebilmektedir. Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin yaşadıkları yerin arkadaşlarından algıladıkları sosyal desteği etkilediği söylenebilmektedir.

Katılımcıların öğrenimlerine devam ettikleri fakülte ile Toplumsal cinsiyet oluşumunun alt boyutları, çok boyutlu algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark yoktur. Benzer şekilde İraz vd. (2021) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırmada öğrenim görülen programın katılımcıların algılanan sosyal destekleri ile anlamlı olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Ancak katılımcıların öğrenimlerine devam etmekte oldukları fakülteler üniversite öğrencilerinin benlik saygılarını yordayan değişkenlerden birisi olmaktadır.

Katılımcıların bir işte çalışma çalışmama durumlarının benlik saygısı üzerindeki anlamlı bir etkisinin olmadığı ancak bir işte çalışan katılımcıların benlik saygılarının küçük bir farkla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anlamlı bir fark olmamasının sebebi örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşması sebebiyle olabilmektedir. Anlamlı olmamasına rağmen küçük bir farkın söz konusu olması literatürle tutarlılık göstermektedir (Ayçiçek, 2020).

Katılımcıların sosyoekonomik durumlarına dair algıları ile özel bir insandan algılanan sosyal destek dışında diğer tüm değişkenler arasında (aileden ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek, algılanan toplam sosyal destek, benlik saygısı ve yaşam doyumu) anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu bulgu kadın üniversite öğrencileri için sosyoekonomik durumlarının önemli bir etmen olduğunu gözler önüne sermektedir. Görünüm ve dayanıklı olma ile ilgili mesajları en az aldığını belirten grup gelirlerini giderden fazla olduğu ifade eden grup olmakla birlikte gelirlerini giderden az olarak belirten katılımcılar ile gelirlerini gidere eşit olarak belirten katılımcılar arasında eşitlikçi cinsiyet rolleri mesajlarını alma açısından anlamlı fark vardır. Gelirlerini gidere eşit belirten katılımcılar geleneksel cinsiyet rolü mesajlarını gelirlerini giderden az belirten katılımcılardan daha az aldıklarını ifade etmişlerdir. Gelirlerini giderden az ifade eden katılımcılar ile gelirlerini gidere eşit olarak ifade eden katılımcılar arasında eşitlikçi cinsiyet rolleri açısından anlamlı fark vardır ve gelirini gidere eşit belirten kalıtımcılar aldıkları eşitlikçi cinsiyet rollerine yönelik mesajların gelirleri gidere eşit olan katılımcılardan daha fazla olduğunu ifade etmişlerdir. Bu bulgular sosyoekonomik durum ile toplumsal cinsiyet oluşumunun ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Aynı zamanda gelirlerini giderden fazla belirten kadın üniversite öğrencileri benlik saygısı ve yaşam doyumu en yüksek grup olmaktadır. Bu sebeple kadın üniversite öğrencilerin sosyoekonomik durumlarını iyileştirmeye yönelik üniversite içerisinde yarı zamanlı çalışabilecekleri işlerin, burs imkanlarının, konaklama gideleri için sağlanacak desteklerin psikolojik sağlıkları için belirleyici nitelikte olan benlik saygıları ve yaşam doyumlarına olumlu katkıda bulunacağı söylenebilmektedir. Aynı zamanda kadın üniversite öğrencilerine bu desteklerin akademik başarılarına da olumlu bir biçimde yansıyacağı düşünülmektedir.

5.2. Öneriler

Ataerkilliği ortadan kaldırıp, toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanabilmesi amacıyla cinsiyetçi söylem ve pratiklerin yerini feminist düşünce ve eylemin alması gerekmektedir (Hooks, 2022). Bu durumun sağlanabilmesi amacıyla özellikle bireylerin eğitim hayatlarının başlarından itibaren toplumsal cinsiyet eşitliğinin önemine dayanan farkındalık ve eğitim programlarının bireylere sunulması, görünür olması gerekmektedir. Bu farkındalık ve eğitim programlarının üniversite döneminde de uygulanması gerekli görülmektedir. Örneğin toplumsal cinsiyet derslerinin üniversite öğrencilerine verilmesinin öğrencilerin toplumsal cinsiyete ilişkin algılarında rol oynadığı gösteren araştırmalar mevcuttur (Gönenç vd., 2018).

Hegemonik erkeklik kadınlıklar ve erkeklikler ile ilgili toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini meşrulaştırmakta ve bu eşitsizliklerin yaygınlaşmasına katkıda bulunmaktadır (Messerschmidt, 2019: 109). Tüm erkeklerin hegemonik erkekliğe katkı sağladığı ya da kadınların hegemonik erkekliğe karşıt oldukları gibi bir durum söz konusu olmamakta, kadınlar da hegemonik erkekliği beslenmesinde rol oynamaktadırlar. hegemonik erkeklik, hegemonik olan grubun gücünün kabul ettiği doğrultuda tâbi edilen grupların failliğini ve karşılıklı koşullanma durumu olduğunu kabul etmektedir (Messerschmidt, 2019: 122). Belirli biçimlerdeki kadınlıklar, hegemonik erkekliklerin sürdürülmesinde başta gelen bir öneme sahip olabilmektedirler (Messerschmidt, 2019: 157). Bu durum aslında bazı kadınların geleneksel kadınlıkları benimsemeleri ve geleneksel kadınlıkları destekleyecek davranış örüntülerine, benliklerine sahip olmalarıyla hegemonik erkekliğin ve ataerkil düzenin devam etmesine katkı sağlamakta olduklarını ifade etmektedir.kadınlarla yapılacak olan toplumsal cinsiyet ile ilgili ve kadınlıklar ile ilgili çalışmalar aynı zaman hegemonik erkekliklerin daha net bir şekilde anlaşılmasına da katkı sağlayacaktır – öneriler kısmına.

Üniversite öğrencilerinin kullandıkları dil, cinsiyetçi konuşmalarla ile ilgili farkındalık çalışmaları yapılabilir. Else-Quest ve Hyde'ın belirttiği gibi "cinsiyetçi dil ve cinsiyetçi davranış kol kola ilerler". Cinsiyetçi bir dilin kullanımı hem var olan toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini yansıtmakta hem de bu eşitsizlikleri sürekli bir hale getirmektedir (Else-Quest, Hyde, 2021:132). Üniversite öğrencilerinin günlük konuşmalarında

kullandıkları cinsiyetçi ifadelerini fark edilmesi ile birlikte toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin yeniden üretim sürecine katılmaları engellenebileceği düşünülmektedir.

Bireylerin benlik saygılarını artırmaya, dolayısıyla psikolojik sağlıklarını da artırmaya yönelik önleme ve müdahale çalışmalarına ihtiyaç söz konusudur. Benlik saygısının dinamik bir yapıya sahip olması sayesinde müdahale ve önleme çalışmalarının bireylerin benlik saygılarını artırmada rol oynayabilmektedir. Pehlivan'ın (2016) belirttiği gibi düşük benlik saygısı nedeniyle ortaya çıkan sonuçları tedavi etmektense bu sonuçlar ortaya çıkmadan benlik saygısını artırmak daha önemlidir. Benlik saygısını geliştirmeye yönelik gerçekleştirilen programların etkililiğine dair yapılan araştırmalardan elde edilen veriler bu programların etkililiğine dair kanıt oluşturmaktadırlar (Carr, 2016; Haney ve Durlak, 1998; Pehlivan, 2016; Şahin, 2018).

Özellikle pozitif psikoloji yaklaşımı bireyin olduğu durumdan daha iyi bir duruma gelmesine katkı sağlamasının yanı sıra bireylerin yaşam kalitelerini artırarak problemlerin oluşmasını önlemekte önem kazanmaktadır (Demir ve Türk, 2020). Bu sebeple oluşturulacak önleme ve müdahale programları pozitif psikoloji bakış açısından ele alınabilir. Ayrıca bu programların öğrencilerin dikkatini ve ilgilerini çekebilecek içeriklere sahip olması, interaktif bir uygulanış biçimlerine sahip olmalarının üniversite öğrencilerinin katılımlarını artıracağı ve programa devamlılık gösterecekleri düşünülmektedir.

Katılımcıların %30.2'si daha önce herhangi bir psikolojik yardım aldığını bildirmişlerdir. Bu bulgu azımsanamayacak orandadır. Ayrıca daha önce psikolojik yardım alma durumu katılımcıların benlik saygısı, aileden algılanan sosyal destek ve algılanan genel sosyal destek ile anlamlı ve negatif yönlü ilişkili olmanın yanı sıra yaşam doyumu ve benlik saygısının yordayıcı değişkenlerinden birisi olmaktadır. Daha önce herhangi bir psikolojik destek alan katılımcıların benlik saygıları, aileden algılanan sosyal destekleri ve genel sosyal desteklerinin daha önce psikolojik destek almayan katılımcılardan düşük olması üniversite öğrencilerin bu sebepler nedeniyle psikolojik destek kaynaklarına başvurmuş olabileceklerini düşündürtmektedir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma nedenlerinin ve bu psikolojik yardımın nasıl geliştirileceğine ilişkin çalışmalara ihtiyaç söz konusudur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin psikolojik destek kaynaklarını güçlendirecek, önleyici çalışmalara ve projelere ihtiyaç söz konusudur. Araştırmada psikolojik yardım almak isteyip maddi nedenlerle ya da toplum baskısıyla psikolojik desteğe olumsuz bir gözle bakma gibi bulgu elde edecek bir soru sorulmamıştır. Bu sebeple elde edilen oran psikolojik yardım almak isteyip alamayan öğrencileri kapsamamaktadır. Yani daha fazla oranda üniversite öğrencisinin psikolojik desteğe ihtiyacının söz konusu olabileceği gözönünde tutulmalıdır. Dolayısıyla üniversite öğrencilerinin psikolojik destek alacakları kurum ya da kuruluşlar hakkında bilinçlendirmelerini sağlamak ve bu psikolojik destek kaynaklarının geliştirilmesi gerekmektedir.

Bu çalışma kadınların toplumda erkeklere göre dezavtanjlı bir konumda bulunmaları sebebiyle ilgili olarak bu durumun önlenebilmesine yönelik öneriler sunabilmek amacıyla kadın üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilmiştir. Ancak toplumsal cinsiyet normları erkekler üzerinde de olumsuz bir etki yaratabilmekte, psikolojik iyi oluşlarını olumsuz bir biçimde etkileyebilmektedir. Örneğin toplumda erkeklerin güçlü olma, eve ekmek getirme, duygularını belli etmeme gibi normlar söz konusudur. Bu normlar erkekler üzerinde de bir baskı yaratmaktadır. Bu sebeple aynı araştırmanın erkekleri de dahil edebilecek bir şekilde gerçekleştirilmesinin alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Toplumsal cinsiyet ile ilgili araştırmalar genel olarak ikili cinsiyet sistemi üzerinden ele alınmaktadır. İkili cinsiyet sistemi "toplumsal cinsiyeti iki farklı ve birbirine karşıt gruplar veya cinsiyetler olarak (kadın ve erkek) tanımlayan sistemdir" (Else-Quest ve Hyde, 2021). Toplumsal cinsiyet ile ilgili gelecek araştırmalarda ikili cinsiyet sisteminin dışında kalan bireyleri de kapsayacak şekilde ele alınmasının ihtiyacı söz konusudur. İkili cinsiyet sistemi dışında kalan LGBTİ+ bireyler hem toplumsal cinsiyet normlarının dayatmalarından olumsuz bir biçimde etkilenmekte, kadınların karşılaştığı ayrımcılıktan daha fazla ayrımcılığa, nefret söylemlerine maruz kalmaktadırlar. Bu sebeple hem toplumsal cinsiyet rollerinin, hem de psikolojik sağlık üzerinde etkisi bulunan çok boyutlu algılanan sosyal desteğin, benlik saygısının yaşam doyumunun ve diğer ilişkili değişkenlerin LGBTİ+ bireyler ile gerçekleştirilmesi ihtiyacı söz konusu olmaktadır.

KAYNAKÇA

Akın, A., ve Demirel, S. (2003). "Toplumsal cinsiyet kavramı ve sağlığa etkileri". *CÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 73-82.

APA Dictionary of Psychology (2024). *Gender*. Erişim: 2 Nisan 2024, https://dictionary.apa.org/gender

Apaydın, E. (2020). Yetişkinlerin Benlik Saygısı İle Yaşam Doyumu Düzeylerinin İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Arıcı, F. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Algılar ve Psikolojik İyi Oluş. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara.

Arıcıoğlu, A. (2008). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Disiplinlerarası Sosyal Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.

Arkar, H., Sari, Ö., ve Fidaner, H. (2004). "Relationships between quality of life, perceived social support, social network, and loneliness in a Turkish sample". *Yeni Symposium: psikiyatri, nöroloji ve davranış bilimleri dergisi*, 42(1), 20–27.

Arpacı, F. (2022). "Kadının güçlendirilmesinin yaşam doyumuna etkisi". *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 26(3), 695-706.

Ayçiçek, V. (2020). Kadınlarda Toplumsal Cinsiyet Algısı, Psikolojik İyi Oluş Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Babahanoğlu, R. (2020). "Çalışan annelerin yaşam doyumlarının incelenmesi". *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(2), 518-530.

Bhasin, K. (2014). *Toplumsal cinsiyet "bize yüklenen roller"*. Kader Ay ve Zeycan Sarıhacıoğlu (çev.). Kadın Dayanışma Vakfı Yayınları: İstanbul.

Bingöl, O. (2014). "Toplumsal cinsiyet olgusu ve Türkiye'de kadınlık". *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2014(3), 108-114.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik-Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri* (1 b.). İ. D. Sarıoğlu (çev.). Kaknüs Yayınları: İstanbul.

Carr, A. (2015). *Pozitif psikoloji: Mutluluğun ve insanın güçlü yünlerinin bilimi*. Ümit Şendilek (çev.). Kaknüs Yayınları: İstanbul.

Cirhinlioğlu, F. G. (2018). *Duygu psikolojisi*. Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.

Çeçen, A. R. (2008). "Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı". *Journal of Theory & Practice in Education (JTPE) / Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1), 19–30.

Çetinkaya, f. F., ve Korkmaz, F. (2019). "Algılanan sosyal destek ile stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma". *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 91-103.

Çiçek, B., ve Çopur, Z. (2018). "Bireylerin kadınların çalışmasına ve toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları". *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 3(4), 1-21.

Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda Benlik Saygısı. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.

Dağlı, A., ve Baysal, N. (2016). "Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması". *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59).

Demir, R., Tanhan, A., Çiçek, İ., Yerlikaya, İ., Kurt, S. Ç., ve Ünverdi, B. (2021). "Yaşam kalitesinin yordayıcıları olarak psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu". *Yaşadıkça Eğitim*, 35(1), 192-206.

Demir, R., ve Türk, F. (2020). "Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar". *Humanistic Perspective*, 2(2), 108-125.

Diener, E. (1984). "Subjective well-being". *Psychological bulletin*, 95(3), 542.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S. (1985). "The satisfaction with life scale". *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75

Doğan Laçin, B. G., Yılmaz, Y., ve İşgör, İ. Y. (2023). "Sosyal desteğin mutluluk, yaşam doyumu ve sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinin araştırılması". *International Journal of Eurasia Social Sciences/Uluslararasi Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(51).

Doğan, T., ve Eryılmaz, A. (2013). "Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi". *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107-117.

Dökmen, Z. Y. (2004). *Toplumsal cinsiyet, sosyal psikolojik açıklamalar*. Sistem yayıncılık: İstanbul.

Duclos, G. (2016). *Benlik Saygısı, Yaşam İçin Bir Pasaport*. Olcay Kuna (çev.). Yapı Kredi Yayınları: İstanbul.

Eker, D. ve Arkar, H. (1995). "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği". *Türk Psikoloji Dergisi*, 34, 45-55.

Eker, D., Arkar, H. ve Yaldız, H. (2001). "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formu'nun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği". *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12 (1), 17-25.

Else-Quest, N. M., ve Hyde, J. S. (2021). *Kadın psikolojisi ve toplumsal cinsiyet: İnsan deneyiminin yarısı ve daha fazlası*. Şeyda Türk (Çev. Ed.). Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.

Epstein, M. (2008). Adolescents in conflict: Associations between gender socialization, gender conflict, and well-being. Doctorate thesis, The University of Michigan.

Erkuş, A. (2013). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. (Gözden Geçirilmiş 4. Baskı). Seçkin Yayın Evi: Ankara

Ersoy, E. (2009). "Cinsiyet kültürü içerisinde kadın ve erkek kimliği (Malatya örneği)". *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(2), 209-230.

Eryılmaz, S. (2020). "Toplumsal cinsiyet rolü ve kadın sağlığı". *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(1), 5-13.

Esen, E. Soylu, Y., Siyez, D. M., ve Demirgürz, G. (2017). "Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet algısının toplumsal cinsiyet rolü ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi". *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 46-63, DOI: 10.19160/5000197327

Fine, C. (2011). *Toplumsal Cinsiyet Yanılsaması*. Kıvanç Tanrıyar (çev.). Sel Yayıncılık: İstanbul.

Gerring, R. J. ve Zimbardo, P.G. (2012). *Psikoloji ve yaşam*. Gamze Sart (çev.). Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.

Gönenç, İ. M., Topuz, Ş., Sezer, N. Y., Yılmaz, S., ve Duman, N. B. (2018). "Toplumsal cinsiyet dersinin toplumsal cinsiyet algısına etkisi". *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1), 22-29.

Güloğlu, B., ve Karaırmak, Ö. (2010). "Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık". *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88.

Haney, P., ve Durlak, J. A. (1998). Changing self-esteem in children and adolescents: A meta-analytical review. *Journal of clinical child psychology*, 27(4), 423-433.

Hendrick, S. (2009). *Yakın ilişkiler psikolojisi*. Ali Dönmez ve Ayda Büyükşahin Sunal (çev.) Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.

Hooks,B. (2016), *Feminizm Herkes İçindir*. Ece Aydın, Berna Kurt, Şirin Özgün, Aysel Yıldırım (çev.). Bgst Yayınları: İstanbul.

Hyde, E., Greene, M. E., ve Darmstadt, G. L. (2020). "Time poverty: Obstacle to women's human rights, health and sustainable development". *Journal of global health*, 10(2).

Iraz, R., Arıbaş, A. N., ve Özşahin, F. (2021). "Algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş ilişkisi: üniversite öğrencileri örneği". *Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 363-376.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2019). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikolojide kuram ve uygulamalar*. Koç Üniversitesi Yayınları: İstanbul.

Kerres Malecki, C., ve Kilpatrick Demary, M. (2002). "Measuring perceived social support: Development of the child and adolescent social support scale (CASSS)". *Psychology in the Schools*, 39(1), 1-18.

Koç, H., ve Arslan, C. (2019). "Üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve sabır arasındaki ilişkiler". *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9(54), 821-840.

Kong, F., ve You, X. (2013). "Loneliness and self-esteem as mediators between social support and life satisfaction in late adolescence". *Social Indicators Research*, 110, 271-279.

Lyubomirsky, S., Tkach, C., ve DiMatteo, M. R. (2006). "What are the differences between happiness and self-esteem". *Social indicators research,* 78, 363-404.

Mead, G. H. (2017). *Zihin, benlik ve toplum*. Yeşim Erdem (çev.). Heretik Basın Yayın: Ankara.

Messerschmidt, J. W. (2019). *Hegemonik erkeklik: formülasyon, yeniden formülasyon ve genişleme*. Ç. G. Erkol ve N. Y. Sünbüloğlu (ed.). Özyeğin Üniversitesi Yayınları: İstanbul

Myers, D. G. (2015). *Sosyal psikoloji*. (10. Basımdan Çeviri), Serap Akfırat (çev.). Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.

Oakley, A. (1985). *Sex, Gender and Society*. Gower Publishing Company: England.

Okray, Z. (2015). "Türk atasözleri ve deyimlerinde kadın imgesi". *LAÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 93-102.

Oktan, V., ve Şahin, M. (2010). "Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi". *Uluslararası insan bilimleri dergisi*, 7(2), 543-556.

Özbay, C. (2013). "Türkiye'de hegemonik erkekliği aramak". *Doğu Batı Dergisi*, 63, 185-204.

Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş. C., ve Yıldız, M. (2013). "Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi". *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-13.

Özgür, G., Gümüş, A. B., ve Durdu, B. (2010). "Evde ve yurtta kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu". *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi,* 1(1), 25-32.

Özkan, İ. (1994). "Benlik saygısını etkileyen etkenler". *Düşünen Adam*, 7(3), 4-9.

Özpulat, F. (2017). "Hemşirelik öğrencilerinin şiddet eğilimleri ile toplumsal cinsiyet algıları arasındaki ilişki". *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(2), 151-161.

Öztürk, G. (2012). "İnsanlığın vahşi sabıkası: infantisit". *Sağlık Düşüncesi ve Tıp Kültürü Dergisi*, 24, 36-37.

Pallant, J. (2017). *SPSS Kullanma Kılavuzu*. (2. Baskı). Sibel Balcı ve Berat Ahi (çev.). Anı Yayıncılık: Ankara.

Pavot, W., ve Diener, E. (2008). "The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction". *The journal of positive psychology*, 3(2), 137-152.

Pehlivan, H. (2016). "Kadınların benlik saygısını ve yaşam doyumunu artırma: bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı bir grup müdahalesi". *Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(2 (10. yıl özel sayısı)), 479-492.

Rosenberg M. (1965) *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press: Princeton.

Ryff, C. D. (1989). "Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being". *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081.

Sakallı-Uğurlu, N. (2002). "Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması". *Türk psikoloji dergisi*, 17(49), 47-58.

Sarason, I.G., Levine, H.M., Basham, R.B., et al. (1983). "Assessing social support: The Social Support Questionnaire". *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 127- 139.

Savaş, G. (2018). "Türkiye'de yaşayan bireylerin toplumsal cinsiyet eşit(siz)liği algısı". *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, 1(2), 101-121.

Saygın, Y. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek, Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.

Seligman, M. E. P., ve Csikszentmihalyi, M. (2000). "Positive psychology: An introduction". *American Psychologist*, 55, 5–14.

Sumbas, E., Akyol, C. Ç., ve Çoban, G. (2023). "Flört şiddetini kabul ile algılanan sosyal destek ve bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi". *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 27(1), 103-116.

Şahin, E. (2018). Akılcı Duygusal Davranışçı Yaklaşıma Dayalı Bir Psikoeğitim Programının Ergenlerin Benlik Algısına Etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Samsun.

Şahin, E. E. (2023). "Psikolojik Yardım Talebinde Bulunan Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Belirtilerin Yordayıcıları Olarak Bağlanma ve Algılanan Sosyal Destek". *Yaşadıkça Eğitim*, 37(2), 551-564.

T. Seki., ve Dilmaç, B. (2020). "Benlik saygısı ve ilişkisel faktörler: Bir meta-analiz çalışması". *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(2), 853-873.

Terzi, Ş. (2008). "Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki". *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(29), 1-11.

Topkaya, N., ve Kavas, A. B. (2015). "Algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve niyet arasındaki ilişkiler: bir model çalışması". *Electronic Turkish Studies*, 10(2).

Tukuş, L. (2010). Benlik Saygısı Değerlendirme Ölçeği Kısa Formu Türkçe Güvenilirlik Ve Geçerlilik Çalışması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kocaeli Üniversitesi, Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Kocaeli.

TÜİK (2024). *İstatistiklerle Kadın, 2023*. Erişim: 10 Haziran 2024, https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Kadin-2023-53675

TÜİK (2024). *Yaşam Memnuniyeti Araştırması, 2023*. Erişim: 10 Haziran 2024, https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Yasam-Memnuniyeti-Arastirmasi-2023-49692

Uçtu, A. K., ve Karahan, N. (2016). "Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin cinsiyet rolleri, toplumsal cinsiyet algısı ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi". *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(8), 2882-2905.

Ünal, F., Tarhan, S., ve Köksal, E. Ç. (2017). "Toplumsal cinsiyet algısını yordamada cinsiyet, sınıf, bölüm ve toplumsal cinsiyet oluşumunun rolü". *Bartın University Journal of Faculty of Education*, 6(1), 227-236.

Vatandaş, C. (2007). "Toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin algılanışı". *Istanbul Journal of Sociological Studies*, (35), 29-56.

Veenhoven, R. (1996). "The study of life satiscaftion". W. E. Saris, R.veenhoven, A.C. Scherpenzeel, and B. Bunting (Eds). in: *A comparative study of satisfaction with life in Europe*. (pp. 11-48). Eötvös University Press: Budapest.

World Health Organization (2004). *Promoting mental health concepts emerging evidence practice: Summary report*. WHO Library Cataloguing: Geneva.

Yıldırım, İ. (2000). "Akademik başarının yordayıcısı olarak yalnızlık, sınav kaygısı ve sosyal destek". *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(18), 167-176.

Yılmaz, E., Yılmaz, E., ve Karaca, F. (2008). "Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi". *Journal of General Medicine/Genel Tıp Dergisi,* 18(2).

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., ve Farley, G. K. (1988). "The multidimensional scale of perceived social support". *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41.

EKLER

EK 1
ÖRNELEM BÜYÜKLÜĞÜNÜN HESAPLANMASI

Bu çalışmada tabakalı orantılı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Tabakalı orantılı örnekleme yöntemi için öncelikle her tabakanın (bu çalışmadaki tabakaları Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Fakülteleri oluşturmaktadır) evren içerisindeki ağırlığı bulunur ve bu ağırlıklara uygun birimler seçilir (Erkuş, 2013). Araştırma örneklemini belirleyebilmek amacıyla 14.04.2023 tarih, 296566 sayılı dilekçe ile Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı'na başvuruda bulunulmuş ve kayıtlı olan kadın üniversite öğrencilerinin fakülte bazında sayılarına ulaşılmıştır. Uygulama kolaylığı kıstas alınarak Farabi Kampüs'ündeki fakülteler temel alınmış ve tabaka ağırlıkları .05'in altından olan fakülteler örneklemden çıkartılmıştır. Örnekleme dahil edilecek fakültelerdeki toplam kadın üniversite öğrenci sayısı 4797 olarak saptanmış, örnekleme dahil edilecek katılımcı sayısı 356 olarak bu sayı üzerinden fakültelerin tabaka ağırlıkları hesaplanmış ve ardından belirlenen fakültelerde örnekleme dahil edilecek katılımcı sayıları örneklem sayısı ile tabaka ağırlıklarının çarpılması sonucu elde edilmiştir. Ek Tablo 1'de örnekleme dahil edilen fakültelerdeki kadın öğrenci sayıları, evrendeki oranları ve örnekleme alınacak katılımcı sayıları sunulmuştur.

$$n = \frac{N.t^2.p.q}{d^2.(N-1) + t^2.p.q} \tag{1.1}$$

$$n = \frac{4797.(1.96)^2.(0.5).(0.5)}{(0.05)^2.(4797-1) + (1.96)^2.(0.5).(0.5)} = 355{,}74 \tag{1.2}$$

N= Evrendeki kişi sayısı

t= Yanılma payı

p= İncelenecek olayın görülüş sıklığı

q= İncelenecek olayın görülmeyiş sıklığı

d= Örnekleme hatası

Örneklem büyüklüğünün hesaplanmasının ardından belirlenen fakültelerdeki kadın üniversite öğrencilerinin sayısının evrene bölünmesi ile her bir fakültenin tabaka ağırlıkları belirlenmiş olur. Örneğin fen fakültesi için tabaka ağırlığı 590/4797=0,1229 olarak elde edilmiştir. Ve son olarak toplam örneklem sayısı ile her tabakanın ağırlığı çarpılarak o fakülteden örnekleme alınacak katılımcı sayısı belirlenir. Örneğin fen fakültesi için; (0,1229).(355.74)=43,75 şeklinde elde edilir.

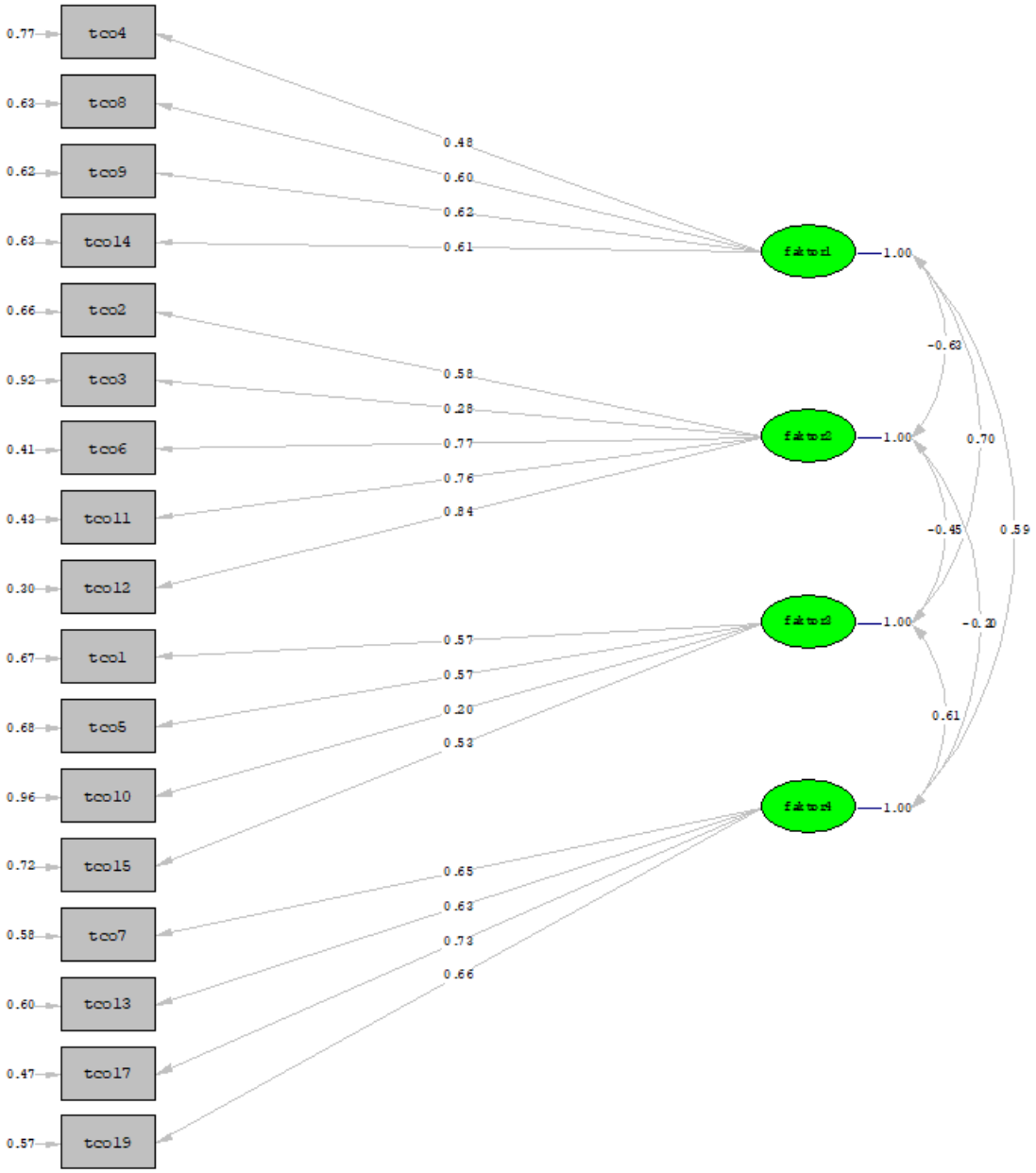
Ek Tablo 1

Örnekleme alınacak katılımcı sayıları

	Öğrenci sayısı	Tabaka ağırlıkları	Örnekleme alınacak sayısı
Fen fakültesi	590	0,122	43,75
İlahiyat fakültesi	720	0,150	53,39
İktisadi ve idari bilimler fakültesi	1001	0,208	74,23
İnsan ve toplum bilimleri fakültesi	1864	0,388	138,23
Mühendislik fakültesi	622	0,129	46,12
Toplam	4797	100	355,74

EK 2

TCOÖ'NİN PATH DİYAGRAMI



Chi-Square=258.93, df=113, P-value=0.00000, RMSEA=0.058

EK 3

ETİK KURUL İZNİ

T.C.
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulu
Bilimsel Araştırma Etik Kurulu

Sayı : E-84026528-050.01.04-2300100394 05.05.2023
Konu : Başvuru İncelenmesi

Sayın Simay KARAMAN

Yürütücülüğünüzü yapmış olduğunuz 2023-YÖNP-0383 nolu projeniz ile ilgili Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'nun almış olduğu 04.05.2023 tarih ve 06/18 sayılı kararı aşağıdadır.

Bilgilerinize rica ederim.

KARAR 18- Sorumlu yürütücülüğünü **Prof. Dr. Şeref ULUOCAK**'ın yaptığı ve proje araştırmacısı **Simay KARAMAN** tarafından gerçekleştirilen "Kadın Üniversite Öğrencileri Tarafından Algılanan Çok Boyutlu Sosyal Destek ile Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki" başlıklı araştırmanın, ilgili **taahhüt edilen izinlerin alınması** ve Bilimsel Araştırmalar Etik Kuruluna sunulması koşulu ile Etik Kurul ilkelerine **uygun** olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

EK 4

ANKET UYGULAMA İZNİ

T.C.
ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Genel Sekreterlik

Sayı : E-39633678-302.08.01-312276 06.06.2023
Konu : Anket İzni (Simay KARAMAN)

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

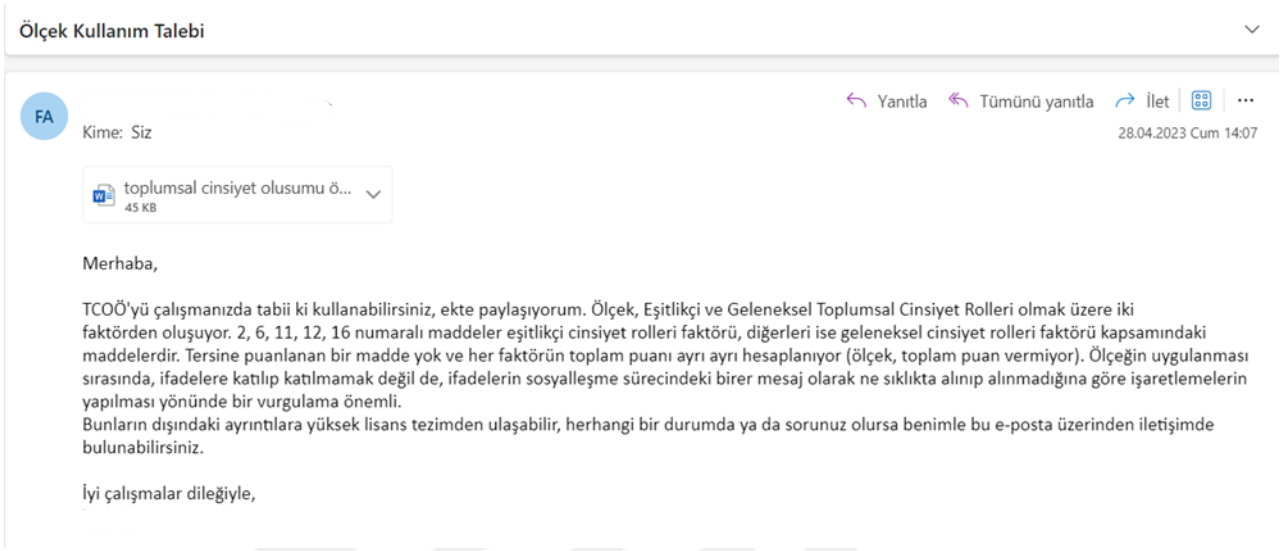
İlgi : 24.05.2023 tarihli ve E-93130991-302.08.01-2300110390 sayılı yazınız.

Üniversiteniz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Disiplinlerarası Davranış Bilimleri Ana Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı 21423768005 numaralı öğrencisi Simay KARAMAN'nın "Kadın Üniversite Öğrencileri Tarafından Algılanan Çok Boyutlu Sosyal Destek ile Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki" adlı tezi kapsamında, Üniversitemizde öğrenim gören kadın öğrencilere gönüllülük esasına göre anket uygulama talebiniz Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinize arz ederim.

EK 5

ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ



Ölçek Kullanım Talebi

FA

Kime: Siz

Yanıtla Tümünü yanıtla İlet

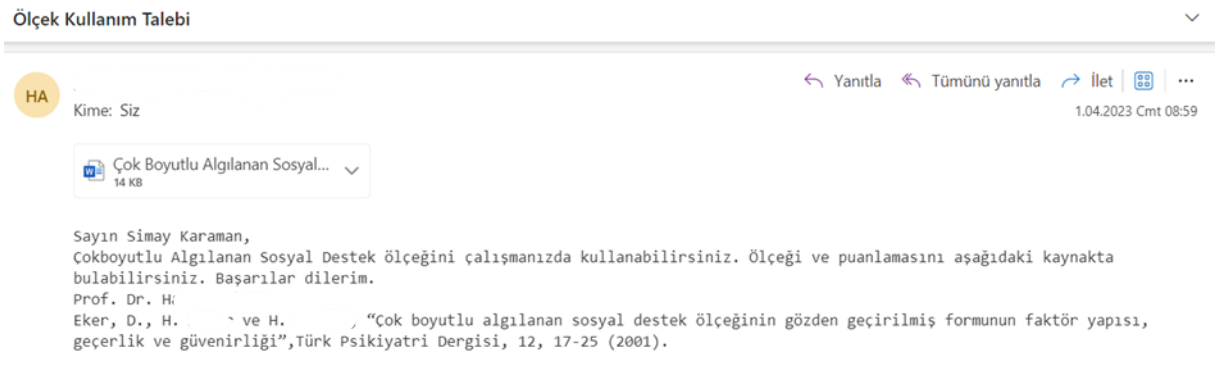
28.04.2023 Cum 14:07

toplumsal cinsiyet olusumu ö...
45 KB

Merhaba,

TCOÖ'yü çalışmanızda tabii ki kullanabilirsiniz, ekte paylaşıyorum. Ölçek, Eşitlikçi ve Geleneksel Toplumsal Cinsiyet Rolleri olmak üzere iki faktörden oluşuyor. 2, 6, 11, 12, 16 numaralı maddeler eşitlikçi cinsiyet rolleri faktörü, diğerleri ise geleneksel cinsiyet rolleri faktörü kapsamındaki maddelerdir. Tersine puanlanan bir madde yok ve her faktörün toplam puanı ayrı ayrı hesaplanıyor (ölçek, toplam puan vermiyor). Ölçeğin uygulanması sırasında, ifadelere katılıp katılmamak değil de, ifadelerin sosyalleşme sürecindeki birer mesaj olarak ne sıklıkta alınıp alınmadığına göre işaretlemelerin yapılması yönünde bir vurgulama önemli.
Bunların dışındaki ayrıntılara yüksek lisans tezimden ulaşabilir, herhangi bir durumda ya da sorunuz olursa benimle bu e-posta üzerinden iletişimde bulunabilirsiniz.

İyi çalışmalar dileğiyle,



Ölçek Kullanım Talebi

HA

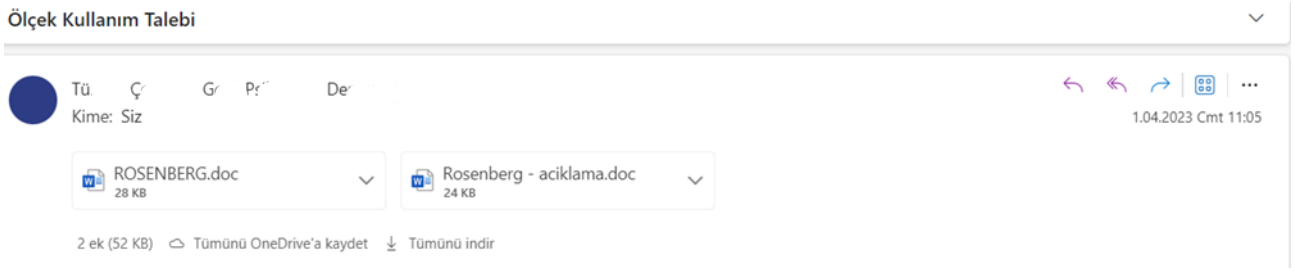
Kime: Siz

Yanıtla Tümünü yanıtla İlet

1.04.2023 Cmt 08:59

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal...
14 KB

Sayın Simay Karaman,
Çokboyutlu Algılanan Sosyal Destek ölçeğini çalışmanızda kullanabilirsiniz. Ölçeği ve puanlamasını aşağıdaki kaynakta bulabilirsiniz. Başarılar dilerim.
Prof. Dr. H
Eker, D., H. ve H. , "Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği",Türk Psikiyatri Dergisi, 12, 17-25 (2001).



Ölçek Kullanım Talebi

Kime: Siz

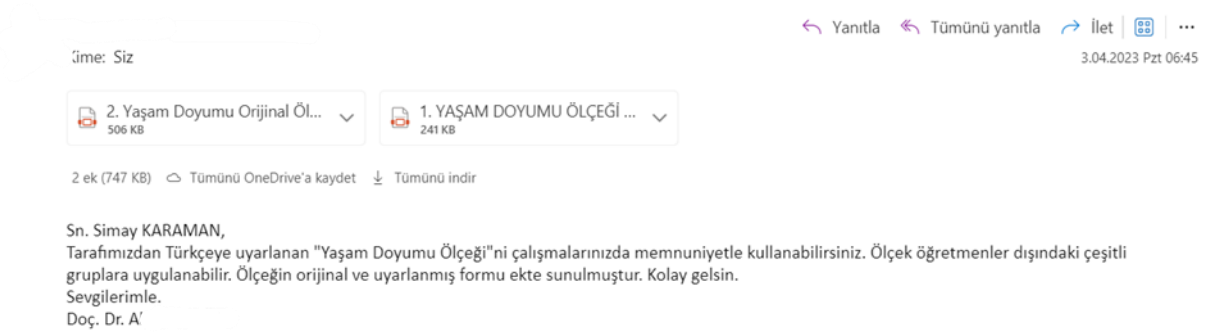
1.04.2023 Cmt 11:05

ROSENBERG.doc
28 KB

Rosenberg - aciklama.doc
24 KB

2 ek (52 KB) Tümünü OneDrive'a kaydet Tümünü indir

ÖLÇEK KULLANIMI



Sn. Simay KARAMAN,
Tarafımızdan Türkçeye uyarlanan "Yaşam Doyumu Ölçeği"ni çalışmalarınızda memnuniyetle kullanabilirsiniz. Ölçek öğretmenler dışındaki çeşitli gruplara uygulanabilir. Ölçeğin orijinal ve uyarlanmış formu ekte sunulmuştur. Kolay gelsin.
Sevgilerimle.
Doç. Dr. A'

EK 6

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM METNİ

Sizi Prof. Dr. Şeref Uluocak'ın tez danışmanlığında, Davranış Bilimleri Yüksek Lisans öğrencisi Simay Karaman tarafından yürütülen "Kadın Üniversite Öğrencileri Tarafından Algılanan Çok Boyutlu Sosyal Destek İle Benlik Saygısı Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki" başlıklı tez çalışmasına davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı kadın üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek, toplumsal cinsiyet oluşumu, benlik saygısı, yaşam doyumu düzeylerinin ortaya konulması ve bu değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada sizden tahminen 5 dakika ayırmanız istenmektedir. Araştırmaya sizin dışınızda tahminen 300 kişi katılacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

Araştırmacının E- Posta Adresi: -

☐ Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

☐ Araştırmaya katılmayı kabul etmiyorum.

EK 7 ANKET FORMU

Demografik Bilgi Formu

Yaşınız:	……
Medeni durumunuz:	( ) Bekar ( ) Evli ( ) Diğer
Lisans eğitiminize kaçıncı sınıf olarak devam etmektesiniz:	( ) 1. Sınıf ( ) 2. Sınıf ( ) 3. Sınıf ( ) 4. Sınıf
Fakülteniz:	( ) Fen Edebiyat Fakültesi ( ) İlahiyat Fakültesi ( ) İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ( ) İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi ( ) Mühendislik Fakültesi
Annenizin eğitim düzeyi:	( ) İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu ( ) Lise mezunu ( ) Üniversite mezunu ( ) Yüksek Lisans / Doktora
Babanızın eğitim düzeyi:	( ) İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu ( ) Lise mezunu ( ) Üniversite mezunu ( ) Yüksek Lisans / Doktora

Yaşamınızın büyük bir bölümünü geçirdiğiniz yerleşim yeri:	( ) Köy-Kasaba ( ) İlçe (Şehir merkezi dışı) ( ) Şehir ( ) Büyükşehir
Eğitim-öğretimin yüz yüze olduğu zaman nerede kalıyorsunuz?	( ) Devlet yurdu ( ) Özel yurt ( ) Ailemle birlikle ( ) Tek başıma ( ) Ev arkadaşım/arkadaşlarımla ( ) Diğer
Sosyoekonomik durumunuzu nasıl tanımlarsınız?	( ) Gelir giderden az ( ) Gelir gidere eşit ( ) Gelir giderden fazla
Ders saatleri dışında gelir getiren herhangi bir işte çalışıyor musunuz?	( ) Evet ( ) Hayır
Daha önce psikolojik yardım aldınız mı?	( ) Evet ( ) Hayır

TOPLUMSAL CİNSİYET OLUŞUMU ÖLÇEĞİ (TCOÖ)

Açıklama: Büyürken insanların nasıl davranması, hissetmesi ve etkileşimde bulunması gerektiği konusunda pek çok mesaj alırız. Bu mesajlar farklı şekillerde olabilir: bazılarını duyarız, bazılarını ise sormadan biliriz. **Siz büyürken anne-babanızdan ve arkadaşlarınızdan ne tür mesajlar aldınız?** Aşağıda, toplumda var olan bazı düşünce ve inançlar listelenmiştir. Her mesaj için, anne-babanız ve arkadaşlarınızdan ne kadar duyduğunuzu ya da aldığınızı, aşağıda verilen "Hiç", "Çok Az", "Biraz" ya da "Çok" ifadelerinden birine (X) işareti koyarak belirtiniz. Mesajla aynı düşüncede olabilir ya da olmayabilirsiniz; biz sadece o mesajı alıp almadığınızla ilgileniyoruz.

	Hiç	**Çok Az**	**Biraz**	**Çok**
1. Gerçek bir erkek, istediğini elde eder.				
2. Bir kadın, bir erkeğin yapabileceği her şeyi yapabilir.				
3. Duygularını kontrol altında tutmak önemlidir.				
4. Mutlu olmasan bile mutluymuş gibi görünmek, iyi olmanın bir parçasıdır.				
5. Kadınlar en çok bir ilişki yaşarken mutludurlar.				
6. Çocukların bakımına yardımcı olmak, hem kadınlar hem de erkekler için önemlidir.				
7. Asla korktuğunu belli etme.				
8. Başkalarının yapmak istediği şeylere sen de ayak uydurmalısın.				
9. Bedenin hiçbir zaman olduğu şekliyle yeterince iyi değildir.				
10. Fiziksel bir kavgada kendini koruyabilecek kadar güçlü olman gerekir.				
11. İnsan insandır, cinsiyeti önemli değildir.				
12. Kadınlar ve erkekler, evde, okulda ve iş yerinde birbirlerine eşit davranmalıdırlar.				
13. Sorunların hakkında konuşursan, insanlar senin zayıf/yumuşak olduğunu düşünürler.				
14. Aşırı kiloluysan, sevgili bulmakta zorlanırsın.				
15. Hiçbir erkek, bir kadından emir almak istemez.				

16. Kadınlar ve erkekler bir arada çalışırken, biri diğerinden daha fazla söz sahibi olmadığı sürece ilişkiler daha iyi yürür.				
17. Başkalarının seni ağlarken görmesine asla izin verme.				
18. Ne kadar zaman ya da enerji alırsa alsın, iyi görünmek önemlidir.				
19. İçinden çok korksan bile, güçlüymüşsün gibi hareket etmek önemlidir.				

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemek için 1'den 7 'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini işaretleyiniz. Bu şekilde 12 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz.

Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Sizce doğruya en yakın olan rakamı işaretleyiniz.

1. **Ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya çalışır.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
2. **İhtiyacım olan duygusal yardım ve desteği ailemden (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) alırım.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
3. **Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
4. **İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
5. **Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
6. **Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
7. **Sorunlarımı ailemle (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) konuşabilirim.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
8. **Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
9. **Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.**
   Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet
10. **Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.**
    Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

11. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

12. Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

1) Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
2) Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
3) Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
4) Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
5) Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış

6) Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
7) Genel olarak kendimden memnunum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
8) Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
9) Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
10) Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış

Yaşam Doyumu Ölçeği

	Hiç katılmıyorum (1)	Çok az katılıyorum (2)	Orta düzeyde katılıyorum (3)	Büyük oranda katılıyorum (4)	Tamamen katılıyorum (5)
1) İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.					
2) Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
3) Yaşamımdan memnunum.					
4) Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
5) Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.					