



**SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISININ ROMANTİK
İLİŞKİLERDEKİ YAKINLIK DÜZEYİ,
KISKANÇLIK DURUMU VE MİZOJİNİK TUTUM
ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

**2023
YÜKSEK LİSANS TEZİ
SOSYAL HİZMET**

Gamze İSMAİLOĞLU

**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Gülay GÜNAY**

**SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISININ ROMANTİK İLİŞKİLERDEKİ
YAKINLIK DÜZEYİ, KISKANÇLIK DURUMU VE MİZOJİNİK TUTUM
ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

Gamze İSMAİLOĞLU

**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Gülay GÜNAY**

**T.C.
Karabük Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Sosyal Hizmet Anabilim Dalında
Yüksek Lisans Tezi
Olarak Hazırlanmıştır**

**KARABÜK
Haziran 2023**

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER.....	1
TEZ ONAY SAYFASI.....	4
DOĞRULUK BEYANI	5
ÖNSÖZ	6
ÖZ.....	7
ABSTRACT.....	8
ARŞİV KAYIT BİLGİLERİ.....	9
ARCHIVE RECORD INFORMATION	10
KISALTMALAR	11
ARAŞTIRMANIN KONUSU	12
ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ.....	14
ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ.....	15
ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ.....	21
EVREN VE ÖRNEKLEM	23
KAPSAM VE SINIRLILIKLAR	24
ÖNCEKİ ÇALIŞMALAR.....	25
1. KAVRAMSAL TEMELLER VE İLGİLİ LİTERATÜR.....	37
1.1. Kaygı.....	37
1.1.1.Sosyal Kaygı Kavramı	38
1.1.2.Beden İmgesi Kavramı	40
1.1.2.1. Olumlu Beden İmgesi.....	43
1.1.2.2. Olumsuz Beden İmgesi.....	44
1.1.3.Sosyal Görünüş Kaygısı.....	45
1.1.4.Sosyal Medya ve Sosyal Görünüş Kaygısı	49
1.2. Romantik İlişkiler.....	51

1.2.1. Romantik İlişkilerde Yakınlık	53
1.2.2. Romantik İlişkilerde Kıskançlık.....	56
1.2.3. Romantik İlişkiler ve Dış Görünüş.....	57
1.3. Mizojini Kavramı	59
1.3.1. Günümüzde Mizojinik Algı ve Tutumlar	62
1.3.2. Beden ve Mizojini.....	64
1.3.3. İçselleşmiş Mizojini.....	65
1.4. Sosyal Görünüş Kaygısı, Romantik İlişkiler ve Mizojini İlişkisi	67
1.5. Sosyal Görünüş Kaygısı, Romantik İlişkiler, Mizojini ve Sosyal Hizmet	69
1.5.1. Sosyal Görünüş Kaygısına Yönelik Sosyal Hizmet Müdahalesi.....	69
1.5.2. Romantik İlişkilere Yönelik Sosyal Hizmet Müdahalesi.....	70
1.5.3. Mizojinik Tutumlara Yönelik Sosyal Hizmet Müdahalesi.....	72
2. BULGULAR	74
2.1. Sosyo-demografik Bilgiler.....	74
2.2. Katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Sosyo-demografik Bilgileri ile İlişkisi.....	77
2.2.1. Katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Demografik Özelliklerine Göre Karşılaştırılması.....	77
2.2.2. Katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Yaşam Deneyimleri ile İlişkisi.....	79
2.2.3. Katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Sosyal Medya Kullanımı ile İlişkisi	80
2.3. Sosyal Görünüş Kaygısı, Romantik Yakınlık, Romantik Kıskançlık ve Mizojinik Tutum Arasındaki İlişki.....	82
2.4. Sosyal Görünüş Kaygısının Romantik Yakınlık, Kıskançlık ve Mizojinik Tutum Üzerindeki Etkisi	83
2.5. Sosyal Görünüş Kaygısı ile Mizojinik Tutum Arasındaki İlişkide Romantik Kıskançlığın Aracı Rolü	85
SONUÇ	89
KAYNAKÇA.....	102
TABLolar LİSTESİ	125
ŞEKİLLER LİSTESİ	126
EKLER	127
Ek 1: Sosyo-demografik Bilgiler	127

Ek-2: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)	128
Ek-3: Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ).....	129
Ek-4: Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği (ÇBKÖ).....	130
Ek-5: Kadın Düşmanlığı Ölçeği (KDÖ)	131
Ek-6: Etik Kurul İzni.....	132
ÖZGEÇMİŞ	133

TEZ ONAY SAYFASI

Gamze İSMAİLOĞLU tarafından hazırlanan “SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISININ ROMANTİK İLİŞKİLERDEKİ YAKINLIK DÜZEYİ, KISKANÇLIK DURUMU VE MİZOJİNİK TUTUM ÜZERİNDEKİ ETKİSİ” başlıklı bu tezin Yüksek Lisans Tezi olarak uygun olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Gülay GÜNAY

.....

Tez Danışmanı, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı

Bu çalışma, jürimiz tarafından Oy Birliği ile Sosyal Hizmet Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir. 22/06/2023

Ünvanı, Adı SOYADI (Kurumu)

İmzası

Başkan : Prof. Dr. Ayfer AYDINER BOYLU (HÜ)

.....

Üye : Prof. Dr. Prof. Dr. Gülay GÜNAY (KBÜ)

.....

Üye : Doç. Dr. Huriye İrem KALAYCI KIRLIOĞLU (KBÜ)

KBÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu, bu tez ile, Yüksek Lisans Tezi derecesini onamıştır.

Prof. Dr. Müslüm KUZU

.....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

DOĞRULUK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum bu çalışmayı bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı herhangi bir yola tevessül etmeden yazdığımı, araştırmamı yaparken hangi tür alıntılarım intihal kusuru sayılacağını bildiğimi, intihal kusuru sayılabilecek herhangi bir bölüme araştırmamda yer vermediğimi, yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bu eserlere metin içerisinde uygun şekilde atıf yapıldığını beyan ederim.

Enstitü tarafından belli bir zamana bağlı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak ahlaki ve hukuki tüm sonuçlara katlanmayı kabul ederim.

Adı Soyadı: Gamze İSMAİLOĞLU

İmza :

ÖNSÖZ

Lisans ve yüksek lisans eğitimlerim boyunca bana bilgi ve tecrübelerini en motive edici yolla aktaran, gerek hayata gerek bilime dair öğrettikleri için her zaman minnettar olacağım sayın hocam ve tez danışmanım Prof. Dr. Gülay GÜNAY'a,

Eğitimim sürecinde destek ve hoşgörülerini esirgemeyen kıymetli hocalarım Prof. Dr. Ali Fuat ERSOY ve Doç. Dr. Oğuzhan ZENGİN'e,

Tez savunmamda değerli yorum ve katkılarından yararlanma fırsatı bulduğum Prof. Dr. Ayfer AYDINER BOYLU ve Doç. Dr. Huriye İrem KALAYCI KIRLIOĞLU'na,

Bugüne kadar her adımında maddi ve manevi destekleriyle yanımda olan, her şeyden önce iyi bir insan olmam için çabalayan, bana merhameti ve koşulsuz sevgiyi öğreten, her şeyden çok sevdiğim canım ailem; annem Aysel, babam Necati ve ablam Gizem İSMAİLOĞLU'na,

Başta can dostum Beyza ÇAVDAROĞLU olmak üzere, güzel kalpleri sayesinde geleceğe dair umudumu diri tutmamı sağlayan ve her zaman hayatımda olmalarını dilediğim tüm arkadaşlarıma,

Araştırmanın veri toplama aracına sabırla yanıt veren tüm araştırma katılımcılarına,

Son olarak kültürüyle yetişmeye başladığım ilk günden itibaren bana dünya üzerinde kalan süremi adamak istediğim bir vizyon kazandıran Sosyal Hizmet alanının gelişimine katkı sağlayan herkese tüm kalbimle teşekkür ederim.

Canım hemcinslerim, hiçbir ilişkinin ve basmakalıbın birbirimizin yurdu olduğumuz gerçeğini unutturmaması dileğiyle.

ÖZ

Teknoloji ve estetik cerrahi alanlarındaki gelişmelerin hızlanması ve özellikle sosyal medyaya erişilebilirliğin artmasıyla görünürlüğü artan sosyal görünüş kaygısı, bireyin sosyal yaşamındaki işlevselliğini etkilemektedir. Görünüş kaygısının sebep ve sonuçlarını araştırmak ve bunlara yönelik müdahaleler geliştirmek ruh sağlığı disiplinlerinin kapsamına girmektedir.

Bu çalışmada romantik ilişkisi bulunan (en az bir yıldır ilişkisi olan veya evli) kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 20-44 yaşları arasındaki 410 kadından oluşmaktadır. Araştırma konusuna dair verileri toplamak için sosyo-demografik değişkenler (demografik, kişisel ve sosyal medya kullanımına dair bilgiler), Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği ve Kadın Düşmanlığı Ölçeği'nden oluşan bir anket formu kullanılmıştır.

Araştırma bulgularına göre katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyi yaş, öğrenim durumu, ilişki durumu, romantik ilişkiden memnuniyet düzeyleri, en belirgin kişilik özellikleri, sosyal medya kullanım süreleri ve sosyal medyanın kendi bedenlerini ve başkalarının bedenlerini değerlendirirken yarattığı değişime göre farklılaşmaktadır. Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı, romantik kıskançlık ve mizojinik tutumları birbirleri ile pozitif yönde ve orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlıdır. Romantik yakınlık düzeyi ise yalnızca mizojinik tutum ile negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlılık göstermiştir. Basit doğrusal regresyon analizine göre sosyal görünüş kaygısı, romantik kıskançlığı ve mizojinik tutumları istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamaktadır. Aracılık analizi sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutuma etkisinde romantik kıskançlığın kısmi aracılık rolüne sahip olduğunu ortaya koymuştur. Araştırma bulguları literatür ışığında tartışılmış ve sonuç olarak konuya dair sosyal hizmet müdahaleleri ve gelecek çalışmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Görünüş Kaygısı; Romantik İlişkiler; Yakınlık Düzeyi; Kıskançlık; Mizojini

ABSTRACT

With the acceleration of developments in the fields of technology and aesthetic surgery, and especially with the increased accessibility to social media, social appearance anxiety has become more visible. And it also has begun to affect the functionality of individuals in their social lives. Investigating the causes and consequences of appearance anxiety and developing interventions for them fall within the scope of mental health disciplines. This study examined the effect of social appearance anxiety levels of women on their romantic intimacy, romantic jealousy, and misogynistic attitude levels. Participants (n=410) of the study were women between the ages of 20 and 44, who were currently involved in a romantic relationship for more than one year or married. Participants completed a socio-demographic data form, which contains the Intimacy Scale in Romantic Relationships, the Turkish version of the Social Appearance Anxiety Scale (SAAS), the Multidimensional Jealousy Scale (MDJS), and the Hostility Toward Women Scale.

The results of the study indicated that the participants' levels of social appearance anxiety vary depending on their age, education level, relationship status, satisfaction in romantic relationships, most prominent personality trait, duration of social media use, and how social media affects their view on their own and other people's bodies. Social appearance anxiety, romantic jealousy and misogynistic attitudes were positively and moderately significant with each other. The romantic intimacy level has negative and low significance with the misogynistic attitudes. According to the simple linear regression analysis, social appearance anxiety statistically predicted romantic jealousy and misogynistic attitudes. The mediation analysis revealed that the effect of social appearance anxiety on misogynistic attitudes was partially mediated by romantic jealousy. Research findings are discussed in the light of the literature, and recommendations for social work interventions and future studies on the subject are noted.

Keywords: Social Appearance Anxiety; Romantic Relationships; Intimacy Level; Jealousy; Misogyny

ARŞİV KAYIT BİLGİLERİ

Tezin Adı	Sosyal Görünüş Kaygısının Romantik İlişkilerdeki Yakınlık Düzeyi, Kıskançlık Durumu ve Mizojinik Tutum Üzerindeki Etkisi
Tezin Yazarı	Gamze İSMAİLOĞLU
Tezin Danışmanı	Prof. Dr. Gülay GÜNAY
Tezin Derecesi	Yüksek Lisans
Tezin Tarihi	22/06/2023
Tezin Alanı	Sosyal Hizmet
Tezin Yeri	KBÜ/LEE
Tezin Sayfa Sayısı	133
Anahtar Kelimeler	Sosyal Görünüş Kaygısı, Romantik İlişkiler, Yakınlık Düzeyi, Kıskançlık, Mizojini

ARCHIVE RECORD INFORMATION

Name of the Thesis	The Impact of Social Appearance Anxiety on the Level of Intimacy and Jealousy in Romantic Relationships, and the Misogynistic Attitudes
Author of the Thesis	Gamze İSMAİLOĞLU
Advisor of the Thesis	Prof. Dr. Gülay GÜNAY
Status of the Thesis	Master's Degree
Date of the Thesis	22/06/2023
Field of the Thesis	Social Work
Place of the Thesis	UNIKA/IGP
Total Page Number	133
Keywords	Social Appearance Anxiety, Romantic Relationships, Intimacy Level, Jealousy, Misogyny

KISALTMALAR

APA	: American Psychiatric Association
ÇBKÖ	: Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği
KDÖ	: Kadın Düşmanlığı Ölçeği
RIYÖ	: Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği
SGKÖ	: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences (Sosyal Bilimler İstatistik Paketi)
vd.	: ve diğerleri

ARAŞTIRMANIN KONUSU

Ruh sağlığı ile ilgilenen disiplinlerin temel işlevi bireylerin sahip olduğu duyguların, algıların, deneyimlerin ve tutumların altında yatan nedenlere ulaşmak ve bu nedenleri tanımlamaktır. Ruh sağlığı alanının önemli disiplinlerinden biri olan sosyal hizmet ise bireylerin, grupların ve toplumların yaşamlarındaki işlevselliklerini optimum seviyeye çıkararak refahı artırmayı amaçlamaktadır. Buna göre; duyguların, algıların, deneyimlerin ve tutumların kaynağı olan dezavantajları, güvensizlikleri ve korkuları açıklayarak bunların çözümüne yönelik müdahaleler gerçekleştirmek de sosyal hizmet disiplininin kapsamındadır.

Sosyal görünüş kaygısı, temel anlamıyla bireyin görünüşü sebebiyle başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmeye dair korkusunu ifade etmektedir (Levinson vd., 2013, s. 3). Günümüzde toplumu oluşturan tüm gruplar için kitle iletişim araçları ve sosyal medyaya ulaşılabilirliğin kolaylaşması, görünüşe dair toplum tarafından belirlenen standartların daha hızlı değişmesine ve yayılmasına neden olmuştur. Dolayısıyla sosyal görünüş kaygısı, görülme sıklığının her yaş ve cinsiyet grubunda artmasıyla günümüz toplumunun önemli bir sorunu haline gelmeye başlamıştır (Charania ve Krishnaveti, 2021, s. 1525). Sosyal görünüş kaygısının her iki cinsiyette de görülmesine rağmen, yüzyıllardır bedenleriyle ilgili baskıya maruz kalan kadınların bu kaygıyı daha çok yaşadığı bilinmektedir (Jeffreys, 2005, s. 1).

Cash ve arkadaşları (2004, s. 98) görünüşlerine dair kaygısı olan kadınların, erkeklerin onları kabul edilemez bulacağına dair varsayımlarda bulunarak romantik yakınlık kurmaktan kaçındıklarını belirtmiştir. Özellikle romantik anlamda yakın ilişki kurulmuş bireylerden görünüşe dair alınan değerlendirmeler bireylerin beden memnuniyetsizliğine neden olabilmektedir (Pole vd., 2004, s. 275). Laus ve arkadaşlarının (2018, s. 1) gerçekleştirdikleri çalışmada bir romantik ilişkide yer alan bireylerin görünüşlerine romantik ilişkisi olmayanlara oranla daha fazla önem verdiği bulunmuştur. Bu yönde tatmin edici bir romantik bağlantının varlığı, kadınların hem bireysel anlamdaki duygusal ve sosyal tatmini hem de romantik ilişkilerinin sürekliliği ve sağlığı açısından önemlidir. Pole ve arkadaşları (2004, s. 276), olumlu ve yapıcı iletişimin kadınların bedenlerine ilişkin kaygılarını olumlu yönde etkilemeye yardımcı olabileceğini ve partnerlerinin bu noktadaki kritik rolünü vurgulamıştır. Dolayısıyla

görünüşün romantik ilişkilerdeki etkisine yönelik çalışmalar gerçekleştirmek aile ve çift danışmanlığı alanı için önem arz etmektedir.

Romantik kıskançlık, kısaca ilişkide üçüncü bir kişinin varlığına yönelik algılanan tehdide ilişkin ilişkiyi koruma güdüsüyle verilen tepkiyi ifade etmektedir (Aksoy, 2019, s. 30). Romantik kıskançlığın altında yatan çok değişkenli nedenlerin belirlenmesi toplum refahı açısından önemlidir. Çünkü bu duygu, romantik ilişki ve evliliklerde yaşanan sorunların başlıca nedenlerinden biri olup, farklı istismar ve şiddet türlerinin (fiziksel, psikolojik, cinsel ve ekonomik) yaşanmasına da yol açabilmektedir (Brown ve Moore, 2003, s. 116).

Romantik kıskançlık genel olarak sosyal karşılaştırmayla gerçekleşmektedir. Karakurt'a göre (2001, s. 3), kıskançlık ortaya çıktığında bireyler özsaygılarını artırmak için kendilerini rakipleriyle karşılaştırırlar ve partnerlerinin de kendilerini rakipleriyle karşılaştırdıklarına inanırlar. Genellikle bireyler bu karşılaştırma sonucunda bazı konularda başarısız olurlar. Bu inanç bireylerin benlik saygısını yoğun bir şekilde tehdit eder, çünkü bu süreçte bireyler partnerlerinin her iki tarafı da iyi tanıdığını varsayarlar. Bu noktada düşük benlik saygısı ve özgüvensizliğin romantik ilişkilerdeki kıskançlığı artırdığı görülmektedir. Sosyal karşılaştırmaya ve ardından yaşanan kıskançlığa yatkın kişiler daha çok kaygılı bir profile sahip kişilerdir (Brennan ve Shaver, 1995, s. 279). Dolayısıyla bedene ilişkin kaygıların romantik kıskançlığa etkisi ön plana çıkmaktadır. Ambwani ve Strauss (2007, s. 19) tarafından yapılan bir araştırmada, özellikle kadınların bedenlerine ilişkin memnuniyetlerinin romantik ilişkilerindeki güven ve kıskançlık konusundaki etkisini ortaya koymuşlardır. Araştırmanın sonucuna göre görünüş kaygısı olan kadınlarda; bu kaygılar partnerlerinin sadakatini sorgulanmasına yol açarak, kıskançlık deneyimini körüklenmekte ve güveni aşındırmaktadır.

İçselleşmiş mizojini olarak kavramsallaştırılan durum, bir kadının kadın düşmanlığı kapsamına giren algı ve tutumları kendisi ve hemcinslerini değerlendirirken benimsemiş olmasıdır. Bu durumun temel nedenlerinden biri kendini nesneleştirmedi (Spengler, 2014, s. 2). Diğer bir deyişle benliği beden ile eşitlemek, mizojininin bir kadın tarafından içselleştirildiğinin göstergesidir. Kadınların romantik ilişkilerindeki 'tehdit' algıları genellikle bir başka kadının varlığını ifade etmektedir. Dolayısıyla kadınlar tarafından hissedilen romantik kıskançlık sonucunda gerçekleşen sosyal karşılaştırma, genellikle tehdit olarak algılanan kadının görünüşü açısından değerlendirilmektedir.

Literatürdeki ilgili çalışmalara göre romantik kıskançlık, fiziksel görünüş nedeniyle tehdit altında hissetmeye yönelik bilinçdışı bir tepki olabilir (Massar ve Buunk, 2009, s. 129; Massar ve Buunk, 2010, s. 636; Ayers, 2011, s. 27). Bu tepki, diğer kadınlara yönelik öfke, saldırganlık veya agresiflik gibi mizojinik tutumlara da sebep olabilir.

Literatürde kadınlar tarafından sosyal karşılaştırmanın görünüş açısından yapılmasının getirdiği romantik kıskançlık açıklansa da, sonucunda hemcinslere karşı düşmanca tutumlara sebep olup olmadığını araştıran bir çalışma bulunmamaktadır. Bu nedenle bu araştırmanın konusunu sosyal görünüş kaygısı, romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum kavramlarını açıklamak, aralarındaki ilişkinin varlığını incelemek ve sonuçları sosyal hizmet alanı bağlamında değerlendirmek oluşturmaktadır.

ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Genç yetişkinlik döneminde sosyal ilişkiler bireylerin yaşam kalitesi, sosyal katılım ve iyi oluş düzeyleri üzerinde rol oynamaktadır. Bireylerin görünüşleri ile ilgili olarak başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkuları sosyal görünüş kaygısına sebep olmaktadır (Doğru, 2018, s. 1). Bedene dair imgenin çeşitli nedenlerle bozulması ile oluşan sosyal görünüş kaygısının ise sosyal ilişkiler üzerinde olumsuz bir etkisi bulunmaktadır (Moneva vd., 2020, s. 109).

Teknoloji, estetik cerrahi ve sosyal medyanın gelişimiyle günümüzün öne çıkan sorunlarından biri haline gelen sosyal görünüş kaygısı, toplum sağlığı açısından ciddi bir sorun olarak belirginleşmektedir. Günümüzde olduğu gibi 'ideal beden' mitine saplantılı toplumlarda hissedilen sosyal görünüş kaygısının bireylerin davranışları ve psikolojik süreçleri üzerindeki potansiyel etkilerini araştıran çalışmaların varlığı, ruh sağlığı alanı için teorik ve pratik açıdan önem kazanmaktadır (Davis vd., 1993, s. 64). Ruh sağlığı alanının önemli disiplinlerinden biri olan sosyal hizmet için ise sosyal görünüş kaygısının etkilerinin belirlenmesi mesleki müdahalelerde kanıta dayalı yaklaşımın kullanılmasına olanak sağlayacaktır.

Literatür incelendiğinde sosyal görünüş kaygısının bireyin sosyal yaşamındaki olumsuz etkilerini inceleyen çalışmalar bulunmaktadır (Ko, 2010, s. 69; Börklü, 2019, s. 46; Yücesoy, 2019, s. 72; Erçevik, 2021, s. 758). Ancak literatürde sosyal görünüş kaygısının romantik ilişkiler üzerindeki etkisini yakınlık ve kıskançlık açısından

inceleyen veya mizojini ile ilişkilerini araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Görünüşe dair kaygıların genç yetişkinlik döneminde birey yaşamının önemli bir parçasını oluşturan romantik ilişkilere etkisi olup olmadığını ve kadınların hemcinslerine karşı mizojinik tutumları içselleştirmesine sebep olup olmadığını belirlemek, gerek aile ve ilişki çalışmaları gerekse kadın çalışmaları açısından önemlidir.

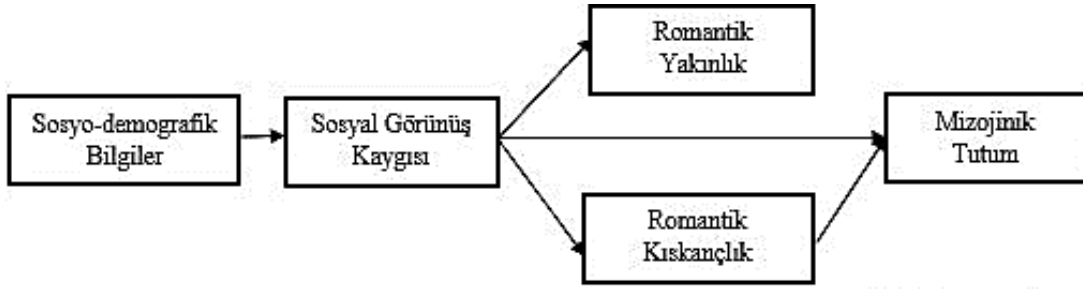
Bu çalışmanın amacı romantik ilişkisi bulunan (en az bir yıldır ilişkisi olan veya evli) kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda araştırmanın alt amaçları şu şekilde belirlenmiştir:

- Romantik ilişkisi bulunan kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile sosyo-demografik bilgileri arasındaki ilişkiyi belirlemek,
- Romantik ilişkisi bulunan kadınların sosyal görünüş kaygısı, romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek,
- Romantik ilişkisi bulunan kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin mizojinik tutumlarına etkisinde romantik kıskançlığın aracı rolünü belirlemek,
- Araştırmadan elde edilen sonuçları sosyal hizmet müdahaleleri açısından değerlendirmek.

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu alışma, sosyal görünüş kaygısının romantik ilişkilerdeki yakınlık, kıskançlık düzeyleri ve mizojinik tutum üzerindeki etkisini belirlemeyi amaçlayan nicel bir araştırmadır. Çalışma, nicel araştırma modellerinden biri olan ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. İlişkisellik, iki veya daha fazla değişkenin veya iki veri kümesinin tutarlı bir şekilde değişme eğilimini ve modelini belirlemeye yönelik istatistiksel testi ifade etmektedir. Buna göre ilişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkinin düzeyini ortaya çıkarmayı amaçlayan bir araştırma modelidir (Creswell, 2012, s. 338).

Araştırma konusu ve amacı doğrultusunda oluşturulan araştırmanın modeli Şekil 1’de yer almaktadır. Araştırma modeli incelendiğinde öncelikle katılımcılara ait sosyal görünüş kaygısı ile sosyo-demografik bilgileri arasındaki ilişki incelendiği görülmektedir. Sosyal görünüş kaygısının romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesinin ardından ise sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutuma etkisinde romantik kıskançlığın aracı rolünün varlığı araştırılmaktadır (Şekil 1).



Şekil 1: Araştırmanın modeli

Veri Toplama Süreci

Araştırmada kullanılan anket formu ile veri toplama sürecine geçilmeden önce etik kurul iznine başvurulmuştur. Gerekli etik kurul izni Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu’nun 11/05/2022 tarihli ve 2022/04 numaralı toplantısının 38 numaralı kararı neticesinde alınmıştır (Ek-6).

Araştırma verileri katılımcıların bir kısmı ile yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilerek, diğer kısmı ile ise anket formunun dijital versiyonu paylaşılarak Mayıs-Eylül 2022 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırma verileri toplanırken katılımcıların araştırmaya katılmaya gönüllü olmasına dikkat edilmiştir. Katılımcılar, araştırma formunu doldurmadan önce araştırmanın amacı, kapsamı ve verilerinin gizliliği ile ilgili bilgilendirilmiştir. Araştırmaya katılan 410 kadın, araştırma formunu tam ve eksiksiz şekilde doldurduğu belirlenerek analiz sürecine dahil edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, araştırma amacı doğrultusunda oluşturulan ve toplamda beş bölümden oluşan bir anket formu oluşturulmuştur. Formun ilk bölümünde literatür incelenerek araştırmacı tarafından oluşturulan 10 soruluk sosyo-demografik değişkenler yer almaktadır (Ek-1). Katılımcılardan araştırma konusuna dair verileri toplamak üzere Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (Ek-2), Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (Ek-3), Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği (Ek-4) ve Kadın Düşmanlığı Ölçeği (Ek-5) veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

Sosyo-demografik Bilgiler: Veri toplama araçlarından sosyo-demografik bilgi formu demografik, kişisel ve sosyal medya kullanımına dair bilgiler olarak üç bölümden oluşmaktadır. Demografik özellikler kısmı yaş, öğrenim durumu ve ilişki durumuna dair soruları içermektedir. Formun yaşam deneyimlerine dair bilgiler bölümünde ise romantik ilişki memnuniyet düzeyi, en belirgin kişilik özelliği ve partnerin en belirgin kişilik özelliği soruları mevcuttur. Sosyo-demografik değişkenlere dair son bölümde ise sosyal medya kullanımına dair bilgiler mevcuttur. Bu bölüm; sosyal medya kullanım süresi, sık kullanılan sosyal medya platformu, sosyal medya kullanımının katılımcının kendi bedenine karşı algısına ve başkalarının bedenine dair algısına etkisini değerlendirebilecekleri soruları kapsamaktadır.

Sosyal Görünüş Kaygısı (SGKÖ): Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilmiş olan Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (Social Appearance Anxiety Scale), kişilerin dış görünüşleri ile bağlantılı olarak yaşadıkları zihinsel, duygusal ve davranışsal kaygıları ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek, 5'li Likert tipinden ("1=Hiç uygun değil" ve "5=Tamamen uygun") oluşan, toplam 16 maddeyi içeren bir forma sahiptir. Ölçeğin 1. maddesi ters kodlanmaktadır. Hart ve arkadaşları (2008, s. 53) ölçek geliştirme sürecinde hepsi üniversite öğrencileri üzerinde olmak üzere üç farklı örneklem ile çalışmıştır. Üç örneklemin iç tutarlılık katsayıları 0.94, 0.94 ve 0.95 olarak belirlenirken test tekrar test güvenilirliğinin 0.84 olduğu bulunmuştur. SGKÖ' den alınan puanlar arttıkça sosyal görünüş kaygısı da artmaktadır. SGKÖ' nün Türk kültürüne uyarlama çalışması Doğan (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışma, 340 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. SGKÖ' nün orijinalinde olduğu gibi tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu bulunmuştur. Tek faktörlü yapı, varyansın %53.4'ünü

açıklamaktadır. Aynı zamanda SGKÖ' nün iç tutarlılık katsayısının 0.93 olduğu ve madde yük değerlerinin 0.32-0.82 arasında değiştiği görülmüştür (Doğan, 2010, s. 157).

Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ): Ercan (2019) tarafından geliştirilen Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ), romantik ilişkilerdeki yakınlık düzeyini ölçmeyi amaçlamaktadır. RİYÖ, 17 maddeden oluşan ve 4'lü Likert tipi, "1=Hiç" ve "4=Her zaman" arasında yer alan seçenekler ile değerlendirilen bir ölçektir. Ölçeğin 7. maddesi ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar artması, ilişkideki yakınlık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geliştirme çalışması 340 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Toplanan veriler ile yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda RİYÖ' nün toplam varyansın %59.12'ünü açıklayan dört faktörlü bir yapısı olduğu saptanmıştır. İlk olarak 1, 6, 9, 10 ve 13. maddeleri içeren kendini açma alt ölçeğinin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.79 olarak belirlenmiştir. 2, 5, 11 ve 14. maddelerden oluşan fiziksel çekim alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı 0.83'tür. Üçüncü alt ölçek olan destek ise 3, 4, 8 ve 16. maddelerden oluşmaktadır ve 0.81 değerinde bir iç tutarlılığa sahiptir. Son olarak 7, 12, 15 ve 17. maddeleri içeren güven alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısının 0.72 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyonları 0.49-0.78 aralığındadır.

Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği (ÇBKÖ): Pfeiffer ve Wong (1987), literatürde kıskançlığın üç bileşenini de (duygular, düşünceler ve davranışlar) göz önünde bulunduran tek bir ölçek olmadığı gerekçesiyle Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği'ni (Multidimensional Jealousy Scale) geliştirmişlerdir. Buna göre bu ölçek, romantik ilişki içerisindeyken hissedilen kıskançlığın duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkilere yansımalarını belirlemeyi amaçlamaktadır. ÇBKÖ, 7'li Likert tipindedir (ilk yedi soru için uç noktalar "1=Sevinirim" ve "7=Üzülürüm", sekizinci sorudan itibaren uç noktalar "1=Beni tanımlamıyor" ve "7=Beni tanımlıyor") ve toplamda 23 sorudan oluşmaktadır. Pfeiffer ve Wong (1987, s. 188) ölçeğe uyguladıkları açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam varyansın %33.1'ini açıklayan üç alt faktörlü bir yapıya sahip olduğunu saptamıştır. İlk alt ölçek olan ve 1,2,3,4,5,6 ve 7. maddeleri kapsayan bilişsel kıskançlığa ait Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.92'dir. Davranışsal kıskançlığı işaret eden ve 8,9,10,11,12,13,14 ve 15. maddeleri içeren alt ölçek, 0.85 değerinde iç tutarlılık katsayısına sahiptir. Son alt ölçek olarak 16,17,18,19,20,21,22 ve 23. maddelerden oluşan duygusal kıskançlığın iç tutarlılık katsayısı ise 0.89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe geçerlik güvenirlik çalışmasını Karakurt (2001)

gerçekleştirmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında ÇBKÖ' nün orijinaline uygun şekilde üç alt ölçekli olduğu belirlenmiştir. Alt ölçekler toplam varyansın %56,35'ini açıklamaktadır. Bilişsel kıskançlık alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısının 0.91, davranışsal kıskançlık alt ölçeğinin 0.88 ve duygusal kıskançlık alt ölçeğinin 0.86 değerine sahip olduğu görülmüştür. Faktör yükleri ölçek genelinde 0.18-0.83 arasında değişmiştir. Ölçekten alınan puanların artması kıskançlık düzeyinin yükseldiğini ifade etmektedir (Karakurt, 2001, s. 40).

Kadın Düşmanlığı Ölçeği (KDÖ): Kadın Düşmanlığı Ölçeği (Hostility Toward Women Scale), Check ve arkadaşları (1985) tarafından mizojinik tutumları ifade eden kadınlara yönelik düşmanlık, öfke, nefret, itimatsız algı ve davranışları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin bu ilk versiyonu Cronbach alfa değeri 0.80 olan 30 maddeden oluşmaktadır. Ardından ölçek, Lonsway ve Fitzgerald (1995) tarafından yeniden ele alınmıştır. Böylece KDÖ' nün revize versiyonu 0.83 güvenilirlik katsayısına sahip 7'li likert tipinde ("1=Kesinlikle katılmıyorum" ve "7=Kesinlikle katılıyorum") ve 10 maddeden oluşan bir ölçek halini almıştır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça kadın düşmanlığı düzeyi de artmaktadır. Baydar ve arkadaşları (2019), KDÖ' nün Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını 455 kişilik sosyal hizmet bölümü lisans programı öğrencisi ile gerçekleştirmiştir. Yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasından elde edilen sonuçlara göre ölçek, toplam varyansın %33,85'ini açıklayan tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Ölçek maddelerinin yük değerleri 0.40-0.71 arasında değişmektedir. KDÖ'nün Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.78 olarak hesaplanmıştır (Baydar vd., 2019, s. 75).

Verilerin Analizi

Araştırmanın amacı doğrultusunda katılımcılardan toplanan veriler, veri toplama sürecinin tamamlanması ile birlikte bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Ulaşılan 410 katılımcının araştırmaya ait anket formunu eksik veya hatalı doldurmadığı belirlenmiştir. Verilerin istatistiksel analizleri SPSS v.24 (Statistical Package for Social Sciences) programı ile yapılmıştır.

Verilerin analizi sürecinde ilk olarak araştırmada kullanılan veri toplama araçlarına yapılan faktör analizi ile maddelerin yük değeri belirlenmiştir. Buna göre ölçeklere ait maddelerden hiçbiri alt sınır olan 0.30 değerinden daha düşük bir yük değerine sahip değildir (Büyüköztürk, 2018, s. 134). Ardından araştırmada kullanılan

ölçeklere ve onların alt ölçeklerine ait tanımlayıcı istatistikler olan ortalama, standart sapma, çarpıklık katsayısı (skewness), basıklık katsayısı (kurtosis) ve Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı ele alınmıştır. Ölçeklerin normal dağılım özelliğini belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerleri, güvenilirliğini belirlemek için ise Cronbach Alpha değeri göz önünde bulundurulmaktadır. Normallik varsayımı sınanırken ele alınan çarpıklık ve basıklık değerlerinin, Tabachnick ve Fidell (2013, s. 80) tarafından belirtilen ± 1.5 aralığında olması normal dağılımı işaret etmektedir. Araştırmada elde edilen verilerin güvenilirliğini ifade ederken üç veya daha fazla seçenekli veri toplama araçları için Cronbach Alpha değeri kullanılmaktadır. Cronbach Alpha değerinin 0.70 ve daha yüksek olması güvenilirliği işaret etmektedir (Büyüköztürk, 2018, s. 183).

Tablo 1’de SGKÖ, RİYÖ ve alt faktörleri, ÇBKÖ ve alt faktörleri ve KDÖ’ye ait tanımlayıcı istatistikler yer almaktadır. Buna göre SGKÖ’ nün çarpıklık katsayısının 0.785, basıklık katsayısının 0.015 ve Cronbach Alpha katsayısının 0.915 olduğu bulunmuştur. RİYÖ’ den alınan toplam puan açısından çarpıklık -0.785, basıklık 0.075 ve güvenilirlik 0.922 değerlerindedir. RİYÖ’nün alt boyutlarında çarpıklık, basıklık ve Cronbach Alpha katsayısı sırasıyla kendini açma alt boyutu için -0.456, -0.560 ve 0.875; fiziksel çekim için -1.321, 0.990 ve 0.888; destek alt boyutunda -0.808, -0.673 ve 0.827; güven alt boyutu için ise -0.856, 0.336 ve 0.722 olarak belirlenmiştir. ÇBKÖ’ ye ait çarpıklık katsayısı 0.523, basıklık katsayısı 0.056 ve Cronbach Alpha katsayısı 0.842 olarak belirlenmiştir. ÇBKÖ’ye ait alt boyutların çarpıklık, basıklık ve Cronbach Alpha katsayıları sırasıyla duygusal kıskançlık için 1.226, 1.029 ve 0.766; davranışsal kıskançlık için 0.829, -0.312 ve 0.801; bilişsel kıskançlık için ise -0.616, -0.610 ve 0.833’tür. KDÖ’ nün ise çarpıklık katsayısı 0.921, basıklık katsayısı 0.528 ve Cronbach Alpha katsayısı 0.849’dur (Tablo 1).

Tablo 1: Ölçeklere ilişkin tanımlayıcı istatistikler

	Ort.	SS	Skewness	Kurtosis	Cronbach Alfa
Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği	2.00	.697	.785	.015	.915
Romantik Yakınlık Ölçeği Toplam	3.43	.467	-.798	.075	.922
Kendini açma	3.18	.663	-.456	-.560	.875
Fiziksel çekim	3.52	.611	-1.321	.990	.888
Destek	3.60	.456	-.808	-.673	.827
Güven	3.47	.490	-.856	.336	.722
Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği Toplam	3.02	.650	.523	.056	.842
Duygusal kıskançlık	1.53	.624	1.226	1.029	.766
Davranışsal kıskançlık	2.08	1.029	.829	-.312	.801
Bilişsel kıskançlık	5.79	.979	-.616	-.610	.833
Kadın Düşmanlığı Ölçeği	3.02	1.141	.921	.528	.849

Normallik testleri sonucunda, tüm veri toplama araçlarının normal dağılıma sahip ve güvenilir olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla veri analizine parametrik testlerle devam edilmiştir. Katılımcıların sosyo-demografik bilgilerine ait sorulardan iki gruba sahip olanlarla Bağımsız Örneklem T-Testi, grup sayısı ikiden fazla olan durumlarda ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için ise çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi uygulanmıştır. Ölçekler arasındaki ilişki düzeyi ve yönünü belirlemek için Pearson Korelasyon Katsayısı tekniği kullanılmıştır. Sosyal görünüş kaygısının, romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum üzerindeki etkisini belirlemek için ise Basit Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Bu çalışmada etki kavramı nedenselliği değil istatistiksel etkiyi ifade etmek için kullanılmıştır. Sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutumun yordayıcısı olduğu saptandıktan sonra aracı değişken analizine geçilmiştir. Sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum ile ilişkisine romantik kıskançlığın aracı rolünü belirlemek için SPSS Process uzantısı kullanılmıştır.

ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ

Sosyal görünüş kaygısının romantik ilişkisi olan kadınların romantik yakınlık, romantik kıskançlık düzeyleri ve mizojinik tutumları üzerindeki etkisini belirlemeyi amaçlayan bu araştırmanın hipotezleri ve alt hipotezleri Tablo 1'deki gibidir:

Tablo 2: Araştırmanın hipotezleri ve alt hipotezleri

H1: Kadınların sosyal görünüş kaygıları demografik özelliklerine göre farklılaşmakta mıdır?
H1a: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, yaşa göre farklılaşmaktadır.
H1b: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, öğrenim durumuna göre farklılaşmaktadır.
H1c: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, ilişki durumuna göre farklılaşmaktadır.
H2: Kadınların sosyal görünüş kaygıları sosyal yaşamlarına dair bilgilere göre farklılaşmakta mıdır?
H2a: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeylerine göre farklılaşmaktadır.
H2b: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, en belirgin kişilik özelliklerine göre farklılaşmaktadır.
H2c: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, partnerlerinin en belirgin kişilik özelliklerine göre farklılaşmaktadır.
H3: Kadınların sosyal görünüş kaygıları sosyal medya kullanımlarına dair bilgilere göre farklılaşmakta mıdır?
H3a: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, sosyal medya kullanım süresine göre farklılaşmaktadır.
H3b: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, en sık kullandıkları sosyal medya platformuna göre farklılaşmaktadır.
H3c: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, sosyal medyanın kendilerine dair beden algılarını etkileme durumuna göre farklılaşmaktadır.
H3a: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, sosyal medyanın başkalarına dair beden algılarını etkileme durumuna göre farklılaşmaktadır.
H4: Kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri, romantik yakınlık düzeyleri, romantik kıskançlık düzeyleri ve mizojinik tutum düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcut mudur?
H4a: Kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile romantik yakınlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcuttur.
H4b: Kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile romantik kıskançlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcuttur.
H4c: Kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile mizojinik tutum düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcuttur.
H4d: Kadınların romantik yakınlık düzeyleri ile romantik kıskançlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcuttur.
H4e: Kadınların romantik yakınlık düzeyleri ile mizojinik tutum düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcuttur.
H4f: Kadınların romantik kıskançlık düzeyleri ile mizojinik tutum düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcuttur.

H₅: Kadınların sosyal görünüş kaygısı; romantik yakınlık düzeyleri, romantik kıskançlık düzeyleri ve mizojinik tutum düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

H_{5a}: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, romantik yakınlık düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısıdır.

H_{5b}: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, romantik kıskançlık düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısıdır.

H_{5c}: Kadınların sosyal görünüş kaygısı, mizojinik tutum düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısıdır.

H₆: Sosyal görünüş kaygısının mizojiniye etkisinde romantik kıskançlığın aracılık rolü var mıdır?

H_{6a}: Sosyal görünüş kaygısının mizojiniye etkisinde romantik kıskançlığın aracılık rolü vardır.

EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini Kastamonu ve Karabük illerinde yaşayan ve romantik bir ilişki içinde yer alan (ilişkisi olan ya da evli) kadınlar oluşturmaktadır. Araştırma evreninin Kastamonu ve Karabük illeri olarak seçilmesinin sebebi araştırmacının bu illerdeki katılımcılara ulaşımının daha kolay olmasıdır. Araştırmada örneklem seçme yöntemlerinden amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, araştırılan konu hakkında özellikle bilgi veya deneyim sahibi olan bireyleri tanımlamayı ve seçmeyi içermektedir (Creswell, 2012, s. 206).

Evreninin popülasyonu belli olmayan örneklemlerde gerekli sayı belirlenirken güven düzeyinin karşılık geldiği z puanı, standart sapma ve güven aralığı kullanılarak hesaplama yapılmaktadır. Buna göre %95 güven düzeyi, 0.5 standart sapma ve % \pm 5 (0.05) hata payı (güven aralığı) doğrultusunda 385 kişilik örneklem büyüklüğü gereklidir (Smith, 2013, s. 3; Shete vd., 2020, s. 238).

Bu araştırmanın örneklemini Mayıs-Eylül 2022 tarihleri arasında Kastamonu ve Karabük illerinde yaşayan ve romantik ilişkisi olan 410 kadın katılımcıdan oluşmaktadır.

Araştırmaya katılım ölçütleri:

- Kastamonu ve Karabük illerinde ikamet ediyor olmak,
- Kadın olmak,
- 18 yaşından büyük olmak,

- En az bir yıldır romantik ilişki içinde olmak veya evli olmak,
- Araştırmaya katılmaya gönüllü olmaktır.

KAPSAM VE SINIRLILIKLAR

Çalışmanın bu bölümünde yapılan araştırmanın konu, konum ve örnekleme ilişkin kapsamı açıklanmıştır. Araştırma konusu kapsamındaki ilk kavram olan sosyal görünüş kaygısı öncelikle temellerini oluşturan kaygı, sosyal kaygı ve beden imgesi kavramları ile tanımlanmıştır. Ardından günümüz toplum yapısında yaygın kullanılan platform ve araçları ile sosyal görünüş kaygısına en yakın bağlantıya sahip sosyal medya kavramı incelenmiştir.

Araştırmanın odağındaki diğer bir kavram ise romantik ilişkilerdir. Romantik ilişkiler öncelikleri sosyal ilişkilerdeki yeri ve yapıları bakımından, ardından yakınlık bileşeni ve kıskançlık tepkisi doğrultusunda ele alınmıştır. Romantik ilişkilerde dış görünüşün yeri de bu kapsamda açıklanmıştır.

Araştırmanın içerik olarak kapsamındaki son kavram ise mizojinidir. Mizojini kavramından kökenleri, günümüzdeki yansımaları, bedenle ilişkisi ve kadınların mizojinik tutumları içselleştirmesi ile söz edilmiştir.

Araştırma kapsamına giren tüm kavramların birbiriyle ilişkisi incelenerek sosyal hizmet disiplininin rolleri bağlamında ele alınmıştır.

Araştırmanın konum olarak kapsamını Kastamonu ve Karabük illeri oluşturmaktadır. Kastamonu ve Karabük illerinin seçiminde mali olanaklar ve araştırmacının bu illere ulaşım kolaylığı dikkate alınmıştır.

Araştırmanın örneklem kapsamı kadınlar, Kastamonu ve Karabük illerinde yaşam, en az 18 yaşında olma ve en az bir yıldır romantik ilişkide veya evli olma üzerinedir.

Gerçekleştirilen bu araştırmada sınırlılıklar/karşılaşılan güçlükler aşağıda şu şekilde sıralanabilir:

- Araştırmanın Kastamonu ve Karabük illerinde yaşayan ve romantik ilişki içinde bulunan kadınlar ile sınırlı olması.

- Araştırmadan elde edilen verilerin, araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının özellikleriyle sınırlı olması.
- Veri toplama sürecinde ulaşılan kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili bilgi vermek istememeleri sebebiyle araştırma için istekli katılımcıları bulmakta güçlük yaşanması.

ÖNCEKİ ÇALIŞMALAR

Çalışmanın bu bölümünde araştırma konusunu oluşturan sosyal görünüş kaygısı, romantik ilişkiler ve mizojiniye dair yurt içi ve yurt dışında yapılan çalışmalara dair bilgiler sunulmaktadır.

Sosyal Görünüş Kaygısı ile İlgili Türkiye’de Yapılan Çalışmalar

Şahin ve arkadaşları (2014), 11-15 yaş arasındaki 2222 orta öğretim öğrencisi üzerinde, sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma bulgularına göre sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygısı arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlar, düşük benlik saygısına sahip ergen bireylerin daha yüksek düzeyde sosyal görünüş kaygısı sergileyebileceğini ortaya koymuştur.

Kara (2016), katılımcılarını 263 üniversite öğrencisinin oluşturduğu çalışmasında sosyal görünüş kaygısı ile utangaçlık arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların sosyal görünüş kaygısının, utangaçlıklarını pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır.

Özkan’ın (2017), lise öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirdiği çalışmada ergenlerde sosyal görünüş kaygısı ile duygusal yeme arasındaki ilişki incelenmiştir. Katılan 1409 lise öğrencinin sosyal görünüş kaygısı ile toplam yeme puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Buna göre katılımcıların sosyal görünüş kaygıları arttıkça duygusal, dışsal ve kısıtlı yeme davranışları da artmaktadır.

İsmail (2018) tarafından 200 katılımcı ile yürütülen çalışma cinsel benlik şeması ve sosyal görünüş kaygısının mutluluk üzerindeki yordayıcı etkisini araştırmıştır. Buna göre, araştırmanın kadın katılımcılarında sosyal görünüş kaygısının mutluluk

düzelelerini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüş ve sosyal görünüş kaygısı arttıkça mutluluğun azaldığını ifade etmiştir.

Yücesoy (2019), 544 üniversite öğrencisi ile öğrencilerin sahip olduğu değerler, akılcı olmayan inançlar ve sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkiyi inceleme amaçlı bir çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırma bulgularına göre; üniversite öğrencilerinin sahip olduğu değerler (toplumsal, kariyer, entelektüel, maneviyat, materyalistlik, insan onuru, romantik, özgürlük, fütüvvet) ile sosyal görünüş kaygısı arasında negatif yönlü doğrusal bir ilişki ve akılcı olmayan inançları ile sosyal görünüş kaygıları arasında pozitif yönlü doğrusal bir ilişki mevcuttur. Diğer bir deyişle, katılımcıların sahip olduğu değerler arttıkça sosyal görünüş kaygıları azalmakta, akılcı olmayan inançları arttıkça sosyal görünüş kaygıları da artmaktadır.

Börklü (2019), 520 lisans öğrencisi ile yaptığı çalışmada katılımcıların sosyal görünüş kaygıları ile girişkenlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Gerçekleştirilen analiz sonucunda sosyal görünüş kaygısı ile girişkenlik düzeyi arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, katılımcılardaki sosyal görünüş kaygısı arttıkça atılgan tutum azalmaktadır.

Kılıçaslan (2019), çalışmasında sosyal görünüş kaygısının duygusal ve bilişsel şemalarla olan ilişkisi üzerinde 200 kişi ile inceleme gerçekleştirmiştir. Araştırma bulgularında sosyal görünüş kaygısı ile uyum bozucu duygusal ve bilişsel şemalar arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki bulunduğu görülmektedir.

Yılmaz (2019) tarafından yapılan çalışmada 364 üniversite öğrencisinin duygusal zekaları, sosyal görünüş kaygıları ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre duygusal zeka ve sosyal görünüş kaygısı arasında negatif, sosyal görünüş kaygısı ve umutsuzluk arasında pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki mevcuttur. Diğer bir deyişle, duygusal zeka arttıkça sosyal görünüş kaygısı azalmakta ve sosyal görünüş kaygısı arttıkça umutsuzluk da artmaktadır.

Yıldırım (2020) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinin problemlili internet kullanımının narsistik kişilik eğilimleri ve sosyal görünüş kaygısına etkisi araştırılmıştır. Araştırma kapsamına alınan 453 üniversite öğrencisinin sosyal görünüş kaygısına; problemlili internet kullanımına dair ölçme aracındaki sosyal

fayda/sosyal rahatlık faktörünün orta, aşırı kullanım faktörünün düşük düzeyde etkisi olduğu saptanmıştır.

Erçevik' in (2021) gerçekleştirdiği çalışmada ergenlik dönemindeki bireylerin sosyal görünüş kaygısı ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin (aile ve arkadaşlardan) aracı rolü incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre sosyal görünüş kaygısının yaşam doyumunu ve algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcuttur ve sosyal görünüş kaygısı, bu iki değişkeni anlamlı bir biçimde yordamaktadır. Analiz sonucunda sosyal görünüş kaygısı ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide aile ve arkadaş desteğinin aracı değişkenler olduğu belirlenmiştir.

Karakaş Kaya (2021), beden imgesinin sosyal medya kullanımı, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumuna etkisini belirlemek amacıyla 18-30 yaş arasındaki 300 birey ile araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranlara sosyal medyaya daha çok bağımlılık gösterdiği, dış görünüşlerine yönelik sosyo-kültürel tutumları daha fazla içselleştirdikleri, sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutum puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Sosyal Görünüş Kaygısı ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Ko (2010), 350 Alman üniversite öğrencisi ve 460 Koreli üniversite öğrencisi ile kültürlerarası bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmada her iki kültürden katılımcıların vücut kitlesi, beden utancı, beden kontrol davranışı, sosyal görünüş kaygısı, beden memnuniyetsizliği ve düzensiz yeme davranışları düzeylerini karşılaştırmak amaçlanmıştır. Alman kadınlar, Koreli kadınlardan daha yüksek vücut kitle indeksi seviyelerine sahipken, her iki ülkenin erkeklerinin indeks seviyeleri önemli ölçüde farklılık göstermemiştir. Koreli kadın ve erkeklerin, Alman kadın ve erkeklere oranla daha yüksek düzeyde beden utancı, beden kontrol davranışı, sosyal görünüş kaygısı, beden memnuniyetsizliği ve düzensiz yeme davranışları bildirdiği saptanmıştır. Bedenden utanma, sosyal görünüş kaygısı, beden memnuniyetsizliği, beden kontrol davranışı ve düzensiz yeme davranışı değişkenleri birbirleri ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki göstermiştir. Yapılan yapısal eşitlik modeli testi ile beden memnuniyetsizliğinin hem Alman kadınlarda hem de Koreli kadınlarda bulimia semptomlarını öngören beden utancına yol açtığı belirlenmiştir.

Koskina ve arkadaşları (2011), bulimia nervoza hastası 30 kadın ve sağlıklı kontrol örneklem grubu olarak 40 kişi olmak üzere toplamda 70 kişi ile sosyal görünüş kaygısı ve bulimia nervoza arasındaki ilişkiyi incelemek için bir çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırma bulgularında sosyal görünüş kaygısının bulimia nervoza tanısına sahip kişilerde sağlıklı kontrol grubuna göre belirgin şekilde daha yüksek olduğu, bu nedenle hastalığın gelişmesinde veya sürdürülmesinde rol oynayabileceği belirtilmiştir.

Levinson ve arkadaşları (2013), 236 üniversite öğrencisinin sosyal görünüş kaygısı, mükemmeliyetçilik ve olumsuz değerlendirilme korkusunun yeme bozukluğu ve sosyal kaygı için risk faktörü olup olmadığı konusunda çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırma bulguları sosyal görünüş kaygısının hem sosyal kaygı hem de yeme bozukluğu için ortak bir risk faktörü olduğunu ortaya koymuştur.

Kim ve Chung (2016), sosyal görünüş kaygısının, olumsuz beden imgesi, görünüş yönetimi davranışı (kıyafetler ile vs.) ve kozmetik cerrahi niyeti üzerindeki etkilerini araştırma amacıyla bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. 428 kadın üniversite öğrencisi ile yürütülen çalışma bulgularına göre, sosyal görünüş kaygısı ve olumsuz beden imgesi ile görünüş yönetimi davranışı ve kozmetik cerrahi niyeti arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Diğer bir ifadeyle, sosyal görünüş kaygısının artması veya olumsuz bir beden imgesine sahip olmak görünüş yönetim davranışını ve kozmetik cerrahiye başvurma niyetini artırmaktadır.

Antonietti ve arkadaşları (2020), ergenlik dönemindeki bireylerin uyumlu ve uyumsuz başa çıkma stratejilerinin aracılık ve cinsiyet değişkeninin düzenleyici rolünü dikkate alarak, benlik saygısı, aile ve akran uyumunun sosyal görünüş kaygısı üzerindeki etkisini araştırmayı amaçlamıştır. 1085 ergenden oluşan bir örneklem ile yapılan çalışmada düşük benlik saygısı, uyumsuz başa çıkma stratejilerinin (ruminasyon, kendini suçlama vb.) sıklığının artması yoluyla hem doğrudan hem de dolaylı olarak zaman içinde daha yüksek sosyal görünüş kaygısına sebep olmaktadır. Araştırmada, benlik saygısı düşük olan ergenlerin kendilerini suçlama eğiliminde olduklarını, olumsuz olaylar hakkında daha fazla düşündüklerini ve böylece zamanla sosyal görünüş kaygılarının arttığını ortaya koyduğu belirtilmiştir.

Hawes ve arkadaşları (2020), ergen ve genç yetişkinlerden oluşan 763 kişiyle sosyal medya kullanımı ve online ortamlardaki görünüşle meşguliyetin depresyon,

anksiyete ve dış görünüşe dayalı reddedilme duyarlılığı ile ilişkisini araştıran bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bu çalışma sonucunda sosyal medya kullanımının depresyon, kaygı, görünüş kaygısı ve reddedilme duyarlılığı ile anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişkisi olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda görünüşle meşguliyetin, sosyal medyada geçirilen zaman ile görünüş hassasiyeti arasındaki ilişkiyi güçlendirdiği görülmüştür.

Reshma ve arkadaşları (2020), üniversite öğrencilerinin sahip olduğu sosyal görünüş kaygısı ve başa çıkma tutumlarını belirlemek ve aralarındaki ilişkiyi değerlendirmek için 120 öğrenci ile bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ve başa çıkma tutumları arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu ve sosyal görünüş kaygısı ile başa çıkma tutumları arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırma ile öğrencilerin dış görünüşleri ile ilgili toplum tarafından olumsuz değerlendirmeleri aşmak ve böylece sosyal görünüş kaygısının zorluklarını çözmek için başa çıkma tutumları geliştirdikleri sonucuna varılmıştır.

Charania ve Krishnaveti (2021) tarafından 76 ergen ve 75 genç yetişkin üzerinde yapılan araştırmada katılımcıların sosyal görünüş kaygısı, olumsuz değerlendirilme kaygısı ve duygu düzenleme davranışları arasındaki ilişkiyi değerlendirilmiştir. Çalışma sonucunda sosyal görünüş kaygısı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu ve sosyal görünüş kaygısının cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaştığını ortaya koymuşlardır. Buna göre kadın katılımcıların sosyal görünüş kaygıları erkeklere oranla daha yüksektir.

Hughes ve arkadaşları (2021) gerçekleştirdikleri çalışmanın bulgularına göre erkek ve kadın katılımcıların bir cilt rahatsızlığı ile yaşamaktan duygusal olarak eşit derecede etkilendiği görülmüştür. Buna göre; erkek ve kadınların, cilt rahatsızlığının ciddiyeti ve daha genç yaş ile ilişkili olarak daha yüksek düzeyde sosyal görünüş kaygısı nedeniyle günlük yaşamlarında sosyal ve duygusal zorluklarla karşı karşıya kaldıkları bulunmuştur.

Zimmer-Gembeck ve arkadaşları (2021) gerçekleştirdikleri 1 yıllık boylamsal çalışma ile hem çevrimdışı görünüş kaygısının hem de çevrimiçi görünüşle meşguliyetin yordayıcıları olarak yüz yüze ve siber akran mağduriyetini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırma kapsamına alınan 650 ergenden görünüşleri sebebiyle daha fazla mağduriyete uğradıklarını (yüz yüze ve siber) bildirenlerin aynı anda daha yüksek düzeyde çevrimdışı

görünüş kaygısı ve çevrimiçi görünüş meşguliyeti olduğu belirlenmiştir. Ayrıca kadın katılımcıların sosyal medyada daha fazla zaman geçirdikleri, daha fazla görünüş kaygısı belirtileri yaşadıkları ve online ortamlardaki görünüşleriyle daha fazla meşgul oldukları saptanmıştır. Çevrimdışı görünüş kaygısının bir yıl boyunca kadınlarda erkeklere göre daha istikrarlı olduğu gözlenmiştir.

Romantik İlişkiler ile İlgili Türkiye’de Yapılan Çalışmalar

Eryılmaz ve Ercan (2011) gerçekleştirdikleri çalışmada, beliren yetişkinlik döneminde olarak nitelendirilen 19-25 yaş arasındaki 252 kişi ile romantik yakınlığı başlatma ile ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma bulgularına göre romantik yakınlığı başlatma konusunda erkek katılımcılar kadınlara oranla rahat bir tutuma sahiptir. Yetkinlik ve ait olma ihtiyaçları ise romantik yakınlığı başlatmanın yordayıcısıdır. Diğer bir deyişle katılımcılardaki yetkinlik ihtiyacı ve ait olma ihtiyacı ilişkiyi başlatma ile ilişkilidir.

Akbay (2015) ebeveynlere bağlanma ile romantik yakınlık ve otantik benlik arasındaki ilişkilerde bağlanma stillerinin aracı rolünü değerlendirme amacı doğrultusunda bir doktora tezi çalışması gerçekleştirmiştir. Bu doğrultuda araştırma kapsamına alınan 1022 üniversite öğrencisinin bağlanma stilleri üzerinde anne bağlanmanın etkisi olduğu belirlenmiştir. Diğer yandan babaya bağlanma ve kaygılı bağlanma stiline romantik yakınlık üzerinde etkisi olduğu ortaya koyulmuştur. Elde edilen diğer bir bulgu ise anneye bağlanmanın, romantik yakınlığa kaygılı bağlanma stili aracılığıyla etki etmesidir.

Sümer (2017), çalışmasında romantik ilişkisi olan 460 kişi üzerinde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumunun ilişkisini değerlendirmiştir. Araştırma bulgularına göre bağlanma stilleri romantik kıskançlığın yordayıcısıdır. Buna göre; kıskançlık düzeyi kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça artırmakta, kaçınmacı bağlanma arttıkça ise azalmaktadır. Ek olarak ilişki süresi ile romantik kıskançlık, duygusal tepki, kaybetme korkusu ve yapıcı baş etme yöntemleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Hoşoğlu ve Sevim (2019), en az altı aydır devam eden romantik ilişkisi olan 527 üniversite öğrencisi ile bir çalışma yürütmüştür. Gerçekleştirilen çalışmanın amacı

katılımcıların romantik ilişkilerinde kıskançlıkla başa çıkma biçimlerinin çeşitli demografik değişkenler ile arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Buna göre katılımcıların kıskançlıkla başa çıkma biçimleri cinsiyet, aldatılma durumu ve ilişki sayısına göre anlamlı olarak farklılaşma göstermekte, ilişki süresine göre anlamlı bir farklılaşma göstermemektedir. Çalışmada cinsiyet değişkeni ile kıskançlıkla başa çıkma biçimleri incelendiğinde kadınların erkek katılımcılardan daha fazla yıkıcı-kaçıngan iletişim biçimini kullandıkları saptanmıştır. Aldatılma durumu değişkenine göre; aldatıldığını düşünen katılımcıların aldatılmadığını ifade eden katılımcılara oranla romantik ilişkisinde kıskançlıkla daha çok yıkıcı-kaçıngan biçimde başa çıktıkları görülmüştür. Katılımcılardan daha önce 1-2 ve 6 ve üzeri sayıda ilişkisi olduğunu bildirenlerin 3-5 olduğunu bildirenle oranla yapıcı iletişim biçimini daha çok tercih ettikleri belirlenmiştir.

Gümüş (2020) gerçekleştirdiği tez çalışması ile 520 üniversite öğrencisinin flört şiddeti, bağlanma biçimleri, aldatma eğilimleri ve romantik yakınlıkları arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda kadın katılımcıların flört şiddetine erkeklere oranla daha olumsuz ve aldatmaya yönelik daha az kabullenici bir tutuma sahip olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Elde edilen diğer bir bulgu ise romantik yakınlık puanları yüksek olan katılımcıların aldatmaya dair daha az kabul edici tutuma sahip olduğu bulgusudur.

Romantik İlişkiler ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Barnett ve arkadaşları (1995), ilişkilerinde şiddete başvuran erkeklerin, şiddet kullanmayan erkeklere göre daha kıskanç olup olmadığını araştıran bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma kapsamına partneriyle beraber yaşayan 180 erkek alınmış ve katılımcılar ev içi şiddet, evlilik doyumu ve danışmanlık alma durumuna göre dört gruba ayrılmıştır. Gruplar 44 adet partnerine şiddet uygulayan, danışmanlık almamış erkek (Grup 1); 46 adet partnerine şiddet uygulayan, danışmanlık alan erkek (Grup 2); 46 adet şiddete başvurmeyen, ilişkisinde mutsuz erkek (Grup 3); 44 adet şiddete başvurmeyen, ilişkisinde mutlu olduğunu bildiren erkek (Grup 4) şeklindedir. Araştırma sonucunda Grup 1, Grup 2 ve Grup 3'ün kıskançlık düzeyinin şiddete başvurmeyen ve ilişki tatmini yüksek erkeklerden oluşan Grup 4'a oranla daha yüksek

olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların belirttiği romantik kıskançlığın, ilişki doyumu düzeyleri ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Dandurand (2013) doktora tezi kapsamında romantik bağlanma örüntüleri (bağlanma kaygısı) ve ilişki memnuniyeti ile romantik kıskançlığın ilişkisini araştırdığı bir çalışma ortaya koymuştur. Çalışma sonucunda güvensiz bağlanma düzeyinin kıskançlık ile arasında pozitif, ilişki memnuniyet düzeyi ile negatif yönde bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Çalışmanın sonuçları ayrıca davranışsal ve bilişsel kıskançlığın tüm yönlerinin kişinin ilişki memnuniyeti ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu ortaya koymuştur.

Martinez-Leon ve arkadaşları (2017), romantik ilişkilerde kıskançlık ile ilgili Aralık 2016 itibariyle uluslararası veri tabanlarında ve platformlarda yayınlanan 230 araştırmanın sistematik incelemesini gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda romantik kıskançlıkla ilişkili değişkenler sınıflandırılmıştır. Buna göre ilk değişken cinsiyet, cinsel yönelim, hormonlar, benlik saygısı, bağlanma stili ve alkol kullanımındaki farklılıkları kapsayan kişisel değişkenlerdir. İkinci değişken kişilerarası/ilişkisel değişkenler olarak karakterize edilmiş romantik aşk, tatmin ve şiddet gibi unsurlardır. Romantik kıskançlıkla ilgili belirlenen son değişken ise sosyo-kültürel değişkenler kapsamındaki kültürler arası karşılaştırmalar, rakip olarak görülen kişinin özelliklerinin değerlendirilmesi ve sosyal ağların özellikleridir.

Lee ve arkadaşları (2019), çiftlerin çevrimiçi ve çevrimdışı (birebir, yüz yüze) ortamlarda kendini açma davranışı göstermesinin ilişki yakınlığı ve doyumu üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırma bulgularına göre, kendini açmanın çevrimiçi ortamlara oranla çevrimdışı ortamlarda daha fazla yapılması ilişkide iki taraf için de daha yüksek yakınlık ve memnuniyet hissedilmesini sağlamaktadır. Araştırma sonucunda kendini açma davranışının çevrimiçi veya diğer insanların da görebileceği şekilde yapılmasının romantik ilişkiler için zararlı olabileceği vurgulanmıştır.

Sanchez-Hernandez ve arkadaşları (2020), 224'ü kadın (Çalışma 1) ve 120'si erkek (Çalışma 2) toplamda 344 üniversite öğrencisi ile iki araştırma içeren bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmanın amacı, içinde bulunduğumuz dijital çağda romantik ilişkilerdeki kontrolcü davranışlara yönelik genç çiftlerin gözlemlene ve yaşama algılarını ölçmektir. Sonuçlar hem kadınların hem de erkeklerin, diğer akran çiftler arasında teknolojik araçlar aracılığıyla uygulanan kontrol edici davranışları

gözlemlediklerini (kadınların %84,8'i, erkeklerin %79,5'i), fakat çok azının ilişkilerinde bu davranışları yaşadığını bildirdiğini (kadınların %17,1'i, erkeklerin %7,5'i) ortaya koymaktadır. Çalışmada teknolojik araçlarla kontrol davranışlarının gençler arasında kabul edildiği ve normalleştiği belirtilmiştir.

Nazlı ve Karaman (2021) araştırmalarına katılan 260 üniversite öğrencisinin romantik ilişkilerindeki kendilerini açma düzeyleri ile kıskançlıkta gösterdikleri iletişim tepkileri arasındaki ilişkiyi değerlendirmiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların romantik ilişkilerinde kendini açma düzeylerinin kıskançlıkta yapıcı iletişim tepkileri ile pozitif yönde anlamlı ilişkiye sahip olduğu saptanmıştır. Bu bulgu diğer bir söylem ile ifade edilirse; katılımcılar romantik ilişkilerinde kendileri ile ilgili bilgileri partnerlerine açıkça aktardıkça kıskançlık durumunda yapıcı tepki verme durumları da artmaktadır.

Joosten ve arkadaşları (2022) Hollanda' da yürütülmekte olan boylamsal bir çalışmanın parçası olarak gerçekleştirdikleri araştırmada, bir veya iki yıl arayla geç ergenlik dönemindeki bireylerin depresif belirtileri ile algıladıkları romantik ilişki kalitesinin pozitif ve negatif yönleri arasındaki hem eşzamanlı hem de boylamsal ilişkileri incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırma sonucunda daha yüksek düzeyde depresif belirtiler bildiren kadın ve erkeklerin, zaman içinde romantik ilişkilerinde daha az olumlu yönler (yakınlık ve destek) ve daha çok olumsuz yönler (çatışma) algıladıklarını göstermiştir. Çalışmanın bu bulgusu ile depresiflik belirtilerinin yüksek kaliteli romantik ilişkilerin oluşumunu engelleyebileceği sonucuna varılmıştır.

Mizojini ile İlgili Türkiye'de Yapılan Çalışmalar

Baydar (2014), yürüttüğü tez çalışması kapsamında popüler on adet yabancı dizideki mizojinik öğeleri feminist sosyal hizmet bağlamında değerlendirmeyi amaçlamıştır. Ele alınan diziler, belirlenen altı mizojinik tema çerçevesinde incelenmiştir. Bu temalar; kadınlara aşağılayıcı isimler takma ve onları karalama, kadınları cinsel olarak nesneleştirme, kadınların kimlik bütünlüğünün zedelenmesi ve değersizleştirilmesi, kadına yönelik şiddetin kullanımı ve meşrulaştırılması, kadın cinsiyetinin fizyolojik özelliklerini alçaltan ve aşağılayan sözlerin kullanımı, kadınların zayıf ve yetersiz olduğuna dair basmakalıpların kullanımınıdır. Araştırma sonucunda incelenen on dizide en yaygın görülen temanın 286 sıklık değeriyle (%39,29) “mizojinik temanın kadınların kimlik bütünlüğünün zedelenmesi ve değersizleştirilmesi” teması

olduğu, onu 165 sıklık değeriyle (%22,73) “kadınları cinsel olarak nesneleştirme” temasının takip ettiği görülmüştür. Araştırma bulgularına göre savaş ve cinsellik içeriklerinin yoğun olduğu, erkeklerin ön planda ve kahraman olarak gösterildiği dizilerde mizojinik vurguların diğerlerine oranla daha fazla olduğu söylenebilmektedir.

Bozkur ve arkadaşları (2019), gerçekleştirdikleri Mizojini Ölçeği geliştirme çalışmasıyla literatüre geçerliği ve güvenilirliği sağlanmış bir ölçme aracı katmıştır. Mizojini Ölçeği’ne ait önyargı ve ayrımcılık, kadın fobisi ve geleneksel role sıkıştırma olarak üç boyut gözlenmiştir. Ölçek geliştirme sürecinde ölçüte dayalı geçerliği sağlama amacıyla Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda mizojini puanları arttıkça çelişik duygulu cinsiyetçiliğin de arttığı bulunmuştur.

Evrenol Öçal (2019), doktora tezi kapsamına aldığı 68 üniversite öğrencisi üzerinde, üniversite öğrencileri için geliştirilmiş mizojini eğitiminin etkilerini incelemiştir. 34 kişilik müdahale grubu ve 34 kişilik kontrol grubu olarak ayrılan üniversite öğrencilerinden müdahale grubuna on dört hafta boyunca mizojini eğitimi verilmiş, kontrol grubu ile herhangi bir müdahale gerçekleştirilmemiştir. Araştırma esnasında hem nicel hem de nitel veri toplama teknikleri kullanılmıştır. Nicel araştırma sonucuna göre, müdahale grubunda yer alanların mizojiniye ilişkin bilgi ve farkındalık puanları kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksektir. Nitel araştırma sonuçlarını elde etmek için müdahale grubu üzerinde yarı yapılandırılmış odak grup görüşmeleri formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda müdahale grubu; mizojini eğitiminden oldukça memnun kaldıklarını, mizojinik olaylar karşısında tepki verebilme cesareti edindiklerini ve mizojiniye dair farkındalık kazandıklarını ifade etmiştir.

Mizojini ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Bearman ve arkadaşlarının (2009) gerçekleştirdiği çalışmada içselleşmiş mizojininin hangi biçimlerde ve ne sıklıkla ortaya çıktığını değerlendirmek için aralarında arkadaşlık bağı bulunan 45 çift kadın arasındaki konuşmalar analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda içselleşmiş mizojininin ele alınan diyaloglardaki varlığının 4 kategori altında birleştiği görülmüştür. Bunlar; içselleştirilmiş güçsüzlük duygusunu ifade eden yetersizlik savları, kadınlar arasındaki rekabet, kadınların nesne olarak inşası ve kadınların güçsüz ve yok sayılmasıdır. Katılımcı kadınlar tarafından bu içselleşmiş

mizojinik algılar, 10 dakikalık konuşma esnasında ortalama 11 kez yansıtılmıştır. Bu da içselleşmiş mizojininin kadın diyaloglarındaki rutinliğini ortaya koymuştur.

Spengler'in (2014) gerçekleştirdiği araştırmanın amacı kadınların profesyonel kariyerleri için tutku ve çabaları sürecinde kadınsı kimlik ve mizojiniyi içselleştirme durumlarını belirlemektir. Bu doğrultuda kadın psikoterapistlerin lisansüstü eğitim ile mesleki hedeflere ulaşma süreci bağlamlarında profesyonel arzularının peşinden gitme deneyimleri incelenmiştir. Katılımcılarla gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmeler neticesinde, bireylerin lisansüstü eğitim deneyimleri bağlamında toplanan veriler dört ana başlıkta gruplandırılmıştır. Bunlar; benlik algısı ve kimlik, hırs ve rekabet ilişkisi, ayrışma/bireyselleşme ve mizojini ile etkileşimler olarak isimlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre kadın psikoterapistler kariyerleri için çabalarırken cinsiyet rollerinden dolayı kısıtlandıklarını hissettiklerinde hırs duyguları artırmakta, artan hırs ise çevre ilişkilerine zarar vermektedir. Diğer yandan katılımcı psikoterapistlerin lisansüstü eğitim alma, alanında profesyonelleşme ve dolayısıyla bağımsızlık kazanma sürecinde ayrışma/bireyselleşme temasının merkezde olduğu görülmektedir. Bu durumun sebebi geleneksel rollerdeki bakım verici olma baskısıyla kadınların eğitim ve kariyerleri doğrultusunda bireyselleşmenin çatışmasıdır. Buna ek olarak katılımcılar, başkaları tarafından bastırılmış ve değersizleştirilmiş hissetme deneyimlerini anlatırken, mizojininin benlik saygılarında oynadığı zararlı rolü ortaya çıkarmışlardır.

Dehlin (2018), genç kadınların cinsiyetçi ve içselleştirilmiş mizojinik inançlarını, psikososyal ve ilişkisel işleyişleri ve sosyopolitik davranışları ile ilişkili olarak incelemiştir. Araştırma sonucunda daha yüksek dini köktencilik gösteren kadınlarda içselleşmiş mizojini, geleneksel cinsiyet rolleri ve düşmanca cinsiyetçiliğin aracılık ettiği daha düşük ilişki kalitesi algılandığı saptanmıştır.

Fleming ve arkadaşları (2018), erkeklerin mizojinik tutumlarının sağlıkları üzerindeki etkisini değerlendirme amaçlı 400 erkekle araştırma yürütmüştür. Araştırma sonucunda kadın düşmanı tutumlar ile eğitim düzeyi, son 4 aydaki madde kullanımı ve depresif belirtiler arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Bu bulgular doğrultusunda mizojinik tutumların erkekler için olumsuz sağlık durumuyla bağlantılı olduğu belirtilmiştir.

Dehingia ve arkadaşları (2021), COVID-19 Pandemisi sürecinde araştırmaya aldıkları beş Güney Asya ülkesinde (Bangladeş, Hindistan, Nepal, Pakistan ve Sri Lanka), Twitter üzerinden paylaşımı yapılmış dijital mizojinik söylemlerin durumunu incelemiştir. Araştırmada daha önceki ampirik çalışmalarla tutarlı olarak çevrimiçi mizojini, kadınlara hükmetmek, susturmak ve kontrol etmek için küfürlü bir dil kullanan veya kadınların küçümsenmesine odaklanan bir dijital içerik olarak tanımlanmıştır. Bulgular, salgından önceki aylara kıyasla COVID-19'un başlangıcından sonra mizojinik dille paylaşılmış tweetlerin günlük yüzdesinde önemli bir artış olduğunu göstermiştir. Dönemsel olarak mizojinik tweetlerdeki artışın sebebinin, feminizm ve cinsiyet haklarıyla ilgili olaylara tepki verme amaçlı olduğu görülmüştür. Fakat genel olarak pandemi sırasında artan finansal stres faktörlerinin ve izolasyonun, derinlere gömülü cinsiyetçi normların ifadesini teşvik eden bir sosyal ortam yaratmış olmasının mümkün olduğu ifade edilmiştir.

1. KAVRAMSAL TEMELLER VE İLGİLİ LİTERATÜR

Bu bölümde araştırmanın konusunu oluşturan sosyal görünüş kaygısı, romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojini kavramlarına dair bilgilere yer verilecektir. Sosyal görünüş kaygısı konusu kapsamında kaygı, sosyal kaygı, beden imgesi, olumlu beden imgesi, olumsuz beden imgesi kavramları açıklanarak sosyal görünüş kaygısı kavramı ve sosyal görünüş kaygısı ile sosyal medya arasındaki ilişkiye değinilecektir. Romantik ilişkiler konusu kapsamında romantik ilişki, romantik ilişkilerde yakınlık, romantik ilişkilerde kıskançlık, romantik ilişkiler ve dış görünüş kavramları incelenecektir. Mizojini ile ilgili ise mizojini kavramının tarihsel gelişimi, günümüzde mizojinik algı ve tutumlar, beden ve mizojini ilişkisi ve içselleşmiş mizojini konuları ele alınacaktır. Araştırma konularının tek tek açıklanmasının ardından birbirleri ile ilişkisine yer verilmiştir. Son olarak araştırma konuları sosyal hizmet alanı bağlamında ele alınarak, sosyal hizmet uzmanının rolleri açısından incelenecektir.

1.1. Kaygı

Kaygı, en genel anlamıyla bir durum, koşul veya olay karşısında duyulan ve başa çıkma konusunda güçlük çekilen endişe durumunu ifade etmektedir (Şanlı Kula ve Saraç, 2016, s. 228). Diğer bir ifadeyle kaygı gerek bireysel gerek toplumsal anlamda birçok sorun ve sonuca yol açan ruhsal, fiziksel ve bilişsel tepkiler bütünüdür.

Bireylerin yaşamlarının normal akışında kaygı yaşaması oldukça doğal olsa da, bu ruh halinin ve verilen tepkilerin sürekli hissedilir boyuta gelmesi “kaygı bozukluğu” olarak tanımlanan problemi işaret etmektedir (Sorin vd., 2015, s. 217). Kaygı bozukluğunun pek çok genel ve spesifik türü olmakla birlikte panik bozukluk, spesifik fobiler (asansör korkusu, örümcek korkusu, hayvan korkusu vb.), belirli bir olayın ardından yaşanan travma sonrası stres bozukluğu ve sosyal kaygı en çok bilinenleridir (Rector vd., 2011, s. 7). Diğer yandan DSM-4-TR’te (APA, 2000, s. 429) kaygı bozuklukları aşağıdaki gruplar üzerinden ele alınmıştır:

- a) Agorafobili ve agorafobisiz panik bozukluğu,
- b) Panik bozukluğu olan ve olmayan agorafobi,
- c) Spesifik fobi,

- d) Sosyal fobi/sosyal kaygı bozukluğu,
- e) Obsesif kompulsif bozukluk,
- f) Travma sonrası stres bozukluğu,
- g) Akut stres bozukluğu,
- h) Genel anksiyete bozukluğu.

Kaygı bozukluğu, günümüzde görülme sıklığı en yüksek ruh sağlığı problemlerinden biridir (Grillon vd., 2019, s. 2000). Türkiye’de kaygı bozukluklarının yaşam boyu prevalansı %17-25 arasında iken (Sağlık Bakanlığı, 2021, s. 4), daha geniş popülasyonlar üzerinde yapılan epidemiyolojik çalışmalar bu oranın %33,7’e kadar yükselebileceğini göstermiştir (Bandelow ve Michaelis, 2015, s. 327).

1.1.1. Sosyal Kaygı Kavramı

Sosyal bir varlık olan insanın, diğerleri ile ortak bir yaşam sürdürmeye yönelik doğal bir dürtüsü vardır. Çünkü insanlar, hayatta kalmak ve yaşamını sürdürmek için diğer insanlara hem muhtaç hem de bağlıdır (Maryanski ve Turner, 1992, s. 119). Diğer bir deyişle sosyalizasyon, her insan için bir gereksinimdir. İnsanlar, kurdukları sosyal ilişkilerden aldıkları verim doğrultusunda sosyal hayatta ve iç dünyalarında var olabilmektedir (Doğru, 2018, s. 1).

Doğası gereği insan, etkileşim kurduğu diğer bireyler tarafından olumlu değerlendirilmeyi, kabul ve onay görmeyi isteme eğilimindedir (İrkkörücü Küçük, 2018, s.17). Olumlu izlenim bıraktığını ve bu doğrultuda olumlu değerlendirildiğini düşünen bireylerin buldukları ortama aidiyet ve uyumları kolaylaşmaktadır (Nikolic, 2020, s. 649). Bu sebeple iş görüşmesi, bir gruba dahil olma veya yardım talep etme gibi sosyal etkileşim gerektiren; yeme ve içme gibi gözlemlenme olasılığı olan; topluluk önünde konuşma, tartışma ortamına dahil olma gibi başkaları önünde olmayı gerektiren durumlar birçok insanı kaygıya sürüklemektir. Nitekim DSM-5’e göre de sosyal kaygının en belirgin semptomu başkaları tarafından negatif değerlendirilme korkusudur (APA, 2013, s. 202). Sosyal fobi olarak da tanımlanabilen bu kaygı türü, çoğunlukla başkalarıyla sosyal etkileşimin yoğunlaşmaya başladığı çocukluk döneminin son evrelerinde görülmeye başlamakla birlikte, yetişkinlikte yaşanan bir travma sonucu da

ortaya çıkabilmektedir. Sosyal kaygının olası diğer nedenleri ise toplumsal cinsiyet stereotipleri, düşük sosyoekonomik düzey (eğitim, gelir ve toplumsal statü düşüklüğü), sosyal destek sisteminin azlığı, düşük akademik performans, psikoaktif ilaç kullanımı ve toplum içinde faaliyet gösterme deneyiminin azlığı ile ilişkilendirilebilmektedir (National Collaborating Centre for Mental Health, 2013, s. 15; Desalegn vd., 2019, s. 1).

Sosyal kaygıya sahip bireylerin kaygı düzeylerini tetikleyici sosyal ortamlarda gösterebileceği semptomlar fizyolojik, davranışsal ve zihinsel olmak üzere gruplandırılabilir. Fizyolojik olarak terleme, kızarma, titreme, nabızın hızlanması; davranışsal olarak utangaç davranma, iletişim kurmaktan kaçma, çekingen tutumlar; zihinsel olarak ise kendinden utanma, yetersizlik düşüncesi ve odaklanma güçlüğü sosyal kaygı sebebiyle görülebilecek reaksiyonlardır (Pekin, 2017, s. 52).

Sosyal kaygıya sahip bireylerde eleştirilme, küçük düşme, aşağılanma gibi sosyal çıktılar ve iyi bir izlenim bırakma çabasının yarattığı sürekli endişe, bireyler ve yaşamları üzerinde çeşitli etkilerle kendini göstermektedir (Heerey ve Kring, 2007, s. 125). Literatürde sosyal kaygının birey yaşamı üzerindeki etkisini farklı değişkenler bağlamında araştıran çalışmalar mevcuttur. Read ve arkadaşlarının (2018) 253 yetişkin üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada, güvensiz bağlanma stili ile sosyal kaygı belirtileri arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde Erözkan (2009), Türkiye'deki 600 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada da güvensiz bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerinde sosyal kaygının neden olduğu farklı sorunları yaşama eğiliminde olduklarını ileri sürmüştür. Zhang ve arkadaşlarının (2019) gerçekleştirdiği çalışmada ise sosyal kaygı ile benlik saygısının negatif yönde bir korelasyona sahip olduğunu, sosyal kaygının düşük olduğu öğrencilerde benlik saygısının yüksek olduğunu belirtilmiştir. Murad'ın (2020) Ürdün'de 334 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmanın sonuçları da Zhang ve arkadaşlarının bulgusunu desteklemektedir. Ratnani ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında, sosyal kaygının depresif semptomlara sebep olma ve yaşam kalitesini düşürme üzerinde etkili olduğu ortaya konmuştur.

Kaygı bozukluklarının bir formu olan sosyal kaygı, belirli durumlar karşısında kendi içinde farklı türler gösterebilmektedir. Bu durumlardan biri sosyal görünüş kaygısıdır. Sosyal görünüş kaygısı, bireyin görünüşü sebebiyle başkaları tarafından

olumsuz değerlendirilme korkusunu ifade etmektedir (Koskina vd., 2011, s. 142). Sosyal görünüş kaygısı ile ilişkili en temel kavram olarak “beden imgesi” kavramının açıklanması öncelik arz etmektedir.

1.1.2. Beden İmgesi Kavramı

Bireylerin kendi bedenlerine ilişkin algıları “*beden imgesi*” olarak tanımlanmaktadır (Bakır, 2019, s. 39). Beden imgesine yönelik önemli çalışmaları bulunan Schilder (1935, s. 11) bu kavramı, kendi bedenimizin zihnimizdeki resmi, yani bedeninin kendimize görünme şekli olarak açıklamıştır. Aynı zamanda Schilder (1935, s. 268), bu zihin resminin hem bedensel hem de dışsal etkenlerin yarattığı algılarla şekillendiğini belirtmiştir. Bu etkenler doğrultusunda beden imgesini oluşturan birkaç bileşenden söz edilmesi mümkündür. Bunlar;

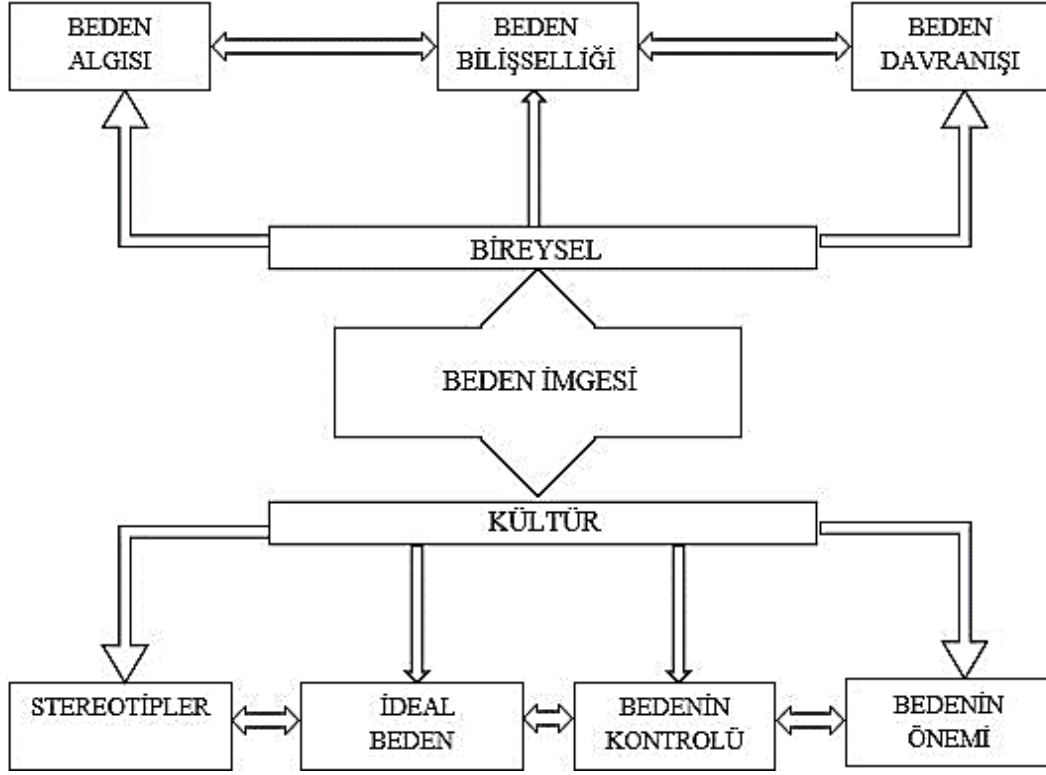
- a) Algı: Bireyin vücudunun büyüklüğü ve şekline ilişkin görüşü,
- b) Düşünce: Vücut çekiciliğini değerlendirmesi,
- c) Duygu: Vücut şekli ve büyüklüğü ile ilişkili hisleri,
- d) Davranış: Vücutuyla ilgili hisleriyle bağlantılı sergilediği tavırları olarak sıralanabilmektedir (Grogan, 1999, s. 2; Dorian ve Garfinkel, 2002, s. 1).

Beden imgesine etki eden faktörler ise fiziki süreçler, kültürel arka plan, cinsiyet bağlamı ve sosyal deneyimler olarak sınıflandırılabilir (Spurgas, 2005, s. 297; Cash, 2012, s. 335). Bireyin doğumundan ölümüne kadar olan süreçte, bireyle ilgili sürekli değişim gösteren unsurlardan biri bedendir. Kişisel deneyim ve düşüncelerle şekillenen beden imgesi, yaşam döngüsündeki fiziksel değişimlerle farklılaşabilmektedir. Cash (2004, s. 1), beden imgesi olarak kavramsallaşan bu durumu “*iç görünüm (inside view)*” olarak tanımlamış ve bireylerin görünüşleriyle ilgili kendi öznel deneyimlerinin, görünüşlerinin nesnel veya sosyal gerçekliğinden psikososyal olarak daha güçlü olduğunu ifade etmiştir. Dolayısıyla değişen bedene bireyin zihinsel, duygusal veya sosyal olarak uyum düzeyi yaşamını da aynı yönde etkileme gücüne sahiptir (Geneci, 2019, s. 4). Yaşam döngüsünün yanı sıra kültürel normlar da beden imgesine etki edebilmektedir. Özellikle modernleşmeyle birlikte beden imgesi, sosyo-kültürel yapı ve gelişmelerden ivedilikle etkilenmeye başlamış ve katı bir surette bireylerin yaşamlarında etkili olmaya devam etmiştir. Bu durumun sebebi günümüzde

kitle iletişim araçları ve sosyal medya aracılığıyla iletilen 'ideal beden' mesajının daha hızlı yayılması olarak açıklanabilmektedir (Sepulveda ve Calado, 2012, s. 47). Strahan ve arkadaşlarının (2006, s. 212) çalışmasında ABD' deki kadınların boy ve kilo ortalamasının ABD' de modellerinden oldukça farklı olduğu, bu sebeple modeller aracılığıyla verilen ideal beden mesajının gerçek dışı olduğu ve kadınlara hitap eden dergiler ile diğer kitle iletişim araçlarının 'fiziksel çekicilik' ile ilgili daha çok öğeler taşıdığı belirtilmiştir. Bu öğelerin kültüre yerleşmesi ile bireylerin beden imgelerine dair mevcut toplumsal baskılar oluşmuş ve beden imgelerini olumsuz etkilemiştir. Humenikova ve Gates' in (2008, s. 221) gerçekleştirdiği araştırmaya göre ise batı toplumlarındaki ideal beden vurgusu, çocukları dahi etkileyebilme noktasına varmıştır.

Bireylerin beden imgesini etkileyen faktörlerden biri olan cinsiyet, kültürel normlarla oldukça ilişkilidir. Moraldi (2010, s. 140), cinsiyet ve kültürün beden imgesi üzerindeki kesişimini "*cinsiyetleştirilmiş beden imgesi*" olarak tanımlamış ve nesneleştirme kuramı ile açıklamıştır. Nesneleştirme kuramına göre cinsiyeti ve dış görünüşüyle ilgili baskın kültürel mesajlara maruz kalan bireyler, kendi kendini nesneleştirme ve baskın yönde beden imgesi geliştirme eğilimi gösterebilmektedir. Beden ile ilgili baskın kültürel mesajların, diğer bir deyişle toplumda hakim olan ideal beden stereotiplerinin, cinsiyet gruplarına göre farklılık gösterdiği dikkate alınması gereken bir unsurdur. Örneğin nesneleştirme teorisine göre toplumun erkekler üzerindeki idealleştirilmiş standartları gelişmiş kas yapısı ve egemenlik temalarına sahipken, kadınlarda ince vücut ve kırılabilirlik temaları ön plana çıkmaktadır. Konuyla ilgili yapılan çalışmalar, beden ile ilgili sosyo-kültürel normların kadınlar üzerinde yoğunlaştığını ve daha çok baskı oluşturduğunu belirtmektedir (Spurgas, 2005, s. 298; Strahan vd., 2006, s. 211; Noh vd., 2018, s. 7).

Sepulveda ve Calado'ya (2012, s. 48) göre beden imgesi, sosyo-kültürel ve bireysel faktörlerin dinamik etkileşimi yoluyla oluşmakta ve bunlardan birinin değişmesi, döngüdeki diğer faktörleri de etkilemektedir. Bu çok boyutlu perspektif ile cinsiyete göre beden imgesi geliştirme modeli Şekil 2'de açıklanmıştır:



*Kaynak: Sepulveda ve Calado (2012, s. 48)'den alınmıştır.

Şekil 2: Cinsiyete göre genç bireylerde beden imgesinin gelişimine katkıda bulunan faktörlerin modeli

Şekil 2’de bireylerin cinsiyetleri doğrultusunda beden imgesi oluşturmaya etki eden boyutların bireysel ve kültürel olmak üzere ikiye ayrıldığı görülmektedir. Kültürel olarak gerek yüzyıllardır süregelen gerekse çağın getirdiği gelişmelerle oluşan “kadınlar incedir, erkekler kaslıdır” gibi cinsiyetle ilintili stereotipler varlıklarını sürdürmektedir. Bu birikimler ışığında oluşan ve özellikle negatif beden imgesine sahip bireylerin ulaşmaya çalıştığı ideal beden algısı da kültürel bir unsurdur.

Kitle iletişim araçlarının diyet, spor ve estetik cerrahi işlemleri gibi konuları gündeme getirerek iletildiği fiziksel görünüşün önemli ve kontrol edilebilir olduğu mesajı, toplumsal cinsiyet bağlamında gelişen ve beden imgesini etkileyen önemli bir unsurdur. Bireysel olarak ise negatif veya pozitif beden imgesinin oluşumu kişisel deneyimlere dayanmaktadır. Kişinin bedeniyle ilgili imgesi; algısal (bedenin fonksiyonlarına ilişkin görüş), bilişsel (beden, beslenme veya hayatı etkileyen durumlar hakkındaki düşünceler), duygusal ve davranışsal (duygusal-cinsel ilişkiler ve davranışlar biçimleri) süreçlerin toplumsal cinsiyet çerçevesinde gelişmesiyle oluşmaktadır (Sepulveda ve

Calado, 2012, s. 48). Bu doğrultuda beden imgesi hem bireysel hem kültürel unsurların alt bileşenleri, birbirlerini etkileme gücüne sahiptir.

Bireylerin oluşturduğu beden imgesine etki eden faktörlerden biri olarak sosyal deneyimler (bireyin yaşamında edindiği öğrenimler ve tecrübeler), yaşam döngüsü boyunca kişilerin sosyal çevreleriyle iletişim ve etkileşimlerinin sonucudur. Sosyal etkileşim, yaşamın ilk ve erken dönemlerinde aile ile başlamakta ve okul çağından itibaren akranlarla birlikte yoğunlaşmaktadır. Yaşam döngüsünün her evresindeki sosyal deneyimler, evre sürecinde ve sonrasında bireyin kendilik algısını ve dolayısıyla beden imgesini etkilemektedir (Kerkez vd., 2013, s. 234).

Bireylerin fiziksel özellikleri, başkalarının bu özelliklere ilişkin söylem ve davranışları, kişinin bedeniyle ilgili öznel algısına yön vermektedir. Bu doğrultuda beden imgesinin dinamik bir yapıya sahip olduğu, kişisel tarih ve kültürün etkisiyle yaşamın farklı evrelerinde değişkenlik gösterdiği söylenebilmektedir (Aydın ve Vural, 2018, s. 112). Yaşam dönemlerinden özellikle beden farkındalığının oluşmaya başladığı çocukluk dönemi ve bedensel, zihinsel, cinsel, duygusal ve sosyal olarak en hızlı değişimlerin yaşandığı ergenlik dönemi öne çıkmaktadır (Mendo-Lazaro vd., 2017, s. 1). Bu evrelerde yaşanabilecek dış görünüş bağlantılı akran zorbalığı, aileden gelen mesajlar, baskın kültürel normlara ilişkin toplum tepkileri ve romantik ilişki deneyimleri beden imgesinin yönünün (olumlu veya olumsuz) en önemli belirleyicileri olmaktadır.

Beden imgesi 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren araştırmalara konu olan bir fenomen olsa da, birey yaşamına etkisi özellikle son yıllarda yaşanan teknolojik, sosyal ve tıbbi gelişmelerle farklı araştırmaların odağı haline gelmiştir. Bu sebeple beden imgesinin birey yaşamındaki yansımaları belirlemeden önce, olumlu veya olumsuz beden imgesine sahip olunmasının ne anlama geldiğini açıklamak önemlidir.

1.1.2.1. Olumlu Beden İmgesi

Yaşama ilişkin tecrübeler, sosyal ilişkiler, içinde bulunulan toplumun dinamikleri ve daha birçok etken bireylerin olumlu veya olumsuz bir beden imgesi geliştirmesine sebep olabilmektedir. Aynı şekilde olumlu veya olumsuz bir beden imgesine sahip olunması da bireylerin yaşam kalitesini ve yaşam doyumunu etkilemektedir. Bu durumun sebebi bedenin, bireyin kendilik algısının temeli olması ile

açıklanabilmektedir (Demiralp vd., 2015, s.83; Geneci, 2019, s. 14). Cash (2004, s. 3), çalışmasında beden imgesinin yönlerini ‘olumlu’ ve ‘olumsuz’ ifadelerinin yanı sıra “*uyumlu (adaptive) beden imgesi*” ve “*uyumsuz (maladaptive) beden imgesi*” kavramlarını kullanarak da tanımlamıştır.

Olumlu beden imgesi, bireyin bedenine yönelik genel bir sevgi, saygı ve kabul duygusunu ifade eden çok boyutlu yapıya sahip bir kavramdır. Olumlu beden imgesine sahip olmak, bedenin toplumsal standartlara uygun olup olmamasına bakmaksızın bedeni kabul etmek ve işlevlerini takdir etmektir (Tiggemann ve McCourt, 2013, s. 624; Evens vd., 2021, s. 40). Olumlu beden imgesinin çok boyutlu bir yapıda olması, iyi oluş başta olmak üzere birçok pozitif psikososyal boyutla doğrudan etkileşim içinde olmasından kaynaklanmaktadır (Maes vd., 2021, s. 270).

Olumlu beden imgesi beden takdiri, beden memnuniyeti ve beden kabulü faktörleri ile de oldukça ilişkilidir. Avalos ve arkadaşları (2005, s. 285) bu faktörleri, olumlu beden imgesinin alt boyutları olarak değerlendirmiştir. Ulusal ve uluslararası literatürde bu ilişkileri araştırmaya yönelik yürütülmüş çalışmaların olduğu görülse de beden imgesi araştırmalarının olumlu beden imgesinden ziyade çoğunlukla olumsuz beden imgesi ve beden memnuniyetsizliği üzerine yoğunlaştığı bilinmektedir (Holmqvist ve Frisén, 2012, s. 388).

1.1.2.2. Olumsuz Beden İmgesi

Olumsuz beden imgesi, diğer bir tanımla “beden memnuniyetsizliği”, bireylerin gerçek görünümleri ile arzu edilen ideal beden imajı arasındaki algılanan farklılıktan ortaya çıkan uyumsuz bir zihin resmidir (Heider vd., 2018, s. 158). Belirtilen ideal beden imajı, kişisel veya toplumsal süreçler içerisinde oluşabilmekte ve tatminsiz düşüncelere neden olmaktadır. Tiggemann (2005, s. 129) ise bireylerin bedenlerine ilişkin negatif bir imgeye sahip olmasının düşük benlik saygısından kaynaklandığını öne sürmüştür.

Olumsuz beden imgesi durumsal bir olgu olabileceği gibi kronik bir yapıya da sahip olabilmektedir. Bu noktada bedene ilişkin memnuniyetsiz düşüncelerin sıklığı ve alışkanlığı durumları ön plana çıkmaktadır (Verplanken ve Velsvik, 2008, s. 134). Her durumda, olumsuz beden imgesinin birey yaşamında psikososyal refah üzerinde

sorunlara yol açtığı araştırmalarca ortaya koyulmuştur (Gillen ve Markey, 2015, s. 189). Nitekim Thompson ve arkadaşlarına göre (1999, s. 7) olumsuz beden imgesi, görünüş odaklı birçok klinik soruna yol açabilmektedir. 20. yüzyılın son yıllarında ortaya koyulan bu çalışmada özellikle beden dismorfik bozukluğunun, gelecek jenerasyondaki beden imgesiyle bağlantılı en önemli sorun olacağı belirtilmiştir. Diğer yandan görünüş temelli klinik sorunlardan bir diğeri olan yeme bozuklukları ile olumsuz beden imgesi arasındaki ilişkiyi bildiren çalışmalar da mevcuttur. Polivy ve Herman (2002, s. 187) beden memnuniyetsizliğinin, yeme bozukluklarının en yaygın türleri olan anoreksiya nervoza ve bulimia nervozanın gelişimindeki en temel faktörlerden ve tanı sürecindeki en önemli semptomlardan biri olduğunu ortaya koymuştur. Verplanken ve Velsvik de benzer şekilde (2008, s. 139) olumsuz beden imgesinin zihinsel alışkanlığa dönüşmesinin bozuk yeme alışkanlıkları gibi davranışsal sonuçları olabileceğini belirtmiştir. Lewer ve arkadaşlarına göre (2017, s. 15) olumsuz beden imgesinin, rahatsız hissedilen vücut algısı, ağırlık ve şekil ile aşırı endişe şekillerindeki yansımalarıyla, tıknırcasına yeme bozukluğuna (binge eating disorder) sebep olduğu vurgulanmıştır. Her ne kadar olumsuz beden imgesine ilişkin araştırmalar bireylerin psikososyal sorunlar yaşamasına yol açsa da, önleme ve müdahale süreçlerinin geliştirilebilmesi için, bu sorunun açığa çıkmasına neden olan faktörlerden hangilerinin olumsuz beden algısına katkıda bulunduğunun net bir şekilde açıklanması önemlidir.

1.1.3. Sosyal Görünüş Kaygısı

Sosyal görünüş; boy, kilo, vücut yapısı, burun şekli, dudak rengi, göz rengi, göz yapısı, saç, gülümseme, kulak, ten rengi gibi dışarıdan görülebilen özellikleri kapsayan şemsiye bir kavramdır (Reshma vd., 2020, s. 3).

Çeşitli kültürlerde ve sosyal ortamlarda üzerine farklı açıklamalar getirilebilen beden imgesine dair her dönemde değişmeyen faktör, insanların ideal olarak belirlenene uygun olma arzusudur (Karakaş Kaya, 2021, s. 13). Diğer yandan insanlar, kendilerinde hayranlık uyandıran ve çekici özelliklere sahip insanlarla etkileşim kurma eğilimindedir. Sosyalizasyon sürecinin doğal bir getirisi olarak ise etkileşim kurulan diğer insanlar üzerinde olumlu bir izlenim yaratma isteği mevcuttur (Yüceant ve Ünlü, 2017, s. 102). Bu noktada dış görünüş, yaratılacak izlenimin önemli unsuru olarak öne çıkmaktadır.

Dış görünüşün önemi, sosyal alanlarda her daim hissedilse de, kişilerin kendilerine ve diğer bireylere yönelik bu husustaki yargıları son yıllarda daha da önem kazanmıştır (Yücesoy, 2019, s. 61). Nitekim günümüz postmodern toplumlarında fiziksel görünüş, bireyleri tanımlarken merkezi bir konumdadır (Negrin, 2008, s. 10). Bireyler, fiziksel özelliklerin bu denli ön planda olduğu toplumlar ve sosyal ortamlarda görünüşleri temelinde değerlendirmelere maruz kalabilmektedir. Görünüş temelli değerlendirmeler veya bunlara ilişkin olumsuz deneyimler bireylerin korku, tedirginlik gibi duygular hissetmelerine ve bu doğrultuda sosyal kaygı semptomları geliştirmelerine yol açabilmektedir. Nitekim Mülazımoğulları Ballı ve arkadaşları (2014, s. 31), sosyal görünüş kaygısının temelinde benlik sunumu ve izlenim yönetiminin yattığını belirtmiştir.

Sosyal görünüş kaygısı, sosyal kaygının durumsal bir türü olarak karakterizedir. Sosyal görünüş kaygısı ile ilgili literatürde görünüşe dayalı sosyal kaygı (Titchener ve Wong, 2015, s. 13), fiziksel görünüş kaygısı (Moneva vd., 2020, s. 101), sosyal fiziksel kaygı (Frederick ve Morrison, 1996, s. 963), dış görünüşün olumsuz değerlendirilmesi korkusu (Lundgren vd., 2004, s. 75) ve dış görünüş bağlamında sosyal değerlendirilme kaygısı (Veale ve Neziroğlu, 2010, s. 156) gibi farklı kavramsallaştırmalara rastlamak mümkündür. Sosyal görünüş kaygısına ilişkin yapılan tüm bu tanımlardaki bireyin görünüşünün başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği deneyiminden korkması durumunun ortak payda olduğu görülmektedir (Warren, 2017, s. 10). Teresa Sharon ve arkadaşları (2021, s. 1212) sosyal görünüş kaygısının en genel tanımını, “*vücut şekli de dahil olmak üzere genel görünümü çevreleyen sosyal kaygıyı ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusunu ifade eden durum*” şeklinde yapmıştır. Aşçı ve arkadaşları (2006, s. 363) ise sosyal görünüş kaygısını öz sunuma ilişkin kaygılardan biri olarak, “*kişinin, vücudunun başkaları tarafından nasıl yargılandığına ilişkin kaygı duyması ve tepki geliştirmesi*” ifadesiyle açıklamıştır.

Sosyal görünüş kaygısı, temelinde sosyal kaygı bozukluğu ve olumsuz beden imgesi ile oldukça ilişkili bir kaygı türüdür. Sosyal kaygı bozukluğundan farkı, sosyal kaygının genel anlamdaki olumsuz değerlendirilme korkusuyla öz sunumu etkileyici anksiyete semptomlarını içermesidir (Warren, 2017, s. 10). Sosyal kaygı, bireylerin kendilerini diğer insanlarla daha çok karşılaştırma ve görünüşlerini başkaları açısından daha olumsuz olarak algılama eğilimini artırdığı için sosyal görünüş kaygısına sebebiyet vermektedir (Moscovitch, 2013, s. 476; Yüceant ve Ünlü, 2017, s. 103). Olumsuz beden

imgesi ise kişinin bedeniyle ilgili memnuniyetsiz öz değerlendirmesini ifade etmektedir ve sosyal görünüş kaygısının temelini oluşturmaktadır (Yücesoy, 2019, s. 61). Dolayısıyla sosyal görünüş kaygısı kavramı, olumsuz beden imgesini sosyal kaygıyla birleştirerek, bireylerin dış kaynaklar tarafından bedeniyle ilgili olumsuz mesaj alma kaygısına odaklanmaktadır (Boursier ve Gioia, 2020, s. 164).

Sosyal görünüş kaygısı, literatürde bazı kuramlar ile açıklanmaya çalışılmıştır. Çilesiz (2020, s. 6), sosyal görünüş kaygısını dört temel kuram çerçevesinde ele almıştır.

- a) *Benlik Sunumu Kuramı*: Bireyin sosyal ortamlardan aldığı verim, çoğunlukla başkaları tarafından algılanan izlenimine bağlıdır. Sosyal açıdan kaygılı kişiler, insanların kendilerini nasıl değerlendirdikleri konusunda olumsuz bir beklentiye sahip oldukları için başkaları üzerinde arzuladıkları izlenimleri bırakıp bırakamayacaklarından şüphe edebilirler. Bu sosyal ortamlardan alınan geri bildirim olumsuz olması, bireylerde görünüşe bağlı kaygının oluşmasına ve gelişmesine de sebep olabilmektedir (Leary vd., 1988, s. 309; Çilesiz, 2020, s. 7).
- b) *Psikanalitik Kuram*: Psikanalitik kuram, genel sosyal kaygının sebebini bilinçdışı düzeyindeki arzulara dayandırmaktadır. Bilinçdışı düzeyindeki arzuları ise diğer insanlar tarafından beğenilme, ilgi görme ve onaylanma olarak açıklamaktadır. Bireyler bu arzuların karşılanması sürecinde ve arzular karşılanmadığında sosyal kaygı yaşamaktadır (Türkçapar, 1999, s. 248). Dolayısıyla arzuların dış görünüş bağlamı sosyal görünüş kaygısına da sebep olmaktadır (Çilesiz, 2020, s. 7; Arslan, 2021, s. 27).
- c) *Bilişsel Davranışçı Kuram*: Bu kurama göre bir bireyde sosyal fobinin oluşması koşullanma ve pekiştirme davranışları ile ortaya çıkmaktadır. Türkçapar (1999, s. 251), koşullanma davranışının doğrudan koşullanma, gözlemsel öğrenme veya bilgi aktarımı ile gerçekleştiğini ifade etmiştir.
- d) *Sosyal Öğrenme Kuramı*: Sosyal öğrenme kuramına göre görünüş kaygısı, etkileşimde bulunulan sosyal ortamlardaki algı ve davranışların taklidiyle oluşmaktadır. İçinde bulunduğumuz teknoloji çağında sosyal medyanın her kesim tarafından kullanılması ile görünürlük ve dış görünüşe verilen önem artmıştır. Dolayısıyla sosyal medyada ve çevresinde bedene ilişkin belirli mesajlara maruz kalan bireylerin görünüş kaygısı geliştirmesi sosyal

öğrenme kuramı ile açıklanabilmektedir (Çilesiz, 2020, s. 8; Arslan, 2021, s. 28).

Hsien-Jin (2000, s. 15), görünüşe ilişkin kaygıları gelişimsel ve sosyo-kültürel kuramlar ile açıklamıştır.

- a) Gelişim Kuramları: Gelişim kuramcıları, çocuk ve ergen gelişiminin yaşamın ilerleyen evresindeki görünüş kaygıları üzerindeki etkisine odaklanmaktadır. Gelişimsel olarak hassas dönemlerde çevreden olumsuz mesajlar almanın kalıcı etkileri olabilmektedir. Buna göre yaşamın bu evrelerindeki görünüşe dayalı negatif deneyimler (alay, sözlü olumsuz yorumlar vb.) bireyde görünüş kaygısı oluşturmaktadır.
- b) Sosyo-kültürel Kuramlar: Sosyo-kültürel kuram, bireylerin algıladıkları bedensel özelliklerini idealize ettikleri beden ile karşılaştırmaları sonucunda görünüş kaygısının ortaya çıktığını öne sürmektedir. Bu sürekli sosyal karşılaştırma süreci sebebiyle, özellikle üstün görülen idealize edilen beden ise, kaygı ve duygusal sıkıntılar artmaktadır (Hsien-Jin, 2000, s. 15).

Tarih boyunca toplumlarda hüküm süren güzellik standartları, insanların kitle iletişim araçları ve sosyal medyaya erişiminin kolaylaşması ile daha geniş bir etki alanı bulmuştur. Dolayısıyla sosyal görünüş kaygısı, günümüzde toplumun birçok kesiminde baş gösterebilen bir problem haline gelmiştir. Nitekim yalnızca yetişkinler arasında değil, ergenler ve genç erişkinlerde de en sık görülen kaygı biçimlerinden biri sosyal görünüş kaygısı olmuştur (Charania ve Krishnaveti, 2021, s. 1525). Benzer şekilde sosyal görünüş kaygısı yalnızca kadınlarda değil erkeklerde de yaygın olarak görülebilmektedir (Davis vd., 1993, s. 63; Schmidt ve Martin, 2019, s. 10).

Talbot (2020, s. 5) erkeklerin beden memnuniyetsizliğini dört kuram bağlamında incelemiştir.

- a) Sosyal Karşılaştırma Kuramı: Bu kuram, geleneksel ve sosyal medyada ideal mezomorf erkek bedenlerine sürekli maruz kalmanın, gerçekçi olmayan ve elde edilemeyen bedenlerle yukarı doğru karşılaştırmaların daha sık yapılmasına neden olduğunu ve böylece bedene ilişkin kaygının arttığını varsaymaktadır.

- b) Nesneleştirme Kuramı: Nesneleştirme kuramı, günümüzde bireylerin değerlerinin yalnızca görünüşlerine bağlı olduğu düşüncesiyle yetiştiğini öne sürmektedir. Böylece bireyler vücutlarının görünümü ile giderek daha fazla meşgul olmaya ve kendilerini nesneleştirmeye başlayarak görünüşle ilgili kaygılara sahip olmaktadır.
- c) Üçlü Etki Modeli: Üçlü etki modeli, birey yaşamındaki sosyal etkiler olarak belirttiği ebeveynler, akranlar ve medyanın beden memnuniyetsizliği üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğunu varsaymaktadır. İdeal beden mesajlarının belirtilen üç sosyal etki tarafından işlenmesi, bireyin bu mesajları içselleştirmesine ve dolayısıyla bedene ilişkin kaygılarının artmasına sebep olmaktadır.
- d) Tehdit Altındaki Eril Kimlik Teorisi: Tehdit altındaki eril kimlik teorisi, toplumsal cinsiyet eşitliği kapsamındaki son gelişmelerin (ev içi ve ev dışı rollerin değişim gibi) erkeklere, asırlardır kendilerine yüklenmiş erkeklik rollerini sergileyebilmek için az yol bıraktığını öne sürmektedir. Bazı erkekler için bu durumun cinsiyete dayalı bir 'kimlik krizi' ile sonuçlandığı düşünülmektedir. Bu teoriye göre kimlik krizine sahip erkekler, gelişmiş kas yapısına ve düşük vücut yağ oranına bir vücut aracılığıyla eril kimliklerini sürdürmeye çalışmaktadır. Bu doğrultuda belirtilen özelliklere sahip vücut, erkeklerde görünüş kaygısına sebep olmaktadır (Talbot, 2020, s. 7).

1.1.4. Sosyal Medya ve Sosyal Görünüş Kaygısı

Sözlük anlamıyla sosyal medya, iletişim kurmak ve bilgi paylaşmak için kullanılan web siteleri ve uygulamalardır. Sosyal medya, kullanıcı tarafından geliştirilen içerik odaklı ve sosyal ağ (social network) amaçlı platformları kapsamaktadır (Korenich vd., 2013, s. 235). Sosyal medyanın kullanımının artması vesilesiyle günümüze kadar olan süreçteki iletişim şekli değişmiştir, nitekim fiziksel bir sınıra takılmaksızın dünyanın dört bir yanından insanlarla hızlı bir biçimde etkileşime geçilebilmektedir (Kandara ve Hamza Çelikyay, 2017, s. 105).

Teknolojinin gelişiminin, ulaşılabilirliğinin ve herkes için erişilebilirliğinin kolaylaşması ile birlikte internet, sosyal ağlar ve sosyal medya her geçen gün topluma

daha da nüfuz etmektedir. Özellikle kullanıcıların oluşturduğu içerikleri barındıran Facebook, YouTube, Instagram, Snapchat, TikTok ve Twitter gibi platformların kullanım yaygınlığının bir getirisi olarak bireyler, kendileri ile ilgili bilgileri daha geniş çapta paylaşmaya başlamıştır (Jiotsa vd., 2021, s. 2). Dolayısıyla tarih boyunca toplumsal değişimler ile şekillenen beden algısı, daha fazla insanla etkileşime geçip içeriklerine maruz kalma durumuna neden olan sosyal medya ile köklü gelişmeler yaşamıştır (Lee vd., 2014, s. 4). Bu hızlı dönüşüm, beden imgesi de dahil olmak üzere sosyal medyanın sosyal ve psikolojik yansımalarını keşfetme ihtiyacını doğurmuştur.

Sosyal medyanın yaygınlaşmasından önceki süreçte, toplumda beden imgesine yönelik algılar geleneksel medya organlarının etkisiyle oluşmuştur. Gazete, dergi ve televizyon gibi kitle iletişim araçlarında vücudun sağlığı, şekli ve modası ile ilgili vurgular her daim var olmuştur. Diyet hapları, egzersiz programları ve kozmetik cerrahi gibi vücudu değiştirmeye yönelik ürünler ve teknolojilere ilişkin program ve reklamlar kitle iletişim araçlarının tek tip beden mesajı için kullanılmıştır. Nitekim bireyin sağlığı ve vücuduyla ilgili bu baskılara yönelik çabasının eksikliği eleştirilere maruz kalmasına da sebep olabilmektedir (Negrin, 2008, s. 9). Eckler ve arkadaşlarına göre (2016, s. 252) kitle iletişim araçları yıllardır, özellikle genç kadınlara, görünüşlerinin sağlıklarından daha değerli olduğu, vücutlarının doğru kıvrımlara sahip ve ince olması gerektiği konusunda tek tip mesaj vermektedir. Kitle iletişim araçları aracılığıyla üretilen ve iletilen bu mesaj yüzyıllardır kültürel normlar içinde var olan toplumsal cinsiyet stereotiplerinin de derinleşmesine yol açmaktadır.

Sosyal medyanın etkileşim içeren doğası karmaşık bir beden algısı yaratmakta ve kullanıcıların hem kendileri hem de başkalarının görünüşleri ile ilgili geri dönüş vermelerine olanak tanımaktadır (Hawes vd., 2020, s. 66). Kitle iletişim aracı ile başlayıp sosyal medyayla daha görünür hale gelen beden imajı baskısı, insanları küçük yaşlardan itibaren 'ideal vücut' kalıplarına maruz bırakmaktadır. Bu duruma ek olarak diğer insanların, özellikle modeller, ünlüler ve estetik kaygılarla aksiyon alınmış fotoğraflara sahip profillerin kolay ulaşılabilirliği sosyal karşılaştırmanın artmasına sebep olmaktadır (Jiotsa vd., 2021, s.1). Grabe ve arkadaşları (2008, s. 470), tek tip vücut imajı mesajı veren medyaya maruz kalmanın yüksek düzeyde beden memnuniyetsizliği, zayıflık idealinin içselleştirilmesi ve yeme bozukluğu ile ilişkili tutum ve davranışların ortaya çıkması üzerinde etkili olduğunu ifade etmiştir.

Sosyal medya, fotoğraf ve video odaklı uygulamaların yaygınlaşması ile bağlantılı olarak, pek çok bireye depresyon ve sosyal kaygı gibi duygusal problemler için risk oluşturan bir ortam yaratabilmektedir. Bedene ilişkin kıyaslamaların, görünüşle aşırı meşgul olmanın, memnuniyetsizliğin ve belirli bir standart doğrultusunda görünerek onay görme çabasının artması, sosyal görünüş kaygısına işaret etmektedir (Hawes vd., 2020, s. 66). Halihazırda gerçekleştirilmiş akademik çalışmalar da sosyal medyaya bağlılığın sosyal görünüş kaygısına sebep olduğunu ortaya koymuştur (Eckler vd., 2016; Boursier vd., 2020; Sharon vd., 2021; Aslan ve Çakmak Tolan, 2022).

Son yıllarda sosyal medyada ideal beden imgesi kalıplarının bireylerde yarattığı baskıya karşı başlayan “*beden olumlama hareketi*”, olumlu beden algısı yaratma adına önemli bir adımdır. Cohen ve arkadaşlarının (2019, s. 1543) 18-30 yaş aralığındaki genç kadınlar üzerinde yaptığı araştırmada, beden olumlama içeriklerinin katılımcıların anlık ruh halini, vücut tatminlerini ve beden imgelerini olumlu yönde etkilediği ortaya koyulmuştur.

1.2. Romantik İlişkiler

Yaşayan sosyal türler, dünyaya geldikleri ilk andan itibaren bir sosyal organizasyona sahip olarak yaşamlarını sürdürmektedir. Sosyallik, başkalarıyla sosyal ilişkilerin kurulmasını ve sürdürülmesini kolaylaştıran veya engelleyen davranışlara dayanmaktadır (Hawkey ve Capitanio, 2015, s. 1). Sosyalizasyon süreci aile ve bakım verenler ile başlamakta, akrabalar, akranlar ve partner ile kurulan ilişkilerle sürmektedir. Bu sosyal ilişkilerin kurulduğu bireylerle olan iletişim, bağlılık, paylaşım ve ortaklığın karşılıklı ve yüksek olması “yakın ilişki” olarak ifade edilebilmektedir (Büyüklü, 2022, s. 3). Sağlıklı yakın ilişkilerin varlığı birey yaşamındaki pek çok duygusal ihtiyacı karşılayarak, kimlik oluşumu sürecini ve dolayısıyla birey yaşamının tamamını desteklemektedir. Romantik ilişkiler, sosyal ilişki türleri içerisinde yer alsa da sahip olduğu bileşenler ve özellikler ile diğer tüm yakın ve sosyal ilişkilerden ayrılmaktadır (Güven, 2022, s. 6-7).

Romantik ilişki, temelde bireyin hür iradesiyle, gönüllü ve karşılıklı olarak flört etmeyi ve evlenmeyi seçtiği kişi ile kurduğu birliktelik sürecini ifade etmektedir. Bu süreçte bağlılık, tutku ve yakınlık bileşenleri ön plana çıkmaktadır (Sümer, 2017, s. 16).

Sternberg (1998, s. 5), bu bileşenleri “sevgi üçgeni (the triangle of love)” olarak tanımlamıştır.

- a) Yakınlık bileşeni: İlişkilerdeki sıcaklık ve bağlantı deneyimine yol açan duyguları kapsamaktadır.
- b) Tutku bileşeni: Romantik ilişkilerdeki romantizme, fiziksel çekiciliğe, cinsel tamamlanmaya ve ilgili fenomenlere yol açan dürtüleri ifade eder. Dolayısıyla tutku, romantik ilişkide tutku deneyimine yol açan motivasyon kaynaklarını ve diğer uyarılma biçimlerini kapsamaktadır.
- c) Bağlılık bileşeni: Kısa vadede bir başkasını sevme kararını ve uzun vadede bu sevgiyi sürdürme taahhüdünü ifade etmektedir. Bağlılık, romantik bir ilişkinin varlığında ve potansiyel uzun vadeli bağlılığa ilişkin karar vermede yer alan bilişsel unsurları içermektedir (Regan, 2008, s. 122).

Collins (2003, s. 1), romantik ilişkilerin beş temel özelliğini şu şekilde özetlemiştir:

- a) İlgi/katılım: Flörtün süresi, düzeyi ve sıklığını ifade etmektedir.
- b) Partner seçimi: İlişki yaşanan kişiyi belirtmek için kullanılan özelliktir.
- c) İlişki içeriği: Romantik ilişki sürecinde birlikte yapılan aktivite ve paylaşımları kapsamaktadır.
- d) İlişkinin kalitesi: Partnerlerin birlikte faydalı deneyimler edinebilmesi olarak tanımlanmaktadır.
- e) İlişkideki bilişsel ve duygusal süreçler: romantik ilişkiyi diğer sosyal ve yakın ilişkilerden ayıran algıları, tepkileri, beklentileri ve ilişkiye ve seçilen partnere yüklenen anlamı ifade etmektedir (Saraç vd., 2015, s. 70).

Shaver ve arkadaşları (Shaver ve Hazan, 1988; Shaver, Hazan ve Bradshaw, 1988; Shaver ve Hazan, 1993), bebeklerin bakım verenlerine olan sevgisini ve onlara olan bağlılığını karakterize etmek için tasarlanan Bowlby'nin bağlanma teorisini, romantik aşk ve yetişkin çift ilişkilerini incelemek için bir çerçeve oluşturmak üzere genişletmeye çalışmışlardır. Bu çalışmalara göre romantik ilişkiler, Bowlby (1982) tarafından tanımlanan doğuştan gelen üç davranış sistemi olan bağlanma, bakım verme ve cinselliğin bir kombinasyonunu içermektedir (akt. Mikulincer, 2006, s. 23).

Bireylerin yetişkinlik döneminde sahip olduğu flört ve evlilik deneyimleri yaşamının önemli bir bölümünü kapsamakta ve diğer dönemlerini de etkilemektedir. Lopez ve arkadaşları (2019), romantik ilişkilerin bireylerin mental sağlığının çeşitli yönlerine etkisinin araştırıldığı 120 araştırma ile sistematik bir derleme çalışması gerçekleştirmiştir. Buna göre romantik ilişkinin sağlıklı veya sağlıklı yapıda olması bireylerin yaşam kalitesi, mutluluğu, sosyal katılımı ve genel olarak iyi oluşu üzerinde önemli rol oynamaktadır. Diğer yandan romantik ilişkiler yalnızca mental sağlığı ve yaşam kalitesini etkilememekte, fiziksel sonuçlara da sebep olmaktadır. Josefsson ve arkadaşlarının (2018) gerçekleştirdiği on iki yıllık boylamsal çalışmada yetişkinlerin romantik ilişkilerinde yaşanan süreçler ile sağlıkla ilgili davranışlarının ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda bir ilişkinin sona ermesinin vücut kitle indeksinde azalma, sigara içme olasılığında, fiziksel aktivite ve alkol tüketiminde artış sonuçlarını beraberinde getirdiği saptanmıştır. Yeni bir romantik ilişki bağı kurulurken ise bu etkilerin tersine döndüğü görülmüştür. Nitekim Wickrama ve arkadaşlarının (1997) evli bireylerle yürüttüğü araştırma sonucunda, romantik ilişki kalitesi ile bireylerin beden sağlığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir.

1.2.1. Romantik İlişkilerde Yakınlık

Yakınlık terimi, Latince “intimus” kelimesinin belirttiği “en içsel” anlamından gelmektedir. Yakınlık, yakında tutulan insanlara ve o insanlarla paylaşılanlara atıfta bulunarak en içteki alanı, güçlü bağlantıyı ve birlikteliği belirtmektedir (Yousef, 2013, s. 1). Dolayısıyla yakınlık, sosyal bir varlık olan insanın ruh sağlığı açısından önemli bir gereksinimdir (Akbay, 2015, s. 35).

Yakınlığın gelişimi ile ilgili belirli bir insan yaşamı dönemi sorumlu tutulamamaktadır. Bireyler, dünyaya gelişlerinden itibaren yaşadıkları deneyimler neticesinde kendilerine bir kimlik geliştirmektedir. Erikson’ un ortaya koyduğu psiko-sosyal gelişim kuramında ergenlik dönemi, “*kimlik gelişimine karşı rol karmaşası*” olarak tanımlanmıştır. Erikson, bu dönemin ardından kimlik arayışının ve rol karmaşasının bitişi ile birlikte yakınlık arzusunun belirlediğini ifade etmiştir (Gümüş, 2020, s. 33). Erikson’ a göre (1968, s. 23) bu gelişimsel dönemde kimlik gelişimi daha önce olup bitenler tarafından belirlenmekte ve ardından gelen tüm dönemleri etkilemektedir. Ancak günümüzde sanayi toplumu yapısının artması ile “*uzatılmış*

ergenlik” ve “*beliren yetişkinlik*” kavramları ortaya çıkmış ve kimlik gelişiminin yirmili yaşlar boyunca sürdüğü kabul görmeye başlamıştır (Atak, 2011, s. 164). Erikson, kimlik gelişiminin yakınlık gelişiminden önce gerçekleşmesi gerektiğini öne sürmektedir (Ercan, 2019, s. 208).

Kimlik gelişimi, duygusal olgunluk ve sosyal becerilerin şekillenmesi ile bireyler, psiko-sosyal ve ruhsal bir ihtiyaç olarak anlamlı yakınlıklar geliştirme eğiliminde olmaktadır. Romantik ilişkiler, yetişkinlik döneminden itibaren yakınlık ihtiyacının giderilmesinde büyük paya sahip olmaktadır. Romantik ilişkilerdeki yakınlık, partnerle kurulan yakınlığın düzeyini ifade eden bir kavramdır (Akbay, 2015, s. 35).

Glasser’in (1998) açıkladığı seçim teorisine göre insanlar çok erken yaştan itibaren istek ve ihtiyacımızı karşılayacağını düşündüğü fikirler yaratmaya başlar ve tüm hayatını bunları büyüterek geçirir. Diğer bir deyişle bireylerin erken çocukluk dönemlerinden itibaren deneyimledikleri, algıladıkları, gördükleri ve hissettikleri tüm olay ve durumların oluşturduğu inanç sistemleri, bireylerde bir ‘şema’ oluşturmaktadır. Bireyler, oluşturdukları şemalara uyan diğer bireyleri seçme, yakınlık duyma ve bir ilişki kurma eğilimindedir (akt. Zastrow ve Kirst-Ashman, 2016, s. 518). Çocukluk, ergenlik ve genç yetişkinlik gibi yaşamın erken dönemlerinde yaşanan olumsuz deneyimlerden dolayı oluşan uyumsuz şemalar, bireylerin gelecekteki ilişkilerinin ve partner seçimlerinin de olumsuz sonuçlanmasına sebep olabilmektedir (Savaş, 2021, s. 8). Bu noktada romantik ilişkilerde yakınlığı sağlayan etkenlerden birinin, partnerlerin birbirlerinin şemasına uygunluğu olduğu görülmektedir. Nitekim aynı dönemlerde oluşmaya başlayan bağlanma stilleri de yetişkinlikteki romantik ilişkilerde partnerlerin yakınlık kapasitesini etkilemektedir (Shaver ve Hazan, 1998, s. 499). Bağlanma teorisine göre bireyler, gelecekte kuracakları ilişkilerin şablonunu erken dönem çocukluklarından itibaren ebeveynleri veya bakım verenlerinin sunduğu örneklerle oluşturmaktadır. Oluşan şablon doğrultusunda yakınlık duyulan partner ile kurulan ilişkinin selameti, ebeveynlerin bireyin çocukluğundaki uyumu ve duyarlılığından etkilenmektedir. Uyumsuz, istikrarsız ve duyarsız mesajlarla büyümüş çocuklar gelecekte sağlıklı ilişkilere ve dolayısıyla flört şiddetine eğilim göstermektedir. Bu doğrultuda kendine güveni olmayan bireylerin romantik ilişki deneyimleri de dengesiz, takıntılı, yakınlık korkusu ve kıskançlık barındıran bir yapıya sahip olmaktadır (Hatipoğlu, 2010, s. 9).

Romantik ilişkilerdeki yakınlık ile ilgili pek çok farklı bileşenin varlığından sözü edilebilse de genel olarak karşılıklılığı, güveni, bağlılığı, sıcaklığı ve her açıdan yakın olmayı kapsamaktadır (Gümüş, 2020, s. 35). Lloyd' a göre (2011, s. 2) yakınlık, yetişkinliğin dönüm noktalarından biri olarak kabul edilen romantik ilişkilerin merkezi olarak tanımlanabilmektedir. Romantik ilişkilerde yakınlık; zaman içinde gelişen güven, kendini açma, duyguları paylaşma, takdir etme gibi bir ilişki içinde sevgi ve şefkat gibi özellikleri içeren bileşendir. Bagarozzi' ye göre (1997, s. 287) ise romantik ilişkilerde yakınlığın dokuz farklı boyutu mevcuttur. Bunlar; duygusal, psikolojik, entelektüel, cinsel, ruhsal, estetik, sosyal ve eğlence amaçlı, fiziksel ve zamansal yakınlık olarak tanımlanmıştır. Ercan' ın (2019, s. 222) gerçekleştirdiği romantik yakınlığa dair ölçeği geliştirme çalışmasında kendini açma, fiziksel çekim, destek ve güven olarak dört alt boyut saptanmıştır.

Sternberg (1998, s. 6) çalışmasında sevgi üçgeninin bileşenlerinden biri olan yakınlığın en az aşağıdaki on elementi içermesi gerektiğini belirtmiştir:

- a) Sevilen kişinin/partnerin refahını artırma arzusu,
- b) Sevilen kişi ile mutluluğu deneyimleyebilmek, onun partnerliğinden hoşnut olmak,
- c) Sevilen kişiye saygı duymak ve onu takdir edebilmek,
- d) İhtiyaç anlarında sevilen kişinin orada olacağını bilmek,
- e) Sevilen kişi ile karşılıklı anlayışa sahip olmak,
- f) Sevilen kişiyle kendini ve zamanını olduğu kadar varlıklarını, malını ve mülkünü de paylaşabilmek,
- g) Sevilen kişiye duygusal destek vermek,
- h) Sevilen kişiyle yakın, derin ve dürüst iletişim kurabilmek ve en samimi duyguları paylaşabilmek,
- i) Sevilen kişiye ve varlığına değer vermek (Sternberg, 1998, s. 6).

1.2.2. Romantik İlişkilerde Kıskançlık

Kıskançlığın kelime kökeni, Latince kuvvetli duygular ile bağlantılı rekabet ve gayret anlamına gelen “zelos” kelimesidir (Pines, 2003, s. 16). Kıskançlık, haset kelimesine benzer anlamda da kullanılabilir. Aksoy (2019, s. 30), bu iki kavramın farkını; haset etmeyi bireyin sahip olmadığı bir şeyi istemesi olarak, kıskançlığı ise sahip olduğunu korumaya çalışırken verdiği tepki olarak ifade ederek açıklamıştır.

Romantik ilişkiler bağlamında kıskançlık, süregelen romantik ilişkide algılanan bir tehdidin varlığı ile ilişkinin tehlikede olduğu düşüncesinin sebep olduğu koruma duygusu ve düşüncesini takip eden bir tepkidir. Romantik ilişkilerdeki tehdit, gerçek ya da imgesel olabilmekle birlikte çoğunlukla üçüncü bir kişi yani rakip olarak algılanan birinin varlığı durumudur (Aksoy, 2019, s. 30). Kıskançlık; üzüntü (kayıp), öfke (ihanet), korku veya endişe (yalnızlık) gibi duyguları uyandırabilen bir durumdur. Romantik kıskançlık karmaşık bir duygu olmakla birlikte kişi, çift ve rakip için ölüme kadar varan olumsuz sonuçlar doğurabilmesinden dolayı halk sağlığı açısından oldukça önemli bir olgudur (Martinez-Leon, 2017, s. 203).

Romantik ilişkilerde kıskançlığın birey ve ilişkiye faydaları ve zararlarına yönelik alan yazında farklı araştırmalar bulunmaktadır. Genel anlamda kıskançlığın bireye ve ilişkiye zarar verdiği görüşü yaygın olsa da, bazı çalışmalar romantik kıskançlığın ilişki memnuniyetine olumlu etkileri olan işlevsel bir duygu olduğunu ifade etmiştir (Mathes, 1986; Dugosh, 2000; Fleischmann vd., 2005). Nitekim Pines (2003, s. 15), kitabında birinde kıskançlığın “kaçılması gereken bir canavar”, diğerinde ise “aşkın bir gölgesi” olarak ifade edildiği iki farklı görüşe de yer vermiştir.

Kıskançlık içsel olarak yaşanıp, dışsal olarak ifade edilebilmektedir. Pines (2003, s. 17), kıskançlığın içsel öğelerini üzüntü, kızgınlık, acı, öfke gibi duygular; karşılaştırma, kendine acıma, yaratılan imaja yönelik kaygı gibi düşünceler; kızarma, terleme, titreme ve uykusuzluk yaşama gibi fiziksel emareler olarak üç gruba ayırmıştır. Kıskançlığın dışsal öğeleri ise sesini yükseltme, ağlama, tehditle ilgili açıkça konuşma veya görmezden gelme ve şiddet uygulama örnekleri verilerek açıklanmıştır.

Kıskançlığa yatkınlık veya tetikleyici bir olay sonucu hissedilmeye başlanan bu karmaşık tepki, çeşitli biçimler ve yoğunluk derecelerinde ortaya çıkmaktadır (Fleischmann vd., 2005, s. 50). Aksoy (2019, s. 30), çalışmasında tetikleyici faktörleri

dört grup halinde ele almıştır. Buna göre romantik ilişkide partneri kaybetme kaygısını tetikleyen faktörler; partnerin başka biriyle ilgilenmesi, başka birinin sevilen kişiye ilgi göstermesi, partnerin geçmişteki romantik partneriyle etkileşime geçmesi ve partnerin şüphe uyandırıcı tavırları olarak gruplanabilmektedir. Martinez-Leon ve arkadaşları (2017, s. 204), çalışmasında romantik kıskançlığın güvensiz ve kaygılı bağlanma, düşük benlik saygısı, partnere güvensizlik ve aşkın yüksek düzeyde yaşanması ile ilişkili olduğunu belirtmektedir.

Romantik ilişkilerde kıskançlığın farklı türleri mevcuttur. Şahin (2019, s. 3), çalışmasında kıskançlık türlerinin temelde üç grupta ele alınabileceğini belirtmiştir:

- a) Tepkisel kıskançlık: Romantik ilişkinin sürdürüldüğü partnerin bir başkasına duygusal veya cinsel ilgisi sonucunda ortaya çıkmaktadır.
- b) Sahiplenici/önleyici kıskançlık: Partnerin başkası ile olan romantik ilişkisini engelleme girişimlerini ifade etmektedir.
- c) Kaygılı kıskançlık: Partnerin bir başkasıyla olası romantik ilişkisinden endişe duymaktır.

Martinez-Leon ise (2017, s. 204) çalışmasında kıskançlık türlerinin üç grupta sınıflanabildiğini belirtmiştir:

- a) Duygusal kıskançlık: Algılanan tehdide gösterilen tepkiyi ifade etmektedir.
- b) Bilişsel kıskançlık: Partnerin aldatmasıyla ilgili endişeleri içermektedir.
- c) Davranışsal kıskançlık: Partnerin davranışlarını yakından izlemeyi belirtmektedir. Kıskançlığı yaşama ve gösterme biçimi yaşanan kültür, ilişkinin dinamikleri ve bireyin karakter özelliklerine göre değişmektedir (Aksoy, 2019, s. 31).

1.2.3. Romantik İlişkiler ve Dış Görünüş

Yaşamın birçok alanında olduğu gibi romantik ilişkilerde de dış görünüşün rolü mevcuttur. Romantik anlamda çekiciliği oluşturan başka faktörler olsa da bireylerin müstakbel bir partner hakkında fark ettikleri ilk şey görünüş faktörüdür (Webb, 2009, s. 7). Fiziksel görünüş faktörünün önemi tüm cinsiyetler için geçerli olduğu için her bireyde görünüşe ilişkin baskı oluşturabilmektedir (Todosijevic vd., 2003, s. 117).

Görünüşün partner seçimindeki etkisini kuramlar aracılığıyla incelemek mümkündür. Fiziksel görünüş ve partner seçimi arasındaki ilişkiyi evrimsel bağlamda ve sosyo-kültürel temelde açıklayan iki kuram bulunmaktadır. Evrimsel etkiler sosyo-kültürel rolleri şekillendirmede rol oynadığından bu iki açıklama şekli tam olarak birbiri ile çatışmamaktadır (Feingold, 1990, s. 991).

a) Evrimsel Psikoloji: Evrimsel psikoloji güzellik ve çekicilik algısının biyolojik temellerinin sonradan öğrenilmiş sosyo-kültürel standartlardan daha güçlü olduğunu ileri sürmektedir. Bu doğrultuda, partner seçiminde arzulanan görünüşe dair tercihlerin evrimsel uyarlamalar olduğu savunulmaktadır (Neagu, 2015, s. 29). Evrimsel psikoloji, insanların eş seçim kriterlerindeki cinsiyet farklılıklarıyla ilgili bir bakış açısı sunmaktadır. Buna göre, bir Homo sapiens dişisinin üretebileceği yavru sayısı sınırlı olduğu için evrimsel psikoloji, yavrularını yetiştirmek için yeterli kaynakları sağlayabilecek partner adaylarını destekleyecektir. Dişi üreme stratejisi, gerekli kaynakları sağlayabilen ve sağlamaya istekli partnerleri seçmek üzerine kurulmaktadır. Dolayısıyla evrimsel psikoloji açısından dişilerin eş seçimi kriterleri, müstakbel partnerin gerekli kaynaklar üzerindeki kontrolü ve ilgili kişilik özelliklerini (hırs, baskınlık, çalışkanlık) gösteren işaretleri içermektedir (Buss, 1989, s. 2). Erkeklerin üreme ile ilgili sınırlandığı konu ise üretilen yavru sayısı değil, doğurganlık özelliğine sahip dişileri bulabilmektir. Dişilerin doğurganlık potansiyelinin yaş ve sağlıkla yakından ilişkili olması ve bu özelliklerin dışarıdan tespitinin zor olması sebebiyle erkekler, fiziksel ve davranışsal ipuçlarını dikkate almıştır. Bu noktada fiziksel görünüş Homo sapiens erkeklerinin kullanacağı en belirgin ipucudur (Todosijevic vd., 2003, s. 117). Sonuç olarak evrimsel psikoloji, partner seçiminde etkili olan dış görünüş özelliklerinin biyolojik ve evrimsel güdülerle ilişkili bir temeli olduğunu ileri sürmektedir.

b) Sosyo-kültürel Kuram: Sosyo-kültürel kuramın görünüşe dair temel açıklamasına göre toplumlar, insanların dış görünüşüne ilişkin belirli sosyal idealler geliştirerek bunları kültürel kanallarla aktarmaktadır. Ardından bu idealler, toplumdaki bireyler tarafından içselleştirilmekte ve bireylerin bedenlerinin bu ideallere uygunluğuna bağlı olarak birey yaşamında görünüşüne dair kaygı veya memnuniyet oluşturmaktadır (Neagu, 2015, s.

30). Ek olarak insanların, toplumun belirlediği ideal görünüşe sahip bireylere sosyal açıdan arzu edilen özellikleri atfetme eğilimleri bulunmaktadır. Diğer bir deyişle güzel, yakışıklı ve fiziksel olarak çekici bulunan bireyler aynı zamanda sosyallik, samimiyet ve zeka gibi özelliklerle bağdaştırılmaktadır (Feingold, 1990, s. 991). Dolayısıyla görünüş, sosyo-kültürel olguların aracılığında partner seçimi sürecinde önemli bir faktör olmaktadır.

Sosyal görünüş kaygısı temelde görünüş sebebiyle olumsuz geri dönüş alma korkusudur (Warren, 2017, s. 10; Teresa Sharon vd., 2021, s. 1212). Aynı zamanda sosyal görünüş kaygısı reddedilme duyarlılığı ile de ilişkilidir (Hawes, vd., 2020). Bu durum romantik ilişkiye başlamadan önceki süreçte oldukça önemlidir. Deng ve arkadaşlarının (2018, s. 299) gerçekleştirdiği çalışmada, romantik ilişkisi olmayan bireylerin romantik olarak reddedilme hassasiyetlerinin daha yoğun olduğu bulunmuştur. Webb'e göre (2009, s. 7) görünüşün önemi yalnızca ilişkinin başında değil ilişki sürecinde ve hatta evlilikte de sürmektedir. Furman ve Winkles'ın (2010, s. 10) gerçekleştirdiği çalışmada fiziksel görünüş romantik ilgi ve romantik yaşamdan memnuniyetle ilişkili bulunmuştur. Dış görünüşün toplumun bu denli odağında olduğu bir düzende bireylerin, yaşamın her alanında olduğu gibi romantik ilişkilerinde de görünüşlerine dair kaygı yaşaması oldukça mümkündür.

1.3. Mizojini Kavramı

Türkçe karşılığı “kadın düşmanlığı” olan mizojini terimi, kadınlara karşı nefret anlamına gelen Yunanca kökenli ‘mīsoguníā’ kelimesinden türemiştir. Etimolojik olarak incelendiğinde ‘misein’ kelimesi nefret etmek, ‘gynē’ kelimesi ise kadın anlamlarına gelmektedir. Kadın düşmanlığı; cinsiyetçilik, ataerkillik, ayrımcılık, cinsel taciz, kadınların aşağılanması, kadına yönelik şiddet ve cinsel nesneleştirme gibi çeşitli biçimlerde şekillenmiştir (Baydar, 2014, s. 7; Srivastava vd., 2017, s. 111). Diğer bir söylemle mizojininin kapsadığı tutum ve davranışlar geniş bir yelpazeye sahip olsa da genel anlamda kadınlara karşı duyulan nefret, düşmanlık korku ve güvensizlik duygularını ifade etmektedir (Evrenol Öçal, 2019, s. 9). Flood ve arkadaşlarına (2007, s. 443) göre mizojini, binlerce yıldır kadınları güç ve karar alma konusunda sınırlı erişime sahip ikincil konumlara yerleştirmeye çalışan, ataerkil veya erkek egemen toplumlara eşlik eden bir ideoloji olarak işlev görmektedir.

Mizojini, “cinsiyetçilik” altında ele alınabilecek bir terim değildir. Mizojini ve cinsiyetçilik benzer kaynaklardan beslenerek ortaya çıksa da mizojininin sonuçları cinsiyetçiliğin yarattığı sonuçlardan daha ağır olmaktadır (Altun, 2019, s. 26). Diğer bir deyişle mizojini, kadın sorunları bağlamında cinsiyetçilik terimine oranla daha kapsayıcı ve şiddetli bir algı ve tutum düzeyini temsil etmektedir (Evrenol Öçal, 2019, s. 9).

Holland (2006) “dünyanın en eski önyargısı” olarak tanımladığı mizojininin, Batı toplumunun dünyayı nasıl gördüğünü anlamaya yardımcı olan Yunan düşünürlerin eserlerindeki kibirli felsefi düzlemde günümüze kadar birçok farklı düzeyde görüldüğünü ve çoğaldığını ifade etmiştir. Herhangi bir nefret türünün kökeninde çıkarlar, çatışmalar, önyargılar sonucunda gelişen düşmanlık yatmaktadır. Bu sebeple mizojininin tarihini tam olarak açıklamak karmaşık bir meseledir.

Mizojininin tarihi incelendiğinde ele alınabilecek en eski referanslar mitler ve dinsel öğretiler olmaktadır. Bu noktada mizojiniye dair farklı kültürlerde benzer anlatılar mevcuttur. Hristiyan ve Yahudilerin insanlığa dair her şeyin başlangıcını anlatan kitap olarak kabul ettikleri Yaratılış Kitabı’nda (The Book of Genesis) geçen ‘Eve’ (Holland, 2006, s. 24), Yahudi mitolojisinde bahsi geçen ‘Lilith’, Sümer mitolojisindeki ‘Ninti’den gelen ve İbrahimi dinlerde ilk yaratılan kadın olarak kabul edilen ‘Havva’ (Altun, 2019, s. 12) ve Yunan mitolojisindeki ‘Pandora’ ve ‘Helen’ (Evrenol Öçal, 2019, s. 12), mizojininin temelleriyle ilişkilendirilebilecek, benzer hikayelere sahip figürlerdir. Tüm bu hikayelerdeki ortak nokta kadınların aldatici, kötülüklerin kaynağı olarak gösterilerek olumsuz bir imaja maruz bırakılmasıdır. Diğer bir deyişle kadınlar, uzunca bir süredir toplumun “*günah keçisi*” olarak yaftalanmaya maruz kalmışlardır (Flood vd., 2007, s. 443).

Yunan mitolojisine dayanan kadın düşmanı gelenek, ona verilen kutuyu açması ile dünyaya her türlü suçu, kötülüğü ve belayı yayan Pandora efsanesini anlatan Hesiod’un (MÖ 700 civarı) “*İşler ve Günler - Tanrıların Doğuşu*” eseri ile başlar (Okin, 2013, s. 15). Hesiod’a göre erkekler kadınlardan önce yaratılmış ve kadınlar gelmeden önce Tanrıların yoldaşı olarak, barış içinde bir arada yaşamışlardır (Srivastava vd., 2017, s. 111). Bu süreç erkeklerin kendisini kandırma teşebbüsünün ardından Zeus’un onları cezalandırmaya karar vermesine kadar sürmüştür. Bu doğrultuda Zeus, ilk kadın olan Pandora’yı erkeklere bir tuzak olarak “hediye” formunda göndermeyi planlamıştır. Yunan Tanrıları Pandora’ya güzellik, şeytanlık, sinsilik ve kötü bir ahlak yüklemiştir.

Epimetheus ile evlendirilen Pandora'ya Tanrılar tarafından çeyiz olarak verilen kutuyu asla amaması gerektiği söylenmiştir. Ancak merakına ve hırsına yenik düşen Pandora kutuyu açmıştır. Efsaneye göre bu kutunun açılmasıyla içindeki kötülük ve talihsizlik tüm dünyaya yayılmış ve insanlığın felaketi olmuştur (Holland, 2006, s. 24). Hesiod'a göre kadının ortaya çıkışıyla, insan ırkının kaçınılmaz yozlaşması ve erkeğin ebedi cezası başlamıştır (Okin, 2013, s. 15). Bu efsane ile Yunan mitolojisindeki mizojinik algı görülmektedir. Buna göre kadınların, eril figürler olan Tanrılar tarafından erkeklerden sonra yaratılması ile ikinci planda olduğu ve kadınlara "kötülüklerin öncüsü, anası ve sebebi" gibi olumsuz niteliklerin yüklendiği görülmektedir (Baydar, 2014, s. 3).

Orta ağda mizojinik algı ve tutumların genellikle kadın bedeni ve cinselliği üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir (Baydar, 2014, s. 7). Orta ağda bedene yönelik sıkı disiplin ve denetim oldukça yaygındır (Berkday, 2012, s. 143). Özellikle bu denetimlerin kadınlar üzerindeki boyutu mizojinik olarak nitelendirilebilecek düzeydedir. Bu ağda kadınların sahip olduğu cinsellik güdüsü, açgözlü ve doyumsuz olarak nitelendirilmiş ve erkeklerin erilliğine tehdit olarak görülmüştür (Flood vd., 2007, s. 443). Orta ağda özellikle Avrupa bölgesinde hakim olan kadınların "cadı" olduğu görüşü, kadınlara mizojinik eylemlerin zirvesini yaşatmıştır. Kadınların tatmin olmak için Őeytanla iş birliği yapabileceği, geceleri evlerinde kullandıkları süpürgeler ile uçarak kötü amaçlarla toplandıklarına ve by yaptıklarına olan inançlar sebebiyle "cadı avı" olarak nitelendirilen katliam orta çağda gerçekleşmiştir (Altun, 2019, s. 21). Bu dönemde başlayan kadınların bedenlerinde konumlanmış tutkular ve bedensel işlevlerle ilişkilendirilmesi basmakalıbı, modern dönemlerde de kadınların yönetici ya da düşünür olamayacak kadar istikrarsız, kirli ve duygusal olarak görülmesine sebep olmuştur (Flood vd., 2007, s. 443).

Toplumlarda modernleşmenin başladığı yeni çağda, orta çağa benzer mizojinik algı ve tutumlar mevcuttur. Orta ağda cadı avlarının devam etmesinin yanı sıra kadınların menstrüasyon özelliğinin uğursuzluk olarak nitelendirilmesi ve bedenlerine dair çeşitli baskılara maruz kalmaları söz konusudur. Ayrıca bu dönemde kadınlar; evlenene kadar babalarının, evlendikten sonra eşlerinin himayesi altında olan, hayatının hiçbir döneminde söz sahibi olamayan, tek vasfı annelik ve ev içi işler olarak görülen bir durumdadır (Evrenol al, 2019, s. 15).

Sanayi Devrimi, kadınların iş yaşamına katılmasına yol açmıştır. Bu dönemde kadınlar evden çıkarak kamusal alana girse de onları toplumda ikincil planda tutulma çabaları bitmemiş, kadınlar her alanda maruz kaldıkları mizojinik aksiyonlarla engellenmişlerdir (Baydar, 2014, s. 4). Ancak sanayi devrimi ile mizojininin günümüzde de yoğun olarak görüldüğü yeni bir alan eklenmiştir: endüstriyel mizojini. Buna göre erkeklerle aynı işi yapan kadınlar, erkeklerden daha az kazanmaktadır. Ayrıca dönemin en önemli gündemi olan işgücü sorunu ile çocuk dünyaya getirmek teşvik edilse de hamile olan ve doğum yapan kadın işçilere kötü muamele gösterilmiştir (Evrenol Öçal, 2019, s. 15).

Binlerce yıldır baskı altına alınmış olan kadınların insan olarak hakları göz ardı edilmiş, kadınlar toplumun geri plandaki bir parçası olarak muamele görmüş ve rolleri ev işleri ve doğumla sınırlandırılmıştır. Çalışmanın bu bölümünde belirtilen mizojinik tutum ve davranışların yarattığı baskı, tarihin halen devam eden en uzun hareketi olan feminizmi doğurmuştur (Srivastava vd., 2017, s. 111). Feminizm, temelde cinsiyetlerin her alandaki eşitliğini savunan, kadın haklarını koruma amaçlı gerçekleştirdiği bir dizi sosyo-politik hareket ile kadınların sosyal yaşamda karşılaştıkları sorunları çözmeye çalışan bir ideolojidir (Baydar, 2014, s. 2). Feminist hareketler, üç dalga şeklinde ortaya çıkmış ve kadın sorunlarının farklı yönlerine odaklanmıştır. Birinci feminist dalga, yaklaşık olarak 1840'lı yıllardan 1920'ye kadar olan, temelde kadınların oy verme hakkını savunan siyasal talepleri içeren süreçtir (Flood vd., 2007, s. 205). 1960 ve 1980 yıllarını kapsayan ikinci dalga feminist hareketlerde, kadınlar için yasal ve sosyal eşitlik için çaba gösterilmiştir. İkinci dalga; kadınların üreme hakları, yasal eşitsizlikler, aile içi şiddet, kadının kamusal alandaki görünürlüğü ve boşanma hukuku konularını içermiştir. İkinci dalga yaklaşık kırk yıl öncesini ifade etmesine rağmen, sosyal konuları kapsamına en geniş alan hareketleri içerdiği için günümüze de ışık tutmaktadır. Üçüncü dalga feminizm, cinsel özgürlüğün kadın özgürlüğünün temel unsurlarından biri olduğunu vurgulamaktadır (Srivastava vd., 2017, s. 111).

1.3.1. Günümüzde Mizojinik Algı ve Tutumlar

İçinde bulunduğumuz dönemdeki popüler kültür araçlarının yarattığı tüketim alışkanlığı, toplumsal anlamda büyük etkiler yaratmaktadır. Haberler, diziler, filmler, televizyon programları, müzik, reklamlar, bilgisayar oyunları ve sosyal medya gibi

popüler kültüre ait unsurların içeriği, birey ve toplum algısına yön veren bir özelliğe sahiptir. Günlük yaşamımıza yerleşmiş olan bu unsurlarda kadın düşmanlığına dair oldukça fazla mesaj, söz, sahne, konu ve içerik mevcuttur (Baydar, 2014, s. 10).

Günümüzde mizojinik algı ve tutumların en yaygın görülen şeklinin şiddet türleri (fiziksel, sosyal, psikolojik, ekonomik, kültürel, cinsel vb.) olduğu söylenebilir (Bozkur vd., 2019, s. 185). Fiziksel şiddet popüler kültür unsurlarında yoğun olarak yer almaktadır. Fiziksel şiddeti gösteren sahnelere sahip dizi ve filmler veya şiddet anlatan sözlere sahip müzik parçaları günlük yaşamda sıkça karşılaşılan unsurlar olduğu için mizojinik algı ve tutumların normalleşmesine sebep olmaktadır (Evrenol Öçal, 2019, s. 4). Sosyal anlamda pek çok kadının sosyal katılımı, çeşitli faktörler tarafından engellenmekte ve kadınlar izole olmaya zorlanmaktadır. Kadınların maruz kaldığı psikolojik şiddet; aşağılanmak, küçük düşürülmek, kontrol edilmek, cezalandırılmak, tehdit edilmek, küçümsenmek ve manipüle edilmek şekillerinde görülmektedir. Psikolojik şiddet, oldukça sık görülmesine rağmen diğer şiddet türleri kadar ciddiye alınmamaktadır, fakat çıktıları diğer şiddet türlerine benzerdir (Capezza ve Arriaga, 2008, s. 613). Ekonomik olarak kadınların özgürlüğünün kısıtlanması ve ayrıma uğraması mizojini tarihinde her daim var olmuştur. Günümüzde artan ekonomik bağımsızlıklarıyla birlikte kadınlar, erkeklerin istismarına veya ihmaline eski dönemlerdeki gibi tahammül etmemektedir (Flood vd., 2007, s. 283). Mizojinik tutumların kültürel şiddet yönü; genç yaşta veya zorla evlendirme, namus gerekçeli cinayetler, kadın genital mutilasyonu, kadına yalnızca anne ve eş rollerinin yüklenmesi şeklinde görülebilmektedir (Bozkur vd., 2019, s. 185). Cinsel şiddet, hem yabancılar tarafından hem de romantik ilişki/evlilik içerisinde partner tarafından kadınlara yaşatılabilen cinsel saldırıları ifade etmektedir. Baydar (2014, s. 20) çalışmasında video oyunlarında yer alan nesneleştirilmiş kadın figürlerinin oyuncularda cinsel şiddet eğilimini artırdığını belirtmiştir.

Mizojini tarihi boyunca oluşturulmuş algı ve tutumlar, çevrimdışı/sosyal/bire bir ortamlarda her zamanki varlığını sürdürürken, çağımızın gelişmeleri doğrultusunda çevrimiçi ortamlarda da görülmeye başlamıştır. Kadınlar hakkında aşağılayıcı ve şiddet içeren bir dilin kullanılması, kadın istismarının gerekçelendirilmesi ve hatta yüceltilmesi dahil olmak üzere çevrimiçi mizojinik dil kullanımı, neredeyse on yıldır sosyal medya platformlarında görülmektedir (Dehingia vd., 2021, s. 1). Diğer bir söylemle teknoloji, mizojiniyi kolaylaştırmış ve yeni mizojinik tutumlar ortaya çıkarmasına yol açmıştır.

Kadınlar çevrimiçi ortamlarda herhangi biri tarafından cinsel veya fiziksel şiddet tehditlerine, rızaları dışındaki paylaşımlara, görüntülerinin manipülasyonuna, küçük düşürülme, hakarete uğrama gibi pek çok mizojinik tutumlara maruz kalabilmektedir (Ging ve Siapera, 2018, s. 516).

1.3.2. Beden ve Mizojini

Tarih boyunca beden, insan ilişkilerinin önemli bir parçasını kapsamıştır. Dolayısıyla bedene yönelik idealleştirmeler, karşılaştırmalar ve yargılamalar da bu doğrultuda varlığını sürdürmektedir. Bedene ilişkin baskılara maruz kalanlar ise çoğunlukla genç kadınlar olmuştur (Mousa ve Mashal, 2011, s. 255).

Mizojinik tutumlar genellikle kadınların bedenlerine odaklanarak, onları nesneleştirmekte ve metalaştırmaktadır. Nitekim Holland,

“Son birkaç bin yıldır erkek tarafından yaratılan dini, sosyal ve politik öğretiler ve kurumlar kadın bedenini kontrol etmek için çabalamasaydı, bir kadın düşmanlığı tarihi yazmaya gerek olmazdı” (2006, s. 172) ifadesiyle mizojininin doğuşunu, ataerkil düzen unsurlarının kadın bedeni üzerindeki hakimiyet çabasına bağlamıştır.

Kadın bedeni, çağlardır eş zamanlı olarak hem takdir görmüş hem de aşağılanmıştır (Spengler, 2014, s. 15). Kadın bedeninin dünyaya insan getirebilme gücünün ölüme sebebiyet verdiği ve güzelliğinin erkeklerde şehvet duygusu yaratarak onları tehlikeye sürükleyebildiği şeklindeki inanışlar, kadınların kısıtlanması, örtünmesi ve geri planda kalmasına yönelik mizojinik tutumların görülmesine yol açmıştır. Başka bir söylemle kadın bedeninin sahip olduğu güç, ataerkil toplum ve kültürleri her daim korkutmuştur (Altun, 2019, s. 21).

Zamanla erkek egemen toplumlarda, kadın bedenine ve davranışlarına ilişkin kısıtlamalar, “toplum ahlakını koruma” ve “namus” gibi gerekçelerle meşrulaştırılarak toplumsal bir olgu haline getirilmiştir. Bu toplumlarda erkeğin gücü, kadını denetleme başarısıyla orantılıdır ve bu denetlemenin en somut göstergesi kadın bedeninde görülmektedir (Berktaş, 2012, s. 114).

Batı kültüründeki beden ve mizojini ilişkisi incelendiğinde “güzellik miti” ön plana çıkmaktadır (Jeffreys, 2005, s. 1). Her dönemde varlığını gösteren güzellik standartlarının değişmeyen tek özelliği, kadınları dönemin standardına uymaya

sürüklemesidir. Örneğin 17. yüzyılda bu standartlar kadınların korse giyerek bedenlerini zorlamasını ve solgun kalmak için çeşitli ilaçlar kullanmalarını gerektirmiştir (Evrenol Öçal, 2019, s. 15). Günümüzde ise moda ve sanat endüstrisi, sosyal medya kullanımının yaygınlaşması, estetik ve plastik cerrahinin ulaşılabilirliği, kadınları “ideal” olarak gösterilen biçime uymaya zorlamaktadır. Bu baskının içselleştirilmesiyle bedene ilişkin olumsuz algılar gelişmekte, beden memnuniyetsizliği ve sosyal görünüş kaygısı ortaya çıkmaktadır. Son yirmi yılda kadınların bedenleri üzerinde gerçekleştirdikleri güzellik uygulamalarının acımasızlığı çok daha şiddetli hale gelmiştir (Jeffreys, 2005, s. 1). Dolayısıyla bedene ilişkin baskıların kadınların beden algısına ve sonuçları ile bedenine verdiği zararlar, mizojini kapsamına girmektedir (Jeffreys, 2005, s. 4). Diğer yandan bazı toplumlarda ise çeşitli mizojinik baskılara maruz kalan kadınlar bedenlerini, özelliklerini ve benliklerini dahi keşfetme fırsatı bulamadan yaşamaktadır.

1.3.3. İçselleşmiş Mizojini

İçselleştirilmiş baskı, marjinalize edilmiş veya ayrımcılığa uğramış bir grup içindeki bireylerin, kendilerine veya gruplarının diğer üyelerine dayatmak için dışarıda maruz kalınan muameleleri benimsediği bir olgudur. Dışarıdan maruz kalınan basmakalıplar ve beklentiler zamanla içselleştirilerek, bilinçsiz ve istemsiz bir tutuma dönüşmektedir (David, 2014, s. 8).

Kadınlar sosyal, politik, akademik ve endüstriyel alanlar başta olmak üzere yaşamın pek çok yönünde cinsiyetçi söylemlere ve mizojinik tutumlara maruz kalmaktadır. Mizojini, her zaman yaygın şekilde erkeklerin desteğini almasına rağmen, kadınlar tarafından da benimsenerek diğer kadınlara ve hatta kendilerine karşı uygulanabilmektedir (Flood vd., 2007, s. 443). Gartler (2015, s. 15) içselleşmiş mizojiniyi şöyle açıklamıştır: “bir kadının veya bir grup kadının, kadınlığa dair olumsuz stereotiplerin ve kadın nefretinin tamamını veya bir kısmını kendi kimliğine ve benlik kavramına içselleştirmesini içeren bir süreç”

Erkeklerin yansıttığı mizojinik algı ve tutumlar bir dışsallaştırma davranışı örneği iken, kadınların hemcinslerine ve kendilerine duyduğu düşmanlık hissi içselleştirme davranışını göstermektedir. Bu doğrultuda çalışmada, kadının kadına düşmanlığı “içselleşmiş mizojini” kavramıyla ifade edilmiştir.

Literatürde içselleşmiş mizojiniye dair çalışmalar, içselleşmiş cinsiyetçilik konusundaki çalışmalara oranla çok daha az sayıda mevcuttur (Spengler, 2014, s. 2). Diğer yandan kadınların içselleşmiş cinsiyetçiliği ile ilgili çalışmalardaki tanımın, içselleşmiş mizojini kavramı ile örtüştüğü görülmektedir (Dehlin, 2018, s. 4; Means, 2021, s. 2). Mizojini başlığı altında ele alındığı üzere cinsiyetçilik ve mizojini kavramları aynı anlamlara gelmemektedir. Cinsiyetçilik iki farklı grubu içermektedir, fakat içselleşmiş cinsiyetçilik ezilen grupta oluşmaktadır. Ataerkil toplumlarda ezilen grup kadınlar olduğu için içselleşmiş cinsiyetçilik ve içselleşmiş mizojini aynı anlamı taşımaktadır (Bearman vd., 2009, s. 14). Bu noktada her iki kavramla anlatılmak istenen kadınların dışarıdan maruz kaldığı cinsiyetçi algı ve tutumları hemcinslerine ve kendilerine yansıtmasıdır.

Spengler'a göre (2014, s. 2) içselleşmiş kadın düşmanlığı iki ana unsurdan oluşmaktadır. Bunlar, kendini nesneleştirme ve toplumsal cinsiyet rollerinin pasif kabulüdür. Kendini nesnelleştirme, kadınların erkek ve toplum bakışını içselleştirdikleri ve kendilerine cinsel nesnelere değer atfettikleri, böylece bedenleriyle ilgili öznel deneyimlerini bir kenara attıkları süreçtir. Kendini nesneleştirme unsuru depresyon ve yeme bozukluğu ile ilişkilidir.

Mizojininin içselleştirilmesine varan süreçteki diğer önemli unsur ise toplumsal cinsiyet rollerinin kabul edilmesidir. İnsanlar, doğdukları andan itibaren biyolojik cinsiyetleri doğrultusunda belirli rol ve beklentilere maruz kalmaktadır. Toplumsal cinsiyet olarak kavramsallaştırılmış bu durum etnik köken, sosyo-ekonomik durum, yaş, cinsiyet, yaşanılan toplum, feminizme dair farkındalık veya cinsiyetçiliğe maruz kalma gibi faktörlerle değişim göstermektedir. Geleneksel cinsiyet rollerine katılıp katılmamak veya benimsemek ise kişinin kendi kimliği ve bakış açısı oluştuğunda belirlenmektedir (Lee, 2017, s. 5). Ancak özellikle ataerkil toplumlarda cinsiyete ait rol ve beklentiler, aileyle başlayarak akranlarla iletişime geçilen ve sosyalizasyon yaşanan süreçlerde oldukça fazla maruz kalındığından dolayı içselleştirilmektedir. Toplumsal cinsiyet rollerinin pasif kabulü unsuru, psikolojik sıkıntı ve kapalı kimlik ile ilişki göstermektedir (Spengler, 2014, s. 3).

Alan yazındaki çalışmalarda içselleşmiş mizojini; düşük benlik saygısı, olumsuz beden imgesi, beden memnuniyetsizliği, yeme bozukluğu, kısıtlamalar ve depresyon ile ilişkilendirilmiştir (Spengler, 2014, s. 9; Gartler, 2015, s. 16; Dehlin, 2018, s. 4;

Rahmani, 2020, s. 11). Rahmani (2020, s. 8) çalışmasında içselleşmiş mizojiniyi bir başa çıkma stratejisi olarak ele almıştır. Buna göre içselleştirme, toplumsal stresörlerle başa çıkmak için uygulanan bir mekanizmadır ve içselleşmiş mizojinideki stresör ayrımcılıktır. Bu doğrultuda kadınlar cinsiyetleri ile ilgili dışsal baskı ve stresi benimseyerek kendilerine ve diğer kadınlara uygulayabilmektedir. Bozkur (2020, s. 1983) çalışmasında kadınlar tarafından içselleşmiş cinsiyetçiliğin en yaygın biçimde altı şekilde gözlemlenebildiğini belirtmiştir. Çalışmada bu içselleşmiş cinsiyetçilik biçimleri; kendini nesneleştirme, kadınlar arası rekabet, kötüleme, içselleşmiş güçsüzlük inancı, benlik kaybı/kendinden ödün verme ve kendini geçersiz kılma olarak ele alınmıştır.

1.4. Sosyal Görünüş Kaygısı, Romantik İlişkiler ve Mizojini İlişkisi

İnsan doğasında, onay görme ve beğenilme isteği mevcuttur (İrkörücü Küçük, 2018, s. 17), bu arzuların tatmin olmadığı veya tehlikede olduğu durumlarda kaygı gelişmektedir. Özellikle yetişkinlik döneminde sosyal yaşamın en büyük parçasını kapsayan romantik ilişkilerden alınan onay görme ve beğenilmeye ilişkin geri bildirimler bireyin benlik algısını tümüyle etkilemektedir (Abak, 2019, s. 27).

Görünüşün, toplumun birçok sosyal alanında olduğu gibi romantik ilişkiler konusundaki varlığı da kaçınılmazdır. Hem erkekler hem de kadınlar, romantik bir partnerde görünüşe değer verseler de bu özelliğe değer verme derecelerinde bir fark vardır. Yapılan çalışmalar, erkeklerin partner seçiminde fiziksel çekiciliğe verdiği önemi vurgulamaktadır (Feingold, 1990, s. 990; Todosijevic vd., 2003, 117; Jonason, 2009, s. 230; Webb, 2009, s. 7). Erkeklerin partner seçimi sürecinde kadınlardan dış görünüşe ilişkin beklentileri, kadınların tarih boyunca bedenleriyle ilgili maruz kaldığı baskıların başlıca sebeplerindedir. Sosyal Rol Kuramı'nın da açıkladığı üzere kadınlara toplumsal cinsiyet olgusuyla atfedilen rollerden biri de fiziksel olarak çekici görünme gerekliliğidir (Abak, 2019, s. 60). Yaşamın çeşitli evrelerinde (ergenlik, gebelik, menopoz süreçleri gibi) bedensel olarak büyük değişimler geçiren kadınların yaşamında görünüşlerine dair bir baskının varlığı, görünüşlerine dair kaygının artışı kaçınılmaz kılmaktadır.

Romantik ilişkilerin önemli bir bileşeni olan yakınlık; kendini açma, fiziksel çekim, destek ve güven gibi özellikleri içermektedir (Ercan, 2019, s. 207). Romantik ilişkilerde yakınlık bağının kurulabilmesi, ilişki içindeki deneyimler ile bağlantılıdır. Bu

noktada Laus ve arkadaşları (2018, s. 1) olumlu bir beden imgesine sahip olmanın romantik yakınlığı arttırdığını bulmuştur. Abak (2019, s. 27) ise çalışmasında sosyal görünüş kaygısının partner odaklı obsesif kompulsif belirtileri arttırdığı ve obsesif kompulsif belirti gösteren kişilerin romantik ilişkilerde yakınlık kurmakta zorlandığı belirtilmiştir.

Romantik ilişkiler bağlamında kıskançlık, ilişkideki bireyler tarafından ilişkiyi tehdit eden bir unsurun varlığına verilen tepki olarak tanımlanmakla birlikte, bu tehdit çoğunlukla üçüncü bir kişi olarak algılanmaktadır (Aksoy, 2019, s. 30). Diğer bir deyişle romantik ilişki içerisindeki bir kadın açısından romantik kıskançlık, çoğunlukla başka bir kadının varlığını ifade etmektedir. Ayers'e göre (2011, s. 7) kadın için romantik ilişkiye dair algılanan tehdit, kişinin kendi kaygı ve özgüvensizlikleriyle ilişkili olabilmektedir.

Bourland (2017, s. 2) bir kadının diğer bir kadını tehdit olarak algılamasını evrim ve sosyo-kültürel kuramlar ile açıklamıştır. Buna göre başka bir kadını tehdit haline getiren durum, evrimsel açıdan gençlik, sağlık ve üreme olasılığını gösterdiği düşünülen beden ile ilişkilendirilmiştir. Sosyo-kültürel açıdan ise kişinin kendi özelliklerini, başka bir kadın ile karşılaştırması sonucu diğer kadının üstün olduğuna kanaat getirmesi ile kıskançlık duygusunun oluştuğu ifade edilmektedir.

İçselleşmiş mizojini, bir kadının bir hemcinsine veya hemcinslerine karşı, cinsiyet özellikleri bağlamında hissettiği veya davranışsallaştırdığı düşmanlık, kıskançlık, saldırganlık, rekabet ve hırsla ilgili çatışmalarını ifade etmektedir (Spengler, 2014, s. 1). İçselleşmiş mizojininin önde gelen sebeplerinden biri, kendini nesneleştirmedir (Spengler, 2014, s. 2; Bozkur, 2020, s. 1983). Kendini nesneleştirme, kadınların kendilerine ve hemcinslerine cinsiyetleri sebebiyle yalnızca görünüş temelinde bakılacak ve değerlendirilecek bir nesne gibi davrandıkları zaman ortaya çıkmaktadır. Bu doğrultuda kadınlar hem kendilerinin hem de diğer kadınların görünüşlerini en önemli değer kriteri haline getirmektedir. Kadınların yaşamında görünüşlerine yönelik içsel ve dışsal baskıların bu denli yoğun olması ile ise sosyal görünüş kaygısı yaşamaları mümkündür.

1.5. Sosyal Görünüş Kaygısı, Romantik İlişkiler, Mizojini ve Sosyal Hizmet

Ruh sağlığı, içerisinde psikiyatri, psikoloji ve sosyal hizmet gibi pek çok farklı mesleği kapsayan “multidisipliner” bir alanı ifade etmektedir. Ruh sağlığı alanındaki tüm disiplinlerin ortak gayesi bireylerin psikolojik iyilik halini ve sosyal işlevselliğini sağlamaya yönelik klinik ve akademik çalışmalar yapmaktır. Bu çalışma ve araştırmalar, literatüre ve insanı anlama amacıyla olan tüm alanlara katkı sağlama potansiyeline sahiptir (Korkmaz, 2018, s. 40).

Sosyal hizmet, sosyal adalet ve insan hakları ilkeleri temelinde sosyal işlevselliği ve değişimi hedef alarak insanların, çevrelerinin ve toplumun yüzleştiği problemlerin çözüm sürecinde etkin şekilde rol alma, güçlendirme ve toplumun her düzeyinde uyumu artırma gibi görev ve sorumluluklara sahip bir meslektir (Duyan, 2003, s. 39). Sosyal hizmet disiplininin meslek elemanları olan sosyal hizmet uzmanları, mikro, mezzo ve makro düzeyler bağlamında bireylerin sorunlarının çözümüne yönelik çeşitli kuram ve yaklaşımlar aracılığıyla müdahale uygulamaktadır (Lietz ve Zayas, 2010, s. 188). Diğer bir deyişle toplumun herhangi bir düzeyinde ortaya çıkan problemlerde sosyal hizmet, doğasına dayalı olarak uygun roller almaktadır.

1.5.1. Sosyal Görünüş Kaygısına Yönelik Sosyal Hizmet Müdahalesi

Sosyal görünüş kaygısı çoğu zaman bireysel bir problem gibi algılsa da görünürlüğünün artması ile makro düzeyde de bir sorun haline dönüşmüş durumdadır. Dolayısıyla sosyal görünüş kaygısı konusunda hem bireylerin hem de toplumun optimum refahını sağlamak için sosyal hizmet alanına görev düşmektedir. Hazırlanan mesleki müdahale planı kapsamında sosyal hizmet uzmanları, sosyal görünüş kaygısının çözümünde önemli roller üstlenmektedirler. Bir sosyal hizmet uzmanının, sosyal görünüş kaygısı yaşayan müracaatçı ile müdahale sürecindeki görevleri:

Mikro düzeyde;

- a) Müracaatçının tercihleri doğrultusunda benlik saygısını artırıcı bir müdahale planı oluşturmak,
- b) Güçlendirici bir yaklaşımla görüşme gerçekleştirmek,

- c) Baş etme stratejilerini güçlendirmek,
- d) Sorun çözme ve hedef oluşturma becerilerini artırmak,
- e) Müracaatçının ihtiyacına yönelik terapi ve eğitime yönlendirmektir.

Mezzo düzeyde;

- a) Sosyal görünüş kaygısına sahip bireyler ve aileleriyle, akran topluluğu ile veya bu kaygıya sahip insanlarla grup çalışması yürütmek,
- b) Sosyal katılımı artırıcı faaliyetler düzenlemektir.

Makro düzeyde;

- a) Sosyal görünüş kaygısına yönelik farkındalığı artırıcı çalışmalar yürütmek,
- b) Savunuculuk,
- c) Sağlıkla ilgili karar vericilerin bu kaygının etkilediği bireylere yönelik dikkatini çekme çalışmaları gerçekleştirmektir.

1.5.2. Romantik İlişkilere Yönelik Sosyal Hizmet Müdahalesi

Bireylerin sahip olduğu sosyal destek sistemi, yaşamlarında hayati öneme sahip bir konumdadır. Özellikle romantik ilişkiler, romantik ilişkiye sahip insanlar için yetişkinlikteki sosyal desteğin karşılanması noktasında en büyük payın sahibidir. Diğer bir deyişle sağlıklı romantik ilişkiler, yetişkinlikte genel refahın merkezi unsurudur (Dandurand, 2013, s. 1). Ancak bazı durumlar ve zamanlarda romantik ilişkilerin, varlığını sürdürebilmesi veya daha iyi bir konuma gelmesi için profesyonel yardım gerekebilmektedir. Bu durumlar için aile danışmanlığı kapsamında çift terapisi, evlilik terapisi veya evlilik öncesi çiftlerle terapisi seçenekleri mevcuttur (Gladding, 2015, s. 166).

Sosyal hizmet, toplumdaki her bir yapı taşının refahını ve işlevselliğini artırmayı görev edinmiş bir disiplindir. Dolayısıyla flört veya evlilik bağlamlarında romantik ilişkiye sahip bireylerin ilişkideki refahı da sosyal hizmet kapsamına girmektedir. Romantik ilişkilerin sahip olduğu güven, saygı, bu çalışmada ele alınan yakınlık ve kıskançlık gibi yönler bireyi, ilişkisini ve çevresini de etkilemektedir. Sosyal hizmet, ilişkilerdeki bu yönlerin iyileştirilmesine yardımcı olmak için uzmanlaşma gerektiren

bir alan olan aile ve çift danışmanlığını kullanmaktadır. Diğer bir deyişle sosyal hizmetin profesyonel meslek elemanları olan sosyal hizmet uzmanları, sosyal hizmet eğitimlerinin ardından alacakları aile danışmanlığı eğitimiyle “aile danışmanı” unvanına sahip olabilmekte ve romantik ilişkiler üzerine klinik anlamda çalışmalar gerçekleştirebilmektedir.

Aile danışmanlığı, multidisipliner yapıya sahip bir alan olmakla birlikte dünya çapında çeşitli eğitim şekli ve akreditasyon sistemleri ile verilmektedir. Ruh sağlığı alanları olarak bilinen psikoloji, sosyal hizmet, psikolojik danışmanlık ve rehberlik gibi alanlarda eğitim gören bireyler aile danışmanlığı alanında özelleşebilmektedir (Crane vd., 2010, s. 365). Ülkemizde ise resmi olarak aile danışmanı olma kriterleri Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından belirlenmiştir. Buna göre; sosyal hizmet, psikoloji, sosyoloji, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, tıp, hemşirelik ve çocuk gelişimi alanlarından birinde lisans derecesini tamamlayıp aile danışmanlığı konusunda 450 saatlik sertifika veya yüksek lisans veya doktora programını bitirerek aile danışmanı olunabilmektedir (<https://www.aile.gov.tr/sss/aile-ve-toplum-hizmetleri-genel-mudurlugu/aile-danismanligi/>).

Sosyal hizmetin etik ve değer temelleri göz önünde bulundurulduğunda, sosyal hizmet uzmanlarının romantik ilişkilerin kalitesi ve müracaatçılar üzerindeki etkilerini inceleme ihtiyacı kaçınılmazdır. Nitekim aile ve çift danışmanlığının kökenleri, sosyal hizmet alanının derinliklerine uzanmaktadır. Sosyal hizmet tarihindeki en önemli isimlerden biri olan Mary Richmond, 1950'lerde evlilik ve aile terapisi alanının gelişiminden çok önce Sosyal Teşhis (Social Diagnosis - 1917) eserinde aile için müdahalelerin önemini, anne ve baba arasındaki ilişkinin kalitesinin tanınmasını vurgulayarak belirtmiştir. Benzer şekilde Jane Addams da Demokrasi ve Toplumsal Ahlak (Democracy and Social Ethics-1902) kitabında sempatik bilgi teorisini tartışırken ilişkilerin kalitesini de ele almıştır (Gruber ve Hall, 2022, s. 81).

Bu çalışmada ele alınan romantik ilişkilerin yakınlık ve kıskançlık özellikleri sosyal hizmet alanıyla bağlantılı yapıdadır. Romantik ilişkilerde yakınlık düzeyini belirleyen faktörlerden en önemlisi olarak bilinen erken çocukluktan itibaren aile içi deneyimler, sosyal hizmetin en önemli alanlarından olan çocuk refahının kapsamındadır. Çocuklukta yaşanan ihmal, istismar, tutarsızlık, yoksunluk ve aile içi şiddet, yaşandığı dönemde yapılacak sosyal hizmet müdahalesi gelecekte kurulacak ilişkilerin sağlığını

etkileyebilmektedir. Barnett ve arkadaşlarının (1995, s. 474) çalışmasında bireylerin büyürken aile içinde şiddete şahit olması sosyal öğrenme yoluyla içselleştirildiği belirtilmiştir. Gerçekleştirdikleri araştırmanın bulgularında da bu ifadeyi destekler nitelikte bulgular elde etmişlerdir. Diğer yandan müdahale edilmediği durumların ileriki süreçlerinde kurulan sağlıklı ilişkilerin iyileştirilmesinde de sosyal hizmet, aile ve çift danışmanlıklarıyla rol oynamaktadır. McMillen da (1992, s. 216), romantik ilişkilerdeki sosyal hizmet müdahalesinde öncelikle ilişkinin taraflarının içsel bağlanma modelinin ayrı ayrı incelenmesi gerektiğini ifade etmiştir. Buna göre, bireylerin çözümlenmesiyle ortaya çıkan dinamik ışığında ilişkinin ele alınması danışmanlığın verimi için önem arz etmektedir. Bu şekilde bireylerin sahip olduğu romantik bağlanma örüntülerine dair içgörü kazanılması ve bu doğrultuda müdahale planı oluşturulması mümkün olmaktadır.

Romantik ilişkilerdeki kıskançlık ise sosyal düzendeki daimi varlığı sebebiyle sosyal bilimlerin, neden olduğu sonuçlar bağlamında halk sağlığının konusu olmuştur (Martinez-Leon, 2017, s. 204). Kıskançlık evrensel ve ilişkilerde sık rastlanan bir duygu olmakla birlikte normalliğini değerlendirmek için hissedildiği esnada ortaya çıkan öğeler önem arz etmektedir. Diğer bir deyişle kıskançlığın normalliği, hisseden kişinin bu duyguyla ne yaptığına bağlıdır. Bu doğrultuda kıskançlığın normal olanı dışında bir de patolojik bir türü mevcuttur (Şahin, 2019, s. 3). Romantik kıskançlık, onu kontrol etme yeteneği kaybolduğunda ciddi sonuçlarla patolojik hale gelmektedir (Martinez-Leon, 2017, s. 204). Hatipoğlu (2010, s. 11), araştırmasında romantik ilişkilerdeki şiddetin en önemli risk faktörünün kıskançlık olduğunu saptamıştır. Patolojik kıskançlık, partner cinayeti gibi kabul edilemez bir sonuca kadar gidebilmektedir. Bu suçun mağduru olan özellikle kadınların sayısı toplumda giderek artan bir gündem oluşturmaktadır (Kolburan, 2017, s. 194). Bu noktada kıskançlık bir toplumsal sorun haline gelmekte ve doğal olarak hem şiddet mağdurlarıyla mikro düzeyde hem de önleyici ve koruyucu çalışmalar için makro düzeyde sosyal hizmet müdahalelerine ihtiyaç oluşturmaktadır.

1.5.3. Mizojinik Tutumlara Yönelik Sosyal Hizmet Müdahalesi

Sosyal hizmet, sosyal yaşamda dezavantajlı bir durumda yer alan kişi, grup ve toplumların insan haklarından eşit şekilde yararlanmalarını ve refahını sağlamak amacıyla onları savunur, destekler ve problemlerini çözmek için uygun profesyonel

müdahalelerde bulunur. Ataerkil yapıya sahip herhangi bir sosyal ortamda kadınlar, maruz kaldıkları mizojinik algı ve tutumlar karşısında dezavantajlı konumdadır. Sosyal hizmetin görevi; kadınların kişisel sorunlarının çözümüne yönelik müdahale gerçekleştirmek, toplumdaki sosyal konumları ve statüleri ile ilişkilendirerek sosyal refahını iyileştirmek, haklarını korumak ve savunmak, dayanışmalarını artırıcı faaliyetler yürütmektir.

Sosyal hizmet dezavantajlı gruplar ile müdahale yürütürken, müracaatçısını çevresi içinde ele alarak, duruma uygun kuram ve yaklaşımlar aracılığıyla müdahale planını oluşturur. Dolayısıyla kadınlar çalışırken onları ataerkil toplum düzeninde değerlendiren sosyal hizmet, kadın sorunlarını çözmek ve kadınların refahını artırmak için feminist teoriden yararlanmaktadır. Feminizm ve sosyal hizmet arasındaki karşılıklı etkileşim, ikinci dalga feminist harekette sosyal hizmet uzmanlarının aktif faaliyetleri ile görülmeye başlamıştır. Buna göre feminist teori, sosyal hizmet müdahalesi süresince uzmanların kadın yaşamındaki zorlukları, baskıları ve sorunları anlamasına yardımcı olmaktadır. Sosyal hizmet ise feminist teorinin pratikteki faaliyetlerini yürüterek kadınların işlevselliğini artırmak için çalışmalar yapmaktadır (Baydar, 2014, s. 34). Bu noktada oluşan müdahale şekli “feminist sosyal hizmet” olarak kavramsallaştırılabilir. Dominelli’ye göre (2002, s. 7) feminist sosyal hizmet müdahalesi, müracaatçı-uzman ilişkisinde eşitlikçi bir yapı kurarak, kadınların toplumdaki konumları ile bireysel durumları arasındaki bağlantı çerçevesinde ihtiyaçlarına cevap veren bir sosyal hizmet biçimidir.

İnsanlar için sosyal destek sisteminin varlığı psiko-sosyal iyilikleri açısından hayati önem taşımaktadır. Kadınlar, maruz kaldıkları mizojinik algı ve tutumlar sebebiyle buldukları dezavantajlı konumdan olumsuz etkilenmektedir. Bu noktada mizojinik olaylar deneyimlemiş kadınlar için onları anlayan, destek veren ve güçlendiren dayanışma temelli grup ve topluluklara ihtiyaç ortaya çıkmaktadır. Günümüzde sosyal hizmet eğitimi veren yükseköğretim kurumlarının müfredatlarında “feminist sosyal hizmet” ve “kadın sorunları ve sosyal hizmet” gibi dersler bulunmaktadır. Bu eğitimler ile yetişen sosyal hizmet uzmanları, meslek yaşamlarında karşılaştıkları mizojinik algı ve tutum mağduru kadınlar ile çalışmalarında kadının optimum refahını ön planda tutan müdahaleler ve dayanışma faaliyetleri yürütebilmektedir.

2. BULGULAR

Çalışmanın bu kısmında, bir romantik ilişki içerisindeki kadınların sosyal görünüş kaygısı, romantik yakınlık ve kıskançlık düzeyleri ve mizojinik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilen anket çalışması sonucunda elde edilen veriler üzerinde istatistiksel analizler yapılmış ve analizlerin bulguları ayrıntılı şekilde değerlendirilmiştir.

2.1. Sosyo-demografik Bilgiler

Bu bölümde araştırmanın katılımcıları olan kadınların (n=410) sosyo-demografik bilgilerine ait frekans dağılımları yer almaktadır. Katılımcılara ait sosyo-demografik bilgiler demografik özellikler, yaşam deneyimlerine dair bilgiler ve sosyal medya kullanımına dair bilgiler olarak üç bölümden oluşmaktadır.

Katılımcıların yaşı, öğrenim durumu ve ilişki durumu değişkenleri demografik özellikler kapsamında incelenmiştir. Demografik özelliklerin yer aldığı Tablo 3 incelendiğinde kadınların %29.8'unun 20-24, %28.3'ünün 25-29, %10.5'inin 30-34, %10.7'sinin 35-39 ve %20.7'sinin 40-44 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Araştırma da gönüllü olarak yer alan kadınlar arasında lisans (%60.0) mezunu olanların oranı yüksek olup, bunu sırasıyla yüksek lisans (%17.1), doktora (%12.4), lise (%5.4), ön lisans (%2.7) ve ortaokul (%2.4) mezunları takip etmektedir. Katılımcı kadınların %55.9'u en az bir yıldır bir romantik ilişki içerisindeyken %44.1'i halihazırda evlidir (Tablo 3).

Tablo 3: Katılımcılara ait demografik özelliklerin dağılımı

	n	%
Yaş		
20-24	122	29.8
25-29	116	28.3
30-34	43	10.5
35-39	44	10.7
40-44	85	20.7
Öğrenim durumu		
Ortaokul	10	2.4
Lise	22	5.4
Ön lisans	11	2.7
Lisans	246	60.0
Yüksek lisans	70	17.1
Doktora	51	12.4
İlişki durumu		
İlişkisi var	229	55.9
Evli	181	44.1

Katılımcılardan elde edilen kişisel yaşam deneyimleri verilerine ait frekans ve yüzde dağılımları Tablo 4’te yer almaktadır. Katılımcılar, romantik ilişkilerinde algıladıkları memnuniyet düzeyini yoğunluk sırasıyla “memnunum” (%43.2), “çok memnunum” (%39.0), “kararsızım” (%11.2), “memnun değilim” (%3.4) ve “hiç memnun değilim” (%3.2) olarak değerlendirmektedir. Katılımcılardan %41.2’i en belirgin kişilik özelliğinin duygusal, %17.8’i baskın, %17.3’ü dışa dönük, %15.4’ü analitik ve %8.3’ü içe dönük kişilik olduğunu ifade etmiştir. Katılımcılar, partnerlerinin en belirgin kişilik özelliğini ise çoğunlukla analitik kişilik (%29.0) olarak değerlendirmiştir. Bunu sırasıyla %22.4 ile dışa dönük kişilik, %20.2 ile baskın kişilik, %15.9 ile içe dönük kişilik ve %12.4 ile duygusal kişilik takip etmektedir.

Tablo 4: Katılımcıların yaşam deneyimlerine dair bilgilerin dağılımı

	n	%
Romantik ilişki memnuniyet düzeyi		
Hiç memnun değilim	13	3.2
Memnun değilim	14	3.4
Kararsızım	46	11.2
Memnunum	177	43.2
Çok memnunum	160	39.0
En belirgin kişilik özelliği		
İçe dönük kişilik	34	8.3
Dışa dönük kişilik	71	17.3
Baskın kişilik	73	17.8
Duygusal kişilik	169	41.2
Analitik kişilik	63	15.4
Partnerin en belirgin kişilik özelliği		
İçe dönük kişilik	65	15.9
Dışa dönük kişilik	92	22.4
Baskın kişilik	83	20.2
Duygusal kişilik	51	12.4
Analitik kişilik	119	29.0

Tablo 5'te araştırmaya katılan kadınların sosyal medya kullanımına ilişkin verilerin frekans ve yüzde dağılımlarına yer verilmiştir. Araştırma kapsamında gönüllü olan kadınların yaklaşık üçte biri (%29.3) sosyal medya da 2 saat vakit geçirdiklerini belirtirken, %25.4'ü 1 saat, %18.8'i 3 saat, %13.7'si 4 saat, %7.1'i 5 saat ve %5.9'u 6 saat vakit geçirdiklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların en sık kullandığı sosyal medya platformunun Instagram (%71.5) olduğu belirlenirken, ardından sırasıyla Twitter (%18.0), Youtube (%6.3) ve Facebook (%4.1) gelmektedir. Sosyal medyanın kadınların beden imgesi üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla yöneltilen soruya, kadınların %48.8'i sosyal medyanın kendi bedenlerine ilişkin algılarını değiştirmedeğini, %39.0'u sosyal medyanın beden imgesini olumsuz yönde etkilediğini ifade ederken, sadece %12.2'si olumlu yönde değiştirdiğini belirtmiştir. Son olarak katılımcıların büyük çoğunluğu, (%67.3) sosyal medyanın başkalarının bedenlerini algılama sürecini daha olumsuz yöne doğru değiştirdiğini ifade etmiştir (Tablo 5).

Tablo 5: Katılımcıların sosyal medya kullanımına dair bilgilerin dağılımı

	n	%
Sosyal medya kullanım süresi		
1 saat	104	25.4
2 saat	120	29.3
3 saat	77	18.8
4 saat	56	13.7
5 saat	29	7.1
6 saat	24	5.9
Sık kullanılan sosyal medya platformu		
Instagram	293	71.5
Twitter	74	18.0
Facebook	17	4.1
YouTube	26	6.3
Sosyal medya kullanımının kendi bedeninize karşı algınızı değiştirdiğini düşünüyor musunuz?		
Evet, olumlu yönde değiştiriyor.	50	12.2
Evet, olumsuz yönde değiştiriyor.	160	39.0
Hayır, değiştirmiyor.	200	48.8
Sosyal medya kullanımının başkalarının bedenine dair algınızı değiştirdiğini düşünüyor musunuz?		
Evet, olumlu yönde değiştiriyor.	3	0.7
Evet, olumsuz yönde değiştiriyor.	276	67.3
Hayır, değiştirmiyor.	131	32.0

2.2. Katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Sosyo-demografik Bilgileri ile İlişkisi

Çalışmanın bu bölümünde katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin sosyo-demografik özelliklerine göre farklılaşp farklılaşmadığı istatistiksel olarak analiz edilmiştir. Sosyo-demografik bilgiler kapsamında iki seçenekli değişkenler ile sosyal görünüş kaygısı arasında ortalama skordaki anlamlı farklılıkları tespit etmek için Bağımsız Örneklem T-Testi, ikiden fazla gruptan oluşan değişkenlerle ise ANOVA testi uygulanmıştır.

2.2.1. Katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Demografik Özelliklerine Göre Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan kadınların sosyal görünüş kaygısının demografik özelliklerinden yaş ve öğrenim durumuna göre farklılaşma durumunu belirlemek için ANOVA testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile yaş değişkeni ($F=2.884$, $sd=4-405$, $p<0.05$) ve öğrenim düzeyleri

($F=3.352$, $sd=5-404$, $p<0.05$) arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Sosyal görünüş kaygısı düzeyi ile yaş ve öğrenim düzeyi değişkenleri arasındaki farklılığın hangi grup ya da gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Post-Hoc çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonucuna göre yaş değişkeni ile ilgili farklılığın 20-24 ($\bar{X}=2.14$, $S=0.78$) ve 25-29 ($\bar{X}=1.87$, $S=0.65$) yaş gruplarından dolayı olduğu görülmüştür. 20-24 yaş grubu, 25-29 yaş grubuna göre daha yüksek sosyal görünüş kaygısı düzeyini belirtmiştir. Sosyal görünüş kaygısı düzeyinin öğrenim durumu ile gösterdiği farklılaşmanın ise lise mezunu ($\bar{X}=1.63$, $S=0.45$) ile lisans mezunu ($\bar{X}=1.86$, $S=0.69$) ve doktora mezunu ($\bar{X}=2.14$, $S=0.79$) gruplardan kaynaklandığı bulunmuştur. Buna göre; lise ve lisans gruplarının karşılaştırmasında lisans grubunun ortalamasının daha yüksek, lise ve doktora gruplarının karşılaştırmasında ise doktora grubunun ortalamasının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 6).

Tablo 6: Sosyal görünüş kaygısının yaşa ve öğrenim durumuna göre ANOVA sonuçları

Değişkenler	N	%	\bar{X}	S	İstatistiksel analiz	Çoklu karşılaştırma
Yaş						
a. 20-24	122	29.8	2.14	.78	F= 2.884; sd= 4-405; p= .022*	a-b
b. 25-29	116	28.3	1.87	.65		
c. 30-34	43	10.5	1.86	.56		
d. 35-39	44	10.7	2.11	.86		
e. 40-44	85	20.7	1.99	.54		
Öğrenim durumu						
a. Ortaokul	10	2.4	1.97	.23	F= 3.352; sd= 5-404; p= .006*	b-d
b. Lise	22	5.4	1.63	.45		
c. Ön lisans	11	2.7	1.63	.30		
d. Lisans	246	60.0	2.06	.69		
e. Yüksek lisans	70	17.1	1.86	.69		
f. Doktora	51	12.4	2.14	.79		

* $p<0.05$, ** $p<0.001$

Kadınların sosyal görünüş kaygısı ile demografik özelliklerinden ilişki durumlarının ortalama puanlarının karşılaştırılması için Bağımsız Örneklem T-Testi uygulanmıştır. Kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile ilişki durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmuş ($p<0.05$) ve romantik ilişkisi olanların ($\bar{X}=2.10$,

S=0.64) evlilere oranla (\bar{X} =1.88, S=0.72) daha yüksek sosyal görünüş kaygısı düzeyi ortalamasına sahip olduğu bulunmuştur (Tablo 7).

Tablo 7: Sosyal görünüş kaygısının ilişki durumuna göre T-Testi sonuçları

Değişkenler	N	%	\bar{X}	S	İstatistiksel analiz
İlişki durumu					
İlişkisi var	229	55.9	2.10	.64	t=3.152; sd= 408; p= .002*
Evli	181	44.1	1.88	.72	

*p<0.05, **p<0.001

2.2.2. Katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Yaşam Deneyimleri ile İlişkisi

Araştırmaya katılan kadınların sosyal görünüş kaygılarının romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeyleri, belirgin kişilik özellikleri ve partnerlerinde algıladıkları belirgin kişilik özellikleri değişkenlerine göre farklılaşma durumu yapılan ANOVA testi ile incelenmiştir.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygılarının romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeyi ifadelerine göre farklılaştığı saptanmıştır (F= 5.749, sd= 4-405, p<0.05). Çoklu karşılaştırma testine göre “memnun değilim” (\bar{X} =2.54, S=1.01) ifadesi ile “hiç memnun değilim” (\bar{X} =1.62, S=0.29), “kararsızım” (\bar{x} =1.76, S=0.52) ve “çok memnunum” (\bar{X} =1.95, S=0.74) ifadeleri arasında farklılaşma mevcuttur ve romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeyini “memnun değilim” olarak ifade edenlerin diğer gruplara göre daha yüksek sosyal görünüş kaygısı belirttiği görülmektedir.

Uygulanan test ile sosyal görünüş kaygısının, katılımcıların en belirgin kişilik özelliklerine göre farklılaştığı belirlenmiştir (F=5.952, sd= 4-405, p<0.05). Farklılaşmanın “duygusal kişilik” (\bar{X} =2.15, S=0.75) ile “dışa dönük kişilik” (\bar{X} =1.79, S=0.48) ve “baskın kişilik” (\bar{X} =1.80, S=0.64) gruplarından kaynaklandığı ve her iki çoklu karşılaştırmada da kendisini “duygusal kişilik” olarak ifade edenlerin diğer gruba göre daha yüksek sosyal görünüş kaygısı ortalamasına sahip olduğu bulunmuştur. Katılımcıların ifade ettiği sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin partnerlerinin en belirgin özelliklerine göre ise farklılaşma göstermediği (p>0.05) tespit edilmiştir (Tablo 8).

Tablo 8: Sosyal görünüş kaygısının sosyal yaşamlarının özelliklerine göre ANOVA sonuçları

Değişkenler	N	%	\bar{X}	S	İstatistiksel analiz	Çoklu karşılaştırma
Romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeyleri						
a. Hiç memnun değilim	13	3.2	1.62	.29		
b. Memnun değilim	14	3.4	2.54	1.01		
c. Kararsızım	46	11.2	1.76	.52	F= 5.749; sd= 4-405; p= .000**	a-b
d. Memnunum	177	43.2	2.10	.64		b-c
e. Çok memnunum	160	39.0	1.95	.74		
Belirgin kişilik özelliği						
a. İçer dönük kişilik	34	8.3	2.20	.83		
b. Dışa dönük kişilik	71	17.3	1.79	.48		
c. Baskın kişilik	73	17.8	1.80	.64	F=5.952; sd= 4-405; p= .000**	b-d
d. Duygusal kişilik	169	41.2	2.15	.75		c-d
e. Analitik kişilik	63	15.4	1.96	.59		
Partnerin en belirgin kişilik özelliği						
a. İçer dönük kişilik	65	15.9	1.95	.61		
b. Dışa dönük kişilik	92	22.4	1.97	.72		
c. Baskın kişilik	83	20.2	1.99	.80	F=1.910; sd= 4-405; p= .108	
d. Duygusal kişilik	51	12.4	1.83	.60		
e. Analitik kişilik	119	29.0	2.13	.66		

*p<0.05, **p<0.001

2.2.3. Katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Sosyal Medya Kullanımı ile İlişkisi

Bu bölümde araştırmaya katılan kadınların ifade ettiği sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin sosyal medya kullanım süreleri, en sık kullandıkları sosyal medya platformu, sosyal medyanın kendi bedenlerini ve başkalarının bedenlerini

değerlendirirken yarattığı değişimi belirleyen değişkenlere göre farklılaşma durumu istatistiksel olarak incelenmiştir.

Uygulanan ANOVA testi sonucunda katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ile sosyal medya kullanım süreleri ($F=4.277$, $sd= 5-404$, $p<0.05$), sosyal medyanın kendi beden imgelerine etkisi ($F=53.154$, $sd= 2-407$, $p<0.05$) ve başkalarına dair beden algılarına etkisi ($F=15.126$, $sd= 2-407$, $p<0.05$) arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmuş, ancak sık kullandıkları sosyal medya platformuna göre bulunmamıştır ($p>0.05$). Saptanan anlamlı farklılaşmalar doğrultusunda yapılan çoklu karşılaştırma testi sonucunda günlük sosyal medya kullanım süresine göre 2 saat olarak belirten katılımcılar ($\bar{X}=1.84$, $S=0.59$) ile 5 saat olarak belirtenler ($\bar{X}=2.35$, $S=0.92$) sebebiyle farklılaşma görüldüğü ve günde 5 saat sosyal medya kullananların 2 saat kullananlara oranla daha yüksek sosyal görünüş kaygısı düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların belirttiği sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin sosyal medya kullandıktan sonraki beden imgesi değişimine göre farklılaşması “olumsuz yönde değiştiriyor” ($\bar{X}=2.40$, $S=0.76$) ifadesi ile “olumlu yönde değiştiriyor” ($\bar{X}=2.43$, $S=0.00$) ve “değiştirmiyor” ($\bar{X}=1.76$, $S=0.53$) ifadelerinden kaynaklanmaktadır. Puan ortalamaları incelendiğinde sosyal medyanın beden imgesini olumsuz yönde etkilediğini belirtenlerin sosyal görünüş kaygısı puanlarının karşılaştırma yapılan diğer gruplara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Sosyal medyanın diğer bireylerin bedenlerine ilişkin algıya etkisini araştıran soru açısından belirlenen anlamlı farklılaşmanın “olumsuz yönde değiştiriyor” ($\bar{X}=2.12$, $S=0.74$) ve “değiştirmiyor” ($\bar{X}=1.74$, $S=0.50$) ifadelerinden dolayı olduğu görülmektedir. Başkalarının bedenlerini değerlendirirken algılarının sosyal medya sebebiyle olumsuz yönde değiştiğini ifade eden bireylerin değişmediğini ifade edenlere oranla sosyal görünüş kaygılarının daha yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır (Tablo 9).

Tablo 9: Sosyal görünüş kaygısının sosyal medya kullanım özelliklerine göre ANOVA sonuçları

Değişkenler	N	%	\bar{x}	S	İstatistiksel analiz	Çoklu karşılaştırma
Ortalama sosyal medya kullanım süresi						
a. 1 saat	104	25.4	2.01	.72		
b. 2 saat	120	29.3	1.84	.59		
c. 3 saat	77	18.8	1.94	.48	F= 4.277; sd= 5-404; p= .001*	b-e
d. 4 saat	56	13.7	2.06	.84		
e. 5 saat	29	7.1	2.35	.92		
f. 6 saat	24	5.9	2.35	.71		
Sık kullanılan sosyal medya platformu						
a. Instagram	293	71.5	1.98	.72		
b. Twitter	74	18.0	2.05	.51	F=2.176; sd= 3-406; p= .090	
c. Facebook	17	4.1	1.77	.42		
d. YouTube	26	6.3	2.27	.87		
Sosyal medyanın beden imgesine etkisi						
a. Evet, olumlu yönde değiştiriyor.	50	12.2	1.79	.51	F=53.154; sd= 2-407; p= .000**	a-b
b. Evet, olumsuz yönde değiştiriyor.	160	39.0	2.40	.74		b-c
c. Hayır, değiştirmiyor.	200	48.8	1.74	.53		
Sosyal medyanın başkalarına dair beden algısına etkisi						
a. Evet, olumlu yönde değiştiriyor.	3	0.7	2.43	.00	F=15.126; sd= 2-407; p= .000**	
b. Evet, olumsuz yönde değiştiriyor.	276	67.3	2.12	.74		b-c
c. Hayır, değiştirmiyor.	131	32.0	1.74	.50		

*p<0.05, **p<0.001

2.3. Sosyal Görünüş Kaygısı, Romantik Yakınlık, Romantik Kıskançlık ve Mizojinik Tutum Arasındaki İlişki

Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı, romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeylerinin ilişkisini belirlemek amacıyla Pearson moment çarpım

korelasyonu testi kullanılmıştır. Korelasyon katsayısı 1.00 iken mükemmel pozitif ilişki, -1.00 iken mükemmel negatif ilişki olarak tanımlanmaktadır. Anlamli çıkan korelasyon katsayıları düzey olarak 0.00-0.30 arasında düşük düzey; 0.30-0.70 arasında orta düzey; 0.70-1.00 arasında ise yüksek düzey ilişkiyi ifade etmektedir (Büyüköztürk, 2018, s. 32).

Analiz sonucunda kadınların sosyal görünüş kaygısı ile romantik yakınlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0.05$). Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ile romantik kıskançlık düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=0.494$, $p<0.01$). Araştırmaya katılan kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri mizojinik tutum düzeyleri ile pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahiptir ($r=0.500$, $p<0.01$). Araştırma kapsamındaki kadınların romantik yakınlık düzeyleri ile romantik kıskançlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki mevcut değildir ($p>0.05$). Katılımcıların belirttiği mizojinik tutum düzeylerinin, romantik yakınlık düzeyleri ile negatif yönde düşük düzeyde ($r= -0.125$, $p<0.05$) ve romantik kıskançlık düzeyleri ile pozitif yönde orta düzeyde ($r=0.537$, $p<0.01$) bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.

Tablo 10: Katılımcıların sosyal görünüş kaygı, romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeyleri arasındaki ilişki

		SGKÖ	RIYÖ	ÇBKÖ	KDÖ
SGKÖ	r	1			
	p				
RIYÖ	r	-.093	1		
	p	.059			
ÇBKÖ	r	.494**	-.027	1	
	p	.000	.581		
KDÖ	r	.500**	-.125*	.537**	1
	p	.000	.011	.000	

* $p<0.05$, ** $p<0.01$

2.4. Sosyal Görünüş Kaygısının Romantik Yakınlık, Kıskançlık ve Mizojinik Tutum Üzerindeki Etkisi

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın amacı doğrultusunda sosyal görünüş kaygısının romantik yakınlık, kıskançlık ve mizojinik tutum düzeylerinin yordayıcısı olup olmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda Basit Doğrusal Regresyon analizi uygulanmıştır.

Tablo 11’de yer alan analiz sonuçlarına göre bakıldığında sosyal görünüş kaygısının romantik yakınlığın anlamlı bir yordayıcısı değildir ($R=0.093$, $R^2=0.009$, $p>0.01$).

Tablo 11: Katılımcıların sosyal görünüş kaygısının romantik yakınlıklarını yordamasına ilişkin regresyon analizi

Bağımsız değişken	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize edilmiş katsayılar	t	p	R	R ²	F
	B	S.H.	β					
Sabit	3.55	.070		50.748	.000			
Sosyal görünüş kaygısı	-.062	.033	-.093	50.748	.059	.093	.009	3.574

Bağımlı değişken: Romantik yakınlık, * $p<0.05$, ** $p<0.001$

Yapılan basit doğrusal regresyon analizine göre sosyal görünüş kaygısı, romantik kıskançlığı anlamlı yordamaktadır ($R=0.494$, $R^2=0.244$, $p<0.001$). Buna göre; romantik kıskançlığa ilişkin toplam varyansın %24’ü sosyal görünüş kaygısı ile açıklanmaktadır (Tablo 12).

Tablo 12: Katılımcıların sosyal görünüş kaygısının romantik kıskançlıklarını yordamasına ilişkin regresyon analizi

Bağımsız değişken	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize edilmiş katsayılar	t	p	R	R ²	F
	B	S.H.	β					
Sabit	2.099	.085		24.651	.000			
Sosyal görünüş kaygısı	.461	.040	.494	11.486	.000**	.494	.244	131.920

Bağımlı değişken: Romantik kıskançlık, * $p<0.05$, ** $p<0.001$

Katılımcıların sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutumlarına etkisini araştırmaya yönelik yapılan analiz sonucuna göre, sosyal görünüş kaygısı mizojinik tutumun anlamlı bir yordayıcısıdır ($R=0.500$, $R^2=0.250$, $p<0.001$). Mizojinik tutuma ait

toplam varyansın %25'inin sosyal görünüş kaygısı ile açıklandığı söylenebilir (Tablo 13).

Tablo 13: Katılımcıların sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutumlarını yordamasına ilişkin regresyon analizi

Bağımsız değişken	Standardize edilmemiş katsayılar		Standardize edilmiş katsayılar	t	p	R	R ²	F
	B	S.H.	β					
Sabit	1.387	.149		9.311	.000			
Sosyal görünüş kaygısı	.817	.070	.500	11.649	.000**	.500	.250	135.700

Bağımlı değişken: Mizojinik tutum, *p<0.05, **p<0.001

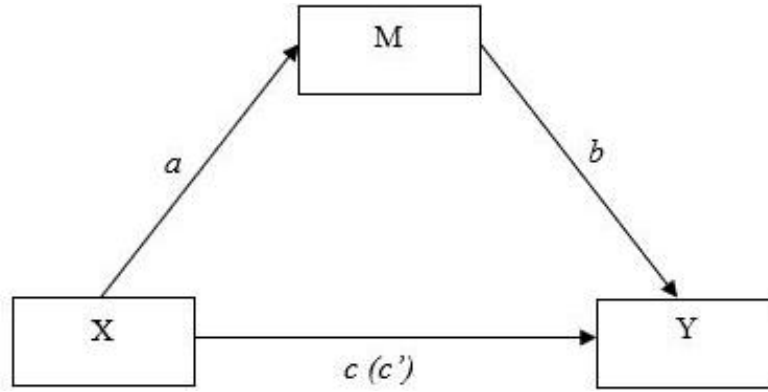
2.5. Sosyal Görünüş Kaygısı ile Mizojinik Tutum Arasındaki İlişkide Romantik Kıskançlığın Aracı Rolü

Çalışmanın bu bölümünde sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum üzerindeki etkisinde romantik kıskançlığın aracı rolünü belirlemek amacıyla bootstrap yöntemini temel alan regresyon analizi yapılmıştır. Analiz, Hayes'in (2018) geliştirdiği SPSS Process makrosunda Model 4 kullanılarak yapılmıştır.

Şekil 3'te uzantıyı geliştiren Hayes (2018, s. 83) tarafından tanımlanan temel aracı değişken analizine ait model sunulmuştur. Bu analiz, psikoloji ve davranış çalışmalarının temel amacına yönelik uzun yıllardır kullanılan Baron ve Kenny'nin (1986) gelenekselleşmiş aracılık analizi olan nedensel adımlar yaklaşımına dayanmaktadır (Gürbüz ve Bayık, 2021, s. 2). Ancak modern aracılık analizi, bootstrap yani yeniden örnekleme tekniğiyle daha geçerli ve güvenilir bir analiz türü haline gelmiştir (Hayes, 2018, s. 98). Sunulan modern aracılık analizinde doğrudan ve dolaylı etkiler incelenerek aracılık rolü saptanmaktadır. Buna göre bağımsız veya diğer bir deyişle yordayıcı değişkenin (X) aracı değişken (M) üzerindeki etkisi *a* ile, aracı değişkenin (M) bağımlı veya yordanan olarak tanımlanabilen değişken (Y) üzerindeki etkisi *b* ile gösterilmekte ve bu iki etkinin çarpımı (*a.b*) "dolaylı etki" olarak tanımlanmaktadır. Dolaylı etki, X'in M'yi etkilediği ve bunun da Y'yi etkilediği bir nedensel dizi yoluyla Y'nin X tarafından nasıl etkilendiğini temsil etmektedir. Bağımsız

değişkenin (X) bağımlı değişken (Y) üzerindeki etkisi ise “toplam etki” olarak isimlendirilen c yolu ile gösterilmektedir. Toplam etki, X üzerindeki bir birim farklılığın Y üzerinde ne kadar farklılık yarattığının tahmin edildiğini belirtmektedir. Doğrudan etki olarak tanımlanan c' yolu ise bağımsız değişkenin (X) bağımlı değişken (Y) üzerindeki aracı değişken kontrolündeki (M) etkisi ise c' yolu ile ifade edilmiştir. Doğrudan etki, toplam etkiden dolayı etkinin çıkarılması ($c' = c - a.b$) ile bulunmaktadır (Hayes, 2018, s. 84). Gürbüz ve Bayık (2021, s. 11), aracılık analizinde dolaylı etkiye odaklanmanın uygun olduğunu belirtmiştir.

Bu çalışmadaki aracılık analizi için bootstrap tekniğiyle 5000 yeniden örneklem tercih edilmiş ve bootstrap analizi sonucunda aracılık etkisinin varlığına %95 güven aralığındaki değerler göz önünde bulundurularak karar verilmiştir. Buna göre güven aralığının alt (LLCI) ve üst (ULCI) değerler arasında sıfır (0) olmaması aracılık etkisini göstermektedir, böylece dolaylı etki kabul edilmektedir (Hayes, 2018, s. 165). Bağımlı değişken ile bağımsız değişken arasındaki anlamlı ilişkinin aracı değişken analize katıldığında anlamsız dönmeye tam aracılığı, anlamlılığa devam ederek toplam etkiyi azaltması ($c' < c$) ise kısmi aracılığı göstermektedir (Gürbüz ve Bayık, 2021, s. 4).



*Kaynak: Hayes (2018, s. 83)

Şekil 3: Temel aracılık modelinin istatistiksel şekli

Çalışmanın bir önceki başlığı altında incelenen sosyal görünüş kaygısının (X) romantik kıskançlık (M) üzerindeki etkisi bu çalışmadaki a yolunu ifade etmektedir. Tablo 12'ye göre bu analizin bağımsız değişkeni olan sosyal görünüş kaygısı, aracı değişkeni olan romantik kıskançlığı anlamlı yordamaktadır ve a yolu anlamlıdır ($B=0.461$, $S.H.=0.040$, $p<0.001$). Romantik kıskançlığın (M) mizojinik tutuma (Y)

etkisini gösteren *b* yolunun da analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($B=0.674$, $S.H.=0.080$, $p<0.001$). Sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum üzerindeki toplam etkisinin (*c*) anlamlı olduğu görülmektedir ($B=0.817$ $S.H.=0.070$, $p<0.001$).

Romantik kıskançlık analize dahil edildiğinde sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutuma etkisi ($B=0.507$, $S.H.= 0.075$, $p<0.001$) anlamlı olmaya devam etmiştir. Dolaylı etkinin %95 güven aralığında alt (LLCI=0.204) ve üst (ULCI=0.437) sınırlarının sıfırdan farklı olduğu ve değerler arasında sıfır bulunmadığı saptanmıştır. Bu durum, sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutuma etkisinde romantik kıskançlığın kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir (Tablo 14).

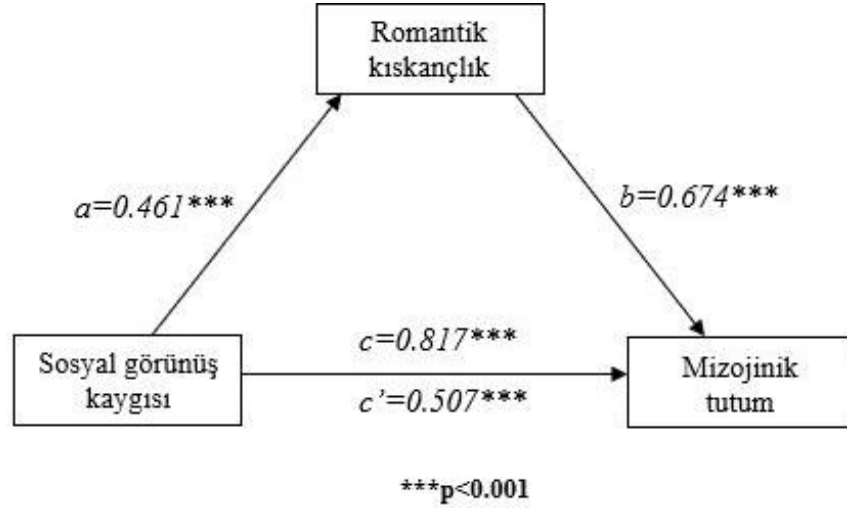
Tablo 14: Katılımcılara ait sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum üzerindeki etkisinde romantik kıskançlığın aracı rolü

	Etki (B)	S.H.	t	p	LLCI	ULCI
<i>b</i> yolu	.674	.080	8.421	.000***	.517	831
$R^2=0.244$; $F(1,408)=131.920$						
Toplam etki (c)	.817	.070	11.649	.000***	.680	.955
$R^2=0.250$; $F(1,408)=135.700$						
Dolaylı etki (a.b)	.310	.059			.204	.437
-						
Doğrudan etki (c')	.507	.075	6.797	.000***	.360	.654
$R^2=0.361$; $F(2,407)=114.930$						

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$ (S. H.: Standart Hata)

Aracı değişkenin etki büyüklüğü dolaylı etkinin toplam etkiye bölünmesi ile ortaya çıkmaktadır (MacKinnon vd., 1995, s.2). Buna göre yapılan analiz sonucunda ortaya çıkan etki büyüklüğü (dolaylı/toplam= ab/c) 0.379 olarak belirlenmiştir. Bu oran, sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum üzerindeki toplam etkisinin romantik

kıskançlık aracı değişkeni tarafından açıklanan kısmının yaklaşık %38 olduğunu göstermektedir. Diğer bir deyişle katılımcıların sosyal görünüş kaygısını hissetme düzeyinin artması mizojinik tutum sergileme düzeylerini de arttırmakta ve bu artışın bir kısmı sosyal görünüş kaygısının romantik kıskançlık düzeyini artırmasıyla açıklanmaktadır. Şekil 4'te bu çalışmada incelenen aracılık analizine dair beta katsayıları bulunan model yer almaktadır.



Şekil 4: Katılımcılara ait sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum üzerindeki etkisinde romantik kıskançlığın aracılığına dair beta katsayıları

SONUÇ

Bu araştırmada amaç; romantik ilişkisi olan (en az bir yıldır ilişkisi var veya evli) kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeylerine etkisini incelemektir. Araştırmada, Kastamonu ve Karabük illerinde ikamet eden ve amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilmiş, araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden 410 kadından elde edilen veriler kullanılmıştır. Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın hipotezleri doğrultusunda yapılan analizlere ait sonuçlar literatür ışığında yorumlanmış ve konuya dair öneriler sunulmuştur.

Sosyo-demografik Bilgilere İlişkin Sonuçlar

Araştırmaya katılan 410 kadın 20-44 yaş aralığındadır. 20-24 yaş grubundaki katılımcıların oranı %29.8, 25-29 yaş aralığındakilerin %28.3, 30-34 grubunun %10.5, 35-39'un %10.7 ve 40-44 yaş grubunun %20.7 oranındadır. Araştırmaya katılanlar en çok lisans (%60), ardından yüksek lisans (%17.1), doktora (%12.4), lise (%5.4), ön lisans (%2.7) ve ortaokul (%2.4) mezunudur. En az bir yıldır romantik ilişkisi olduğunu belirten kadınlar katılımcıların %55.9'unu, evli olduğunu belirtenler ise %44.1'ini oluşturmaktadır.

İlişkilerinden memnuniyet düzeyini “memnunum” olarak değerlendirenlerin oranı diğer memnuniyet ifadelerine göre daha yüksektir (%43.2). Katılımcılar, en belirgin kişilik özellikleri arasında %41.2 oranında duygusal kişilik seçeneğini bildirmiştir. Partnerlerinin en belirgin kişilik özelliğini ise çoğunlukla analitik kişilik (%29) olarak değerlendirmiştir. Bu noktada kadınlar kendilerine ait en belirgin kişilik özelliğini çoğunlukla duygusal kişiliği olarak belirtirken aynı seçeneğin partnerlere dair en az yoğunluğa sahip seçenek olması dikkat çekicidir. Literatürde bu durumun sebebini toplumsal cinsiyet kaynaklı stereotiplerle açıklayan çalışmalar bulunmaktadır. Sprecher ve Sedikides'in (1993, s. 511) kadınların yakın ilişkiler bağlamında erkeklerden daha duygusal olup olmadığını incelediği çalışmada, bu bulguyu destekler nitelikte kadınların erkeklerden daha duygusal olduklarına inandığı sonucuna ulaşılmıştır. Plant ve arkadaşları ise (2000, s. 89) her iki cinsiyetin duyguları hissetme düzeyi konusunda bir farkları olmamasına rağmen hissedilen duyguları ifade etme düzeyi konusunda farklılaştıklarını ifade etmiştir. Buna göre toplumsal cinsiyet olgusu tarafından kadınlara

atfedilmiş sevgi, korku, utangaçlık ve şaşırma gibi duyguları erkekler daha az ifade etmekte; erkeklere atfedilmiş öfke ve gurur duygularını ise kadınlar daha az yansıtmaktadır. Fischer ve Good (1997, s. 166) araştırmalarında ataerkil toplumlarda toplumsal cinsiyetin özellikle erkekler üzerindeki kısıtlayıcı duygusallığının, erkeklerde daha fazla duygu körlüğü ve yakınlık korkusu oluşturduğunu bulmuştur. Bu durum, özellikle erkeklerin duygusal reaksiyonlarını sınırlayarak toplumsal açıdan kabul edilebilir tepkiler vermelerine neden olmakta ve dolayısıyla kadınları nispeten daha duygusal insanlar olarak göstermektedir.

Katılımcıların sosyal medyada vakit geçirme süreleri en fazla 2 saattir (%29.3) ve en sık kullandıkları sosyal medya platformu Instagram'dır (%71.5). Katılımcılar arasında sosyal medyanın beden imgelerini değiştirmedeğini belirtenlerin oranı (%48.8) yüksektir. Öte yandan katılımcıların %67.3'ü sosyal medyaya maruz kalmanın başkalarının bedenlerine dair algılarını olumsuz yönde etkilediğini ifade etmiştir.

Sosyal Görünüş Kaygısına İlişkin Sonuçlar

Sosyal görünüş kaygısı katılımcıların yaş ($F=2.884$, $sd=4-405$, $p<0.05$), öğrenim düzeyi ($F=3.352$, $sd=5-404$, $p<0.05$) ve ilişki durumu ($t=3.152$; $sd=408$; $p<0.05$) değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Buna göre; **H_{1a}**, **H_{1b}** ve **H_{1c}** hipotezleri kabul edilmiştir.

Yaş gruplarının sosyal görünüş kaygısı puan ortalamaları incelendiğinde 20-24 ($\bar{X}=2.14$) ve 35-39 ($\bar{X}=2.11$) yaş gruplarının diğerlerine oranla daha yüksek sosyal görünüş kaygısı belirttiği görülmektedir. İki yaş grubu ele alındığında insan bedenindeki önemli değişimlerin başlangıç dönemleri olduğu görülmektedir. 20 yaş ergenlik döneminin bitişi, doğumdan itibaren sürekli yükselişte olan kas, yağ ve boy oranının durağanlaşmaya başladığı dönemdir. Ardından insan ömrünün sonuna kadar yaşanacak fizyolojik gerilemelerin başlangıcı yaşanmaktadır. Kas-iskelet sistemi, hormonlar ve güç gibi bedensel değişimler 30'lu yaşların ortasından itibaren kendini belli etmeye başlamaktadır (Hick ve Flamez, 2016, s. 390). Bu dönemlerde sosyal görünüş kaygısının yüksek olması şu şekilde açıklanabilir; 20'li yaşların ilk yarısında kadınlar genellikle toplumun baskıladığı zayıf, genç ve ideal beden standartlarına uymaya çalışır ve 30'lu yaşların ikinci yarısına geldiklerinde toplumsal standartlardan daha da uzaklaşmaya

başlarlar (Kilpela vd., 2015, s. 145). Böylece kadınların bedenlerindeki değişimi kabullenme dönemlerinde daha yüksek görünüş kaygısı düzeyi ilettiği söylenebilir.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygıları ve öğrenim düzeyleri grupları arasındaki farklılaşmanın ise lise mezunu ($\bar{X}=1.63$, $S=0.45$) ile lisans mezunu ($\bar{X}=1.86$, $S=0.69$) ve doktora mezunu ($\bar{X}=2.14$, $S=0.79$) kategorileri arasındaki ilişkiden kaynaklandığı bulunmuştur. Her iki grup karşılaştırmasında da daha yüksek öğrenim düzeyine sahip kadınlar daha fazla sosyal görünüş kaygısı bildirmiştir. Benzer şekilde McLaren ve Kuh (2004, s. 1583), yaptıkları araştırma sonucunda kadınların eğitim seviyesi yükseldikçe görünüşlerine dair memnuniyetsizliklerinin arttığını ortaya koymuştur. Araştırma verilerine göre vücut kitle indeksleri hangi düzeyde olursa olsun eğitim düzeyi nispeten daha düşük olan kadınlar yüksek olanlara oranla daha olumlu beden imgesine sahiptir. Bu durum eğitimin, kadınların medyada ve sosyal yaşamda görünüş odaklı tasvirlerle karşı farkındalıklarını artırmasından kaynaklanabilir. Ek olarak eğitim seviyesi yükseldikçe kişisel başarı beklentisi de yükselebilir ve böylece aşına olunan ideal beden mesajları içselleştirilerek kaygıya dönüştürülebilir. Paeratakul ve arkadaşları da (2004, s. 348) eğitim seviyesi yükseldikçe kadınların kendilerini gerçek beden ölçülerinden daha farklı değerlendirme eğiliminde olduklarını bulmuştur. Cheung ve arkadaşları ise (2011, s. 8) ideal kilosunun altında ve düşük eğitim düzeyine sahip kadınların, daha yüksek eğitim düzeyine sahip hemcinslerinden daha az bedene ilişkin kaygı belirttiğini saptamıştır. Buna göre eğitim düzeyinin kişinin beden ölçülerine dair bilgisini ve farkındalığını etkilediği söylenebilir.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygıları ile ilişki durumları arasındaki farklılaşmaya göre romantik ilişkisi olanlar ($\bar{X}=2.10$, $S=0.64$) evlilere oranla ($\bar{X}=1.88$, $S=0.72$) daha yüksek sosyal görünüş kaygısı bildirmiştir. Tom ve arkadaşları (2005, s. 464) bekar kadınların görünüşlerine, evli kadınlara göre daha kaygılı yaklaştıklarını bulmuştur. Bu bulgu ile evliliğin, ideal beden düşüncesinin önemini azalttığı ve ulaşılamaz beden etkisini önemsizleştirmesinden ya da yaşam süresinde kaygıların yön değiştirmesinden ileri gelebilir. Laus ve arkadaşları ise (2018, s. 11) bir ilişki içerisinde yer alan fakat aynı evde yaşamayan bireylerin görünüşlerine yatırım yapma motivasyonlarının yüksek olduğunu belirtmiştir. Buna göre kadınların evlilik gibi, taahhüdü romantik bir ilişkiye oranla daha yüksek bir medeni hale sahip olması görünüşleri açısından onaylanmış hissetmelerini sağlayabilir. Ancak literatürde bu iki

değişken arasında ilişki olmadığını saptayan çalışmalar çoğunluktadır (Friedman, 1999; Khorshid, 2007; Ferreira, 2014; Rocha, 2019; Bebek ve Çakmak Yıldızhan, 2022). Bu çalışmalara göre kadınlar, herhangi bir romantik ilişki içinde bulunmaksızın sosyal görünüş kaygısı hissetmektedir ve ilişkinin varlığından çok tatmin düzeyi görünüş kaygısı ile daha çok ilişkilidir.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygıları ile romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeyleri ($F= 5.749$, $sd= 4-405$, $p= 0.000$) ve en belirgin kişilik özellikleri ($F=5.952$, $sd= 4-405$, $p= 0.000$) arasında anlamlı farklılaşma görülmüş, fakat partnerlerinin en belirgin kişilik özellikleri ile farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Bu doğrultuda **H_{2a}** ve **H_{2b}** hipotezleri kabul edilmiş, **H_{2c}** hipotezi reddedilmiştir.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygılarının romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeylerine göre farklılaşması “memnun değilim” ($\bar{X}=2.54$, $S=1.01$) ifadesi ile “hiç memnun değilim” ($\bar{X}=1.62$, $S=0.29$), “kararsızım” ($\bar{X}=1.76$, $S=0.52$) ve “çok memnunum” ($\bar{X}=1.95$, $S=0.74$) ifadelerinden kaynaklanmaktadır. Romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeyini “memnun değilim” olarak ifade edenler diğer kategorilere göre daha yüksek, “hiç memnun değilim” olarak ifade edenler ise en düşük sosyal görünüş kaygısı düzeyi bildirmiştir. Ancak literatürdeki genel kanı romantik ilişki memnuniyetinin görünüşe dair kaygılarla negatif yönlü bir ilişkisi olduğuna yöneliktir (Stiles vd., 2022, s. 22). Literatürden farklı olarak elde edilen ilişkisinden hiç memnun olmayan kadınların en az görünüş kaygısına sahip olduğu bulgusu, romantik ilişkinin diğer bileşenleri ile ilgili olabilir. Buna göre bir romantik ilişkide, ilişkiden hiç tatmin olmama durumu pek çok risk faktörünün varlığını ve bunların çözüme ulaşmadığını göstermektedir (Rösand, 2014, s. 110). Bu noktaya gelmiş bir romantik ilişkide yer alan kadınların ilişkilerinden memnuniyetleri, görünüş kaygısı düzeylerini olumsuz anlamda etkileyebilir.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile en belirgin kişilik özellikleri arasındaki farklılaşma duygusal kişilik ($\bar{X}=2.15$, $S=0.75$) ile dışa dönük kişilik ($\bar{X}=1.79$, $S=0.48$) ve baskın kişilik ($\bar{X}=1.80$, $S=0.64$) kategorileri arasındaki farklılıktan kaynaklanmaktadır. Katılımcılardan duygusal ve içe dönük kişilik tipinin en belirgin özelliklerini yansıttığını belirtenler, diğer gruplara oranla daha fazla sosyal görünüş kaygısı düzeyine sahiptir. İçe dönüklük, utangaçlık, davranışsal kısıtlamalar ve fazla duygusallık sosyal kaygıyı tanımlarken kullanılan karakter özellikleridir. Nitekim klinik

olmayan ortamlarda içe dönüklük, sosyal kaygı ile eş anlamda kullanılmaktadır (Summerfeldt vd., 2006, s. 57). Sosyal kaygının bir türü olan ve temelde başkaları tarafından görünüşe dayalı olumsuz değerlendirilme korkusunu ifade eden sosyal görünüş kaygısı da içe dönük ve duygusal özellikleri ağır basan insanlar tarafından daha çok hissedilebilir. Duygu ve hislerine karşı öz-bilinci yüksek olan bireyler görünüşlerine dair daha eleştirel bir bakış açısı sergileyerek sosyal etkileşimlerden kaçınma eğiliminde olmaktadır (Parvez, 2013, s. 55). Janowsky ve arkadaşları (2000), klinik araştırmalarında sosyal anksiyetesi olan insanların %93.7'sinin içe dönük olduğunu ve dışa dönük insanların çok daha az olumsuz değerlendirilme korkusu hissettiğini bulmuştur. Nitekim bu çalışmada da en belirgin kişilik özelliğinin dışa dönüklük olduğunu belirtenler en düşük sosyal görünüş kaygısı bildirmiştir ($\bar{X}=1.79$).

Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasında sosyal medya kullanım süreleri ($F=4.277$, $sd= 5-404$, $p<0.05$), sosyal medyanın beden imgelerine ($F=53.154$, $sd= 2-407$, $p<0.05$) ve başkalarına yönelik beden algılarına etkisi ($F=15.126$, $sd= 2-407$, $p<0.05$) bakımından anlamlı bir fark gösterirken en sık kullanılan sosyal medya platformuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemiştir ($F=2.176$; $sd=3-406$; $p>0.05$). Bu durumda H_{3a} , H_{3c} ve H_{3d} hipotezleri kabul edilirken H_{3b} hipotezi reddedilmiştir.

Sosyal görünüş kaygısı ile katılımcıların sosyal medya kullanım süreleri arasındaki ilişkide anlamlı farklılaşmaya neden olan gruplar 2 saat ($\bar{X}=1.84$, $S=0.59$) ve 5 saat ($\bar{X}=2.35$, $S=0.92$) zaman geçirdiğini belirtenlerdir. Grup ortalamalarına göre 5 ve 6 saat sosyal medya kullanım süresine sahip olan kişiler diğer gruplara oranla daha yüksek sosyal görünüş kaygısına sahiptir ($\bar{X}=2.35$). Sosyal görünüş kaygısı yüksek insanlar, genel görünüşleri veya belirli bir bölgelerinden dolayı olumsuz değerlendirilmekten korktuğu için görünüşlerini kamufle etme eğilimindedirler. Sosyal medya ortamı, kişilere görünüşlerini kamufle veya manipüle etme imkanı verdiği için sosyal görünüş kaygısı yoğun olan bireyler bu iletişim yolunu tercih etmektedir (Papapanou vd., 2023, s. 2). Literatürdeki diğer pek çok çalışmada da sosyal görünüş kaygısının uzun süreler boyunca sosyal medya kullanımı ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Doğan ve Çolak, 2016; Hawes, 2020; Jiotsa vd., 2021; Sharon vd., 2021; Aslan ve Çakmak Tolan, 2022). Buna göre sosyal medya, kadınlar için potansiyel olarak zararlı 'ideal' standartları normalleştirerek kadın bedeni üzerinde gerçekçi olmayan beklentiler

yaratmaktadır. Sosyal medya kullanımının fazlalığı ise toplumda bir gözetim kültürü oluşturarak arzu edilen bir benliği dijital ortamlarda oluşturma gibi uygulamaları teşvik etmektedir. Bu baskılar kadınların bedeninde, ruh sağlığında ve diğer kadınlarla ilişkilerinde zararlı etkilere neden olma özelliğine sahiptir (Wolf, 2019, s. 9). Ancak Sharon ve arkadaşları (2021, s. 1213) araştırmalarında sosyal medya kullanım süresi arttıkça sosyal görünüş kaygısının azaldığı bulgusunu elde etmiştir. Bu negatif ilişkinin sebebi, son yıllarda sosyal medyada hızla artan beden olumlama hareketiyle ilişkilendirilmiştir. Yazarlar beden olumlama hareketinin bireylerde görünüşe dair özgüveni artırma etkisinin olabileceğini öne sürmüştür.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyi sık kullandıkları sosyal medya platformuna göre farklılaşma göstermemektedir ($p>0.05$). Bu çalışmada katılımcılar en sık kullandıkları platformları Instagram, Twitter, Facebook ve Youtube olarak belirtmiştir. Tüm bunlar, insanların fotoğraf ve videolarını topluma açık olarak paylaşabildiği platformlardır. Dolayısıyla kadınların belirttiği sosyal görünüş kaygısının bu sosyal ağlara göre farklılaşmaması, her birinin karşılaştırma yapılabilecek görsellere maruz kalınabilen ortamlar olmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin sosyal medyanın kendi beden imgelerine etkisini ifade eden gruplara göre farklılaşmasının nedeni “olumsuz yönde değiştiriyor” ($\bar{X}=2.40$, $S=0.76$) ifadesi ile “olumlu yönde değiştiriyor” ($\bar{X}=2.43$, $S=0.00$) ve “değiştirmiyor” ($\bar{X}=1.76$, $S=0.53$) ifadeleridir. Katılımcılardan sosyal medyanın beden imgelerini olumsuz yönde etkilediğini belirtenlerin sosyal görünüş kaygısı puanları diğer gruplara oranla daha yüksektir. Karşılaştırma sonucu beden imgesinin olumsuz etkilenmesi “yukarıya doğru karşılaştırma”, olumlu etkilenmesi “aşağıya doğru karşılaştırma” ve aynı düzeyde kalması “yanal karşılaştırma” olarak tanımlanmaktadır (Fardouly vd., 2017, s. 31). Kızılkaya ve Özkaya’ya göre (2023, s. 399) günümüzde sosyal medya, beden açısından hoş ve güzel olmayı yaşamın en önemli amacı olarak yansıtmaktadır. Bu anlamda kendini yetersiz gören bireyler, sosyal medyadan olumsuz yönde etkilenerek görünüşlerine ilişkin doyumsuzluk ve başarısızlık yaşamaktadır. Nitekim araştırmanın diğer bir analiz bulgusuna göre de katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri, sosyal medya kullanımıyla başkalarının bedenlerine yönelik algılarına etkisini inceleyen ifadelerle göre farklılık göstermiştir. Başkalarının bedenlerine dair görüşlerinin olumlu yönde değiştiğini ifade edenler diğerlerine göre en yüksek sosyal

kaygısı bildirmiştir ($\bar{X}=2.43$). Böylece katılımcı kadınların sosyal medyada maruz kaldıkları ideal görüntü, beden ve yaşam stili içerikleri ile sosyal görünüş kaygısını daha fazla yaşadıkları görülmektedir. Hai ve Yang'ın (2022, s. 5) 320 genç kadın ile yaptığı araştırmada, sosyal ağlarda vakit geçirirken kendilerini diğer bireylerle karşılaştıran kadınların daha fazla anksiyete yaşadığı, kendi bedenleriyle ilgili daha fazla memnuniyetsizlik hissettiği, kilolu görünmekle ilgili daha fazla endişe duyduğu ve bu şekilde benlik saygılarının düştüğü bulunmuştur. Literatürdeki birçok araştırma da benzer bulgulara sahiptir (Kim ve Chock, 2015; Tiggemann ve Zaccardo, 2015; Fardouly vd., 2017; Hawes vd., 2020; Deng ve Jiang, 2023; van Oosten vd, 2023). Bu çalışmadaki bu bulgu ve bulguyu destekleyen diğer araştırmalar ışığında sosyal medyanın etkileşimli yapısının sosyal karşılaştırmayı tetikleyerek kadınlar için bir stres kaynağı olabileceği ve stresin en yoğun görünüş ile ilişkili olarak yaşanabileceği görülmektedir.

Romantik Yakınlığa İlişkin Sonuçlar

Katılımcıların bildirdiği romantik yakınlık düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r= -0.093$, $p>0.05$). Ek olarak sosyal görünüş kaygısı, romantik yakınlıklarının anlamlı bir yordayıcısı değildir ($R=0.093$, $R^2=0.009$, $p>0.01$). Bu doğrultuda **H_{4a}** ve **H_{5a}** hipotezleri reddedilmiştir. Kadınların romantik yakınlık ile sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkinin varlığına dair bu bulgu literatürdeki çalışmalardan farklılık göstermektedir. Buna göre literatürdeki araştırmalar bedene ilişkin memnuniyetsizliklerden doğan sosyal kaygının romantik ilişkilerde yakınlığa dair bir korkuya sebep olduğunu vurgulamaktadır (Evans ve Wertheim, 1998; Cash vd., 2004; Ambwani ve Strauss, 2007; Sklar, 2008; Juarez ve Pritchard, 2012). Ancak tüm katılımcıların bir yıldan fazla süredir romantik bir ilişkisi olduğu göz önünde bulundurulduğunda, beğenilme arzularının ilişkileri aracılığıyla karşılanması ile görünüş kaygılarının daha düşük düzeyde olabileceği düşünülmektedir (Gupta vd., 2011, s. 6; Træen ve Kvaalem, 2022, s. 1). Tom ve arkadaşlarının (2005, s. 468) araştırmasında uzun süreli ve tatmin edici ilişkilerin, görünüş ile ilgili kaygıları ve gerçekçi olmayan ideal beden imgesinin etkisini azalttığı belirtilmiştir. Bu araştırmada da katılımcılar arasında ilişkilerinden memnun olanların oranının (%43.2) yüksek

olması, sosyal görünüş kaygılarının romantik yakınlık düzeylerini etkilememesi ile açıklanabilir.

Araştırma katılımcılarının romantik yakınlık düzeyleri ile romantik kıskançlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$). Buna göre **H_{4a}** reddedilmiştir. Araştırmanın bu bulgusunun aksine literatürde yer alan bazı çalışmalarda romantik yakınlık ile romantik kıskançlık arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu rapor etmişlerdir (Berscheid, 1983; Knobloch, 2001; Attridge, 2013; Hunter ve Stockwell, 2022). Knobloch ve arkadaşları (2001, s. 220) romantik ilişkilerdeki yakınlığın duygusal kıskançlıkla önemli düzeyde bir ilişkisi olduğunu bulmuştur. İlişkideki yakınlık ve kıskançlık arasındaki ilişkinin sebebi, ilişkinin gelişimi sürecindeki dinamiklerin değişimi ile açıklanmıştır. Bu çalışmada iki değişken arasında ilişki olmaması ise katılımcıların mevcut romantik ilişkilerinin en az bir yıldır sürmesi veya evli olmaları ile açıklanabilir. Buna göre ilişkilerinde belirli bir dinamik oluştuğunu hisseden bireyler, yakınlık düzeyleri ile kıskançlık tepkilerini ilişkilendirmeyebilir.

Analiz sonuçlarına göre katılımcıların romantik yakınlık düzeylerinin mizojinik tutum düzeyleri ile negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür ($r = -0.125$, $p < 0.05$). Bu durumda **H_{4e}** kabul edilmiştir. Overall ve arkadaşlarının (2011, s. 271) araştırmasında romantik bir ilişkide olan çiftlerin iletişim şekilleri ile cinsiyetçi düşünceleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada düşmanca cinsiyetçiliğin yakın ilişkilerde savunmacı ve muhalif etkileri olacağı ve bunun da çiftler arasındaki yakınlığı olumsuz etkileyeceği belirtilmiştir. Cross ve Overall'a göre (2017, s. 336) romantik anlamda yakınlık ve güvenlik ihtiyacı hisseden kadınlar, korumacı cinsiyetçiliğe karşı daha kabullenici davranmaktadır. Sonuç olarak romantik yakınlık ile mizojinik tutum arasındaki negatif yönlü ilişki, romantik ilişkilerde kalite ve tatminin bireyin iyi oluşundaki etkisiyle açıklanabilir. Buna göre, ilişkisinde romantik yakınlığın alt faktörleri olan güven, fiziksel çekim, destek ve kendini açma konularında herhangi bir sorun yaşanmaması bireyin gerek ilişkisine gerekse sosyal ilişkilerine olumlu şekilde yansiyabilir. Böylece yakın ilişkisinde tatmin yaşayan kadınlar için diğer kadınlarla kıyas yapma, onları rakip olarak algılama veya eleştirme gibi tutumların daha az ilgi çekici olması mümkün olabilir.

Romantik Kıskançlığa İlişkin Sonuçlar

Araştırmada yapılan Pearson korelasyon testinde katılımcıların romantik kıskançlık ile sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0.494$, $p<0.01$). Regresyon analizi sonucunda da sosyal görünüş kaygısının romantik kıskançlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ($R=0.494$, $R^2=0.244$, $p<0.01$). Dolayısıyla **H_{4b}** ve **H_{5b}** hipotezleri kabul edilmiştir. Balaydın ve arkadaşlarının (2020, s. 123) hamilelik dönemindeki kadınlarla yaptığı araştırmadan elde edilen sonuçlar bu bulguyu desteklemektedir. Araştırma sonucunda kadınların beden imgeleri ile ilgili memnuniyetleri arttıkça romantik kıskançlıkları düşmektedir. Bu bulgu, kadınların kendi bedenlerindeki mutluluklarının özgüvenlerini artırmasıyla ilişkilendirilmiştir. Özgüvenli kadınların kendilerini başkalarıyla kıyaslayarak ilişkilerinde kıskançlık tepkisi verme düzeyi düşüktür. Nitekim Massar ve Buunk'un (2009, s. 129; 2010, s. 636) gerçekleştirdiği çalışmalar, kadınların romantik ilişkilerindeki kıskançlık duygularının diğer kadınların görünüşleri ve kendilerini onlarla karşılaştırmaları ile ilişkisini ortaya koymaktadır. Çalışmalarda toplum tarafından çekici özelliklere sahip olduğu düşünülen hemcinsleri ile karşılaştırma gerçekleştiren kadınların daha çok kıskançlık gösterdiği ve daha öfkeli hissettiği belirlenmiştir. Kadınlar, ilişkilerine oluşturacağı tehdidi belirlemek için diğer kadınların vücut şeklini bir ipucu olarak kullanarak rakipleri hakkında hızlı bir izlenim edinmektedir. Bourland ise (2017, s. 19) romantik kıskançlığı benlik saygısı ve narsisizmin yordadığını belirtmiştir. Kadınların benlik saygısını beden memnuniyetleriyle ilişkilendirme eğilimlerinin önemli olduğu ifade edilmiştir. Buna göre; beden tatmini yüksek ve dolayısıyla benlik saygısı da yüksek olan kadınlar ve narsistik derecesinde özgüvene sahip kadınların romantik ilişkilerinde diğer kadınları rakip olarak görme endişesi ve kıskançlık tepkileri düşüktür.

Yapılan analiz sonucunda katılımcı kadınların romantik kıskançlık düzeylerinin mizojinik tutum düzeyleri ile pozitif yönde orta düzeyde ilişkisi olduğu saptanmıştır ($r=0.537$, $p<0.01$). Buna göre **H_{4f}** hipotezi kabul edilmiştir. Bleske-Reчек ve Lighthall (2010, s. 95) her biri iki yakın arkadaş kadından oluşan 46 çift ile yaptığı araştırmada, 9 kişilik bir dış jüriden kadınları fotoğrafları doğrultusunda geleneksel olarak daha çekici ve daha az çekici olarak sınıflamaları istenmiştir. Araştırma sonucunda daha az çekici olarak sınıflanan kadınların, arkadaşlarını romantik açıdan daha çok rakip olarak algıladıkları bulunmuştur. Kadınların kendilerinden daha güzel olarak tanımladıkları

arkadaşları ile yaptıkları karşılaştırmanın, kendi görünüş algılarını ve buna bağlı olarak psikolojik iyi oluşlarını olumsuz etkilemesinin olası olduğu belirtilmiştir. Shettel-Neuber ve arkadaşları ise (1978, s. 614), kadınların kendilerinden daha az çekici kadınlar romantik ilişkilerinde tehdit oluşturduğunda daha çekici tehditlere oranla daha fazla utanç ve hem kendilerine hem partnerlerine daha fazla kızgın hissettiklerini bulmuştur. Bu durumda kadınların nesneleştirmeyi içselleştirmesinden kaynaklı olarak kendisinden daha az değerli gördüğü kadınlar karşısında hissettiği tehdidin benlik saygılarına daha büyük zarar verdiği görülmektedir. Buna göre toplum tarafından sosyal görünüş kaygısı hissetmeye maruz bırakılan kadınlar, yakın arkadaşları da dahil olmak üzere diğer kadınlarla kendini karşılaştırmakta ve onları tehdit olarak algılayabilmektedir. Bu durum kadınların hemcinsleriyle arkadaşlıklarını ve ilişkilerini olumsuz etkilemektedir.

Mizojiniye İlişkin Sonuçlar

Araştırma bulgularına göre katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri, mizojinik tutum ($r=0.500$, $p<0.01$) düzeyleri ile pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri mizojinik tutum düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısıdır ($R=0.500$, $R^2=0.250$, $p<0.01$). Bu durumda H_{4c} ve H_{5c} hipotezleri kabul edilmiştir. Davis ve arkadaşlarına (2020, s. 261) göre görünüş kaygısından dolayı oluşan mizojinik tutumların kaynağı evrimsel güdülere dayanmaktadır. Buna göre toplumun ve özellikle erkeklerin kadınlarda dış görünüşe çok fazla önem vermesi, kadınlar arasındaki rekabetin en büyük sebeplerindendir. Bu durumun kadınlarda yarattığı baskı, sosyal karşılaştırmayı tetikleyerek hemcinslerine karşı agresif ve düşmanca tutumlar sergilemelerine neden olmaktadır. Fink ve arkadaşları (2014, s. 139), kadınların potansiyel partnerleri tarafından en çok arzu edilen özelliklerin sergilenmesi yoluyla birbirleriyle rekabet ettiğini belirtmiştir. Yaptıkları araştırmaya göre kadınlar; daha kadınsı yüz özelliklerine, daha büyük göğüslere ve daha düşük bel-kalça oranına sahip kadınları, çekici ve tehdit oluşturma olasılığı en yüksek olan grup olarak değerlendirmiştir. Araştırma bulgularını destekleyen bu çalışmalar ışığında günümüzde kadınların cinsiyetçi 'ideal kadın' özelliklerini içselleştirerek kendilerini ve hemcinslerini bu doğrultuda değerlendirdiği söylenebilir. Bu değerlendirme sonucunda kıskançlık, agresiflik ve kin gibi mizojinik tutumlar oluşabilmektedir.

Aracılık Analizine İlişkin Sonuç

H₆ hipotezi doğrultusunda yapılan aracılık analizi sonucunda katılımcıların sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum üzerindeki etkisinde romantik kıskançlığın kısmi aracılık rolü olduğu saptanmıştır. Buna göre **H_{6a}** hipotezi kabul edilmiştir. Bu bulguya benzer şekilde Arnocky ve arkadaşlarının (2012, s. 301) romantik ilişkisi olan kadınlar ile yaptığı araştırmada kadınların kendileri tarafından fiziksel çekicilik karşılaştırmaları arttıkça, hemcinslerine karşı daha fazla dolaylı agresif tutum besleme ve partnerlerinin sadakatsizliğinden şüphelenme düzeylerinin de arttığı bulunmuştur. Araştırmada kıskançlık, sık sık fiziksel çekicilik karşılaştırmaları yapma ile dolaylı saldırganlık arasındaki ilişkilere kısmen aracılık etmiştir. Araştırmada bu durumun sebebi kadınların beden memnuniyetsizliği ile ilişkilendirilmiştir. Diğer bir deyişle görünüş kaygısı yüksek olan kadınlar kendini nesneleştirme ve sosyal karşılaştırmaya yatkın oldukları için kendilerini değersiz görmekte ve hem daha yüksek değerli olarak algıladıkları rakiplerine hem de partnerlerine karşı olumsuz tutumlara sahip olmaktadır. Reynold ve arkadaşlarının (2018, s. 195) yaptığı araştırmada kadınlar tarafından hemcinslerinin ‘rakip’ olarak algılanma sürecinde dış görünüşün önemli bir kriter olarak kullanıldığını ve sonucunda romantik kıskançlık ile bazı mizojinik tutumlara sebep olduğu ortaya koyulmuştur. Aynı zamanda diğer kadınların toplum tarafından ‘provakatif’ olarak etiketlenen giyim tarzının da rakip olarak değerlendirilmelerine neden olduğu belirlenmiştir. Buna göre romantik kıskançlık hisseden kadınlar, dış görünüşünün çekici olması sebebiyle rakip olarak algıladıkları diğer kadının itibarını sarsmak için diğer insanların gözünde romantik ve sosyal çekiciliğini azaltacak dedikodular yayma eğilimindedir. Kadınlar, hemcinslerinin sosyal görünüş kaygısı nedeniyle yaptığı karşılaştırmalar sonucunda verdiği romantik kıskançlık tepkisi sebebiyle itibar zedeleyici dedikodulara ve dolayısıyla mizojinik tutumlara maruz kalabilmektedir.

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar şu şekilde özetlenebilir;

- Araştırmaya katılan kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri; yaş, öğrenim düzeyi, ilişki durumu, romantik ilişkilerinden memnuniyet düzeyleri, en belirgin kişilik özellikleri, sosyal medya kullanım süreleri, sosyal medyanın beden imgelerine ve başkalarının bedenlerine ilişkin algılarına etkisi değişkenlerine göre farklılık göstermektedir.

- Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri partnerlerine dair algıladıkları en belirgin kişilik özelliğine ve en sık kullandıkları sosyal medya platformuna göre ise farklılaşmamaktadır.
- Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri, kıskançlık düzeyleri ve mizojinik tutum düzeyleri ile pozitif yönde orta düzeyde bir ilişkiye sahiptir. Sosyal görünüş kaygısı ve romantik yakınlık düzeyi arasında anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır.
- Katılımcı kadınların romantik ilişkilerindeki kıskançlık düzeyleri ile yakınlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.
- Araştırmaya katılan kadınların belirttiği mizojinik tutum düzeylerinin, romantik yakınlık düzeyleri ile negatif yönde düşük düzeyde ve romantik kıskançlık düzeyleri ile pozitif yönde orta düzeyde bir ilişkiye sahip olduğu saptanmıştır.
- Sosyal görünüş kaygısı katılımcıların romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısıyken, romantik yakınlık düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı değildir.
- Katılımcıların sosyal görünüş kaygılarının mizojinik tutumlarına etkisinde romantik kıskançlığın kısmi aracılık rolü mevcuttur.

Öneriler

Sosyal görünüş kaygısının romantik ilişkide yer alan kadınlar açısından romantik kıskançlıklarına ve hemcinslerine ilişkin düşmanca tutumlarına dair olumsuz etkilere neden olduğu görülmektedir. Araştırmadan elde edilen bulgular neticesinde gelecek çalışmalar ve sosyal hizmet alanı için öneriler geliştirilmiştir. Buna göre gelecek çalışmalara yönelik öneriler şu şekilde sıralanabilir;

- Bu çalışma Kastamonu ve Karabük illerinde yaşayan 410 kadın ile sınırlıdır, gelecek çalışmalar daha büyük örneklemelerde yapılabilir,
- Bu çalışmanın örneklemini yalnızca kadınlar oluşturmaktadır, gelecek çalışmalarda erkek katılımcılara yer verilerek cinsiyet bazlı karşılaştırma imkanı artırılabilir,

- Bu çalışmanın veri toplama süreci Mayıs-Eylül 2022 tarihleri arasında tamamlanmıştır, gelecek çalışmalarda bireylerin sosyal görünüş kaygılarının romantik ilişkileri ve mizojinik tutumlarına etkilerinin zaman içerisindeki değişimini inceleyen boylamsal bir çalışma yürütülebilir,
- Bu çalışma araştırma konularını incelemek amacıyla oluşturulmuş veri toplama araçlarını içeren anket formu ile sınırlıdır, gelecek çalışmalarda bireylerin sosyal görünüş kaygısı, romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum deneyimlerini ilişki olarak araştıran nitel bir çalışma yürütülebilir.

Sosyal hizmet alanına yönelik şu önerilerde bulunulabilir;

- Sosyal görünüş kaygısı, çağın getirdiği yenilikler doğrultusunda görünürlüğü artan ideal beden baskısıyla toplumda daha geniş kitleleri etkisini altına almaktadır. Sosyal hizmet uzmanları, sosyal görünüş kaygısına ilişkin farkındalığı artırma amacıyla makro düzeyde çalışmalar gerçekleştirebilir,
- Bu çalışmada sosyal görünüş kaygısının romantik kıskançlığa olumsuz etkisi ortaya koyulmuştur. Romantik kıskançlık, halk sağlığı ve toplumsal refah açısından önemli bir konudur. Sosyal hizmet uzmanları kıskançlığa ilişkin psikoeğitimler düzenleyebilir,
- Aile çalışmaları, aile veya çift danışmanlığı alanlarında yer alan sosyal hizmet uzmanları karşılaştıkları romantik kıskançlık vakaları ile yürüttükleri müdahaleleri kanıta dayalı bir literatür oluşturmak amacıyla makaleler halinde yayınlatabilir ve meslektaşlarıyla düzenlenecek atölyelerde bilgi alışverişi yapabilir,
- Bu çalışmada kadınların içselleşmiş mizojinik tutumlarının sebeplerinden bazıları saptanmıştır. Sosyal hizmet, dezavantajlı grupların sosyal işlevselliği ve refahını artırmayı amaçlayan bir meslek dalı olarak toplumsal normlar ile halihazırda dezavantajlı konumda bulunan kadınların kendi aralarındaki düşmanlık tutumlarını önleyici bir rol üstlenmelidir. Bu doğrultuda kadınlar arasındaki dayanışmayı ve kadınların benlik saygısını artırıcı, nesneleştirmeyi ve stereotipleri değiştirmeyi amaçlayan mezzo düzeyde grup çalışmaları gerçekleştirebilir.

KAYNAKÇA

- Abak, E. (2019). *Ruminatif Düşünme Stili, Beden Algısı ve Sosyal Görünüş Kaygısının Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Semptomlarla İlişkisi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 555167).
- Akbay, S. E. (2015). *Ana-Babaya Bağlanma ile Romantik Yakınlık ve Otantik Benlik Arasındaki İlişkilerde Bağlanma Stilllerinin Aracı Rolünün İncelenmesi* (Doktora tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 421569).
- Aksoy, N. E. (2019). *Evli Kadınların Evlilik Doyumları, Romantik Kıskançlık Durumları ve Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 552017).
- Altun, E. (2019). *Türk Milliyetçi-Muhafazakârlığında Mizojini: Peyami Safa'nın Romanlarını Okumak* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 568076).
- Ambwani, S. ve Strauss, J. (2007). Love thyself before loving others? A qualitative and quantitative analysis of gender differences in body image and romantic love. *Sex Roles*, 56, 13–21. doi: 10.1007/s11199-006-9143-7
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4. Bs. Text Revision - DSM-4-TR). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5. Bs. - DSM-5). Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Antonietti, C., Camerini, A. L. ve Marciano, L. (2020). The impact of self-esteem, family and peer cohesion on social appearance anxiety in adolescence: Examination of the mediating role of coping. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 1089-1102. doi: 10.1080/02673843.2020.1858888
- Arslan, B. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Görünüş Kaygısı ve Bağlanma Stilllerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 675121).
- Aslan, H. R. ve Çakmak Tolun, Ö. (2022). Social appearance anxiety, automatic thoughts, psychological well-being and social media addiction in university

- students. *International Education Studies*, 15(1), 47-62. doi: 10.5539/ies.v15n1p47
- Aşçı, F. H., Tüzün, M. ve Koca, C. (2006). An examination of eating attitudes and physical activity levels of Turkish university students with regard to self-presentational concern. *Eating Behaviors*, 7(4), 362–367. doi: 10.1016/j.eatbeh.2005.11.011
- Atak, H. (2011). Kimlik Gelişimi ve Kimlik Biçimlenmesi: Kuramsal Bir Değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 163-213. Erişim adresi: <https://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423911138.pdf>
- Attridge, M. (2013). Jealousy and relationship closeness: exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. *SAGE Open*, 3(1), 1-16. doi: 10.1177/2158244013476054
- Avalos, L. C., Tylka, T. L. ve Wood-Barcalow, N. L. (2005). The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image*, 2(3), 285-97. doi: 10.1016/J.BODYIM.2005.06.002
- Ayers, C. (2011). *An Analysis of Body Esteem, Trust, and Jealousy Pathways to Relationship Satisfaction* (Yüksek lisans tezi, Texas Woman's Üniversitesi, Denton, Texas). Erişim adresi: <https://twu-ir.tdl.org/handle/11274/10050>
- Bagarozzi, D. A. (1997). Marital intimacy needs questionnaire: preliminary report. *The American Journal of Family Therapy*, 25(3), 285–290. doi: 10.1080/01926189708251073
- Bakır, A. (2019). *Romantik İlişkilerde Siber Flört İstismarının Beden İmgesi ve Benlik Saygısıyla İlişkisi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 555972).
- Balaydın, A.S., Kızıltan, B. ve Ejder Apay, S. (2020). Gebelikte vücut algısı ile kıskançlık durumu arasındaki ilişkinin araştırılması. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(2), 115-126. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/esbder/issue/56656/731209>
- Bandelow, B. ve Michaelis, S. (2015). Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17(3), 327-335. doi: 10.31887/DCNS.2015.17.3/bbandelow
- Barnett, O.W., Martinez, T.E. ve Bluestein, B.W. (1995). Jealousy and romantic attachment in maritally violent and nonviolent men. *Journal of Interpersonal Violence*, 10(4), 473–486. doi: 10.1177/088626095010004006

- Baydar, V. (2014). *Feminist Sosyal Hizmet Perspektifinden Popüler Yabancı Dizilerde Kadın Düşmanlığının İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 374821).
- Bearman, S., Korobov, N. ve Thorne, A. (2009). The fabric of internalized sexism. *Journal of Integrated Social Sciences*, 1(1), 10-47. Erişim adresi: https://jiss.org/documents/volume_1/issue_1/JISS_2009_1-1_10-47_Fabric_of_Internalized_Sexism.pdf
- Bebek, S. ve Çakmak Yıldızhan, Y. (2022). Researching of the relationship between women's body attitudes, recreational awareness levels of women. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi* , 6(Akademik Spor Araştırmaları Kongresi Özel Sayısı), 636-652. doi: 10.38021/asbid.1215512
- Berktaş, F. (2014). *Tek Tanrılı Dinler Karşısında Kadın: Hıristiyanlık'ta ve İslamiyet'te Kadının Statüsüne Karşılaştırmalı Bir Yaklaşım* (4. Bs.). İstanbul: Metis Yayınları.
- Berscheid, E. (1983). Emotion. H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger, . . . D. R. Peterson (Ed.), *Close Relationships* içinde (s. 110-168). New York, NY: Freeman.
- Bleske-Rechek, A. ve Lighthall, M. (2010). Attractiveness and Rivalry in Women's Friendships with Women. *Human Nature*, 21, 82–97. doi: 10.1007/s12110-010-9081-5
- Bode, A. ve Kushnick, G. (2021). Proximate and Ultimate Perspectives on Romantic Love. *Frontiers in Psychology*, 12, 573123. doi: 10.3389/fpsyg.2021.573123
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment* (2. bs.). New York: Basic Books.
- Boursier, V. ve Gioia, F. (2020). Women's pathological narcissism and its relationship with social appearance anxiety: the mediating role of body shame. *Clinical Neuropsychiatry*, 17(3), 164-174. doi: 10.36131/cnfioritieditore20200304
- Boursier, V., Gioia, F., ve Griffiths, M. D. (2020). Do selfie-expectancies and social appearance anxiety predict adolescents' problematic social media use? *Computers in Human Behavior*, 110, 106395. doi: 10.1016/j.chb.2020.106395
- Bourland, C. (2017). With a body like mine: relationship between body esteem, perceived rivals, and jealousy (Yüksek lisans tezi, Murray State Üniversitesi, Kentucky). Erişim adresi: <https://digitalcommons.murraystate.edu/etd/19/>
- Bozkur, B., Gündoğdu, M. ve Uzun, B. (2019). *Mizojini Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması* (Bildiri sunumu). VIIth International Eurasian

Educational Research Congress, Ankara, Türkiye. Erişim adresi:
<https://toad.halileksi.net/olcek/mizojini-olceginin-gelistirilmesi>

- Bozkur, B. (2020). Developing Internalized Sexism Scale for Women: A validity and reliability study. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 5(11), 1981-2028. doi: 10.35826/ijoecc.289
- Börklü, S. S. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygısı ile Atılganlıkları Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi veri tabanından erişilmiştir.
- Brennan, K. A. ve Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 267–283. doi: 10.1177/0146167295213008
- Brown, W.M. ve Moore, C. (2003). Fluctuating asymmetry and romantic jealousy. *Evolution and Human Behavior*, 24(2), 113–117. doi: 10.1016/s1090-5138(02)00148-4
- Buss, D.M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*, 12, 1-49. doi: 10.1017/S0140525X00023992
- Büyüklü, Z. (2022). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Güzellik Algısı ile İlgili Aldatma Tutumunun İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 729574).
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum* (24. Bs.). Ankara: Pegem Akademi.
- Capezza, N.M. ve Arriaga, X.B. (2008). Factors associated with acceptance of psychological aggression against women. *Violence Against Women*, 14(6), 612–633. doi: 10.1177/1077801208319004
- Cash, T.F. (2004). Body image: past, present, and future. *Body Image*, 1, 1–5. doi: 10.1016/s1740-1445(03)00011-1
- Cash, T.F., Theriault, J., Annis, N.M. (2004). Body image in an interpersonal context: Adult attachment, fear of intimacy and social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(1), 89–103. doi: 10.1521/jscp.23.1.89.26987
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-behavioral perspectives on body image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance, Vol. 1* içinde (s. 334–342). Elsevier Academic Press. doi: 10.1016/B978-0-12-384925-0.00054-7
- Charania, I. ve Krishnaveti, H. (2021). Relationship between social appearance anxiety, fear of negative evaluation and emotion regulation in adolescents and young

- adults. *International Journal of Indian Psychology*, 9(2), 1525-1531. doi: 10.25215/0902.157
- Check, J.V., Malamuth, N.M., Elias, B. ve Barton, S.A. (1985). On hostile ground. *Psychology Today*, 19(4), 56-61. Erişim adresi: <https://www.sscnet.ucla.edu/comm/malamuth/pdf/85pt19.pdf>
- Cheung, Y.T., Lee, A.M., Ho, S.Y., Li, E.T., Lam, T.H., Fan, S.Y. ve Yip, P.S. (2011). Who wants aslimmer body? The relationship between body weight status, education level and body shape dissatisfaction among young adults in Hong Kong. *BMC Public Health*, 11(835), 1-10. doi: 10.1186/1471-2458-11-835
- Cohen, R., Fardouly, J., Newton-John, T. ve Slater, A. (2019). #BoPo on Instagram: An experimental investigation of the effects of viewing body positive content on young women's mood and body image. *New Media & Society*, 21(7), 1546-1564. doi:10.1177/1461444819826530
- Collins, W.A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1–24. doi: 10.1111/1532-7795.1301001
- Crane, D.R., Shaw, A.L., Christenson, J.D., Larson, J.H., Harper, J.M. ve Feinauer, L.L. (2010). Comparison of the Family Therapy Educational and Experience Requirements for Licensure or Certification in Six Mental Health Disciplines. *American Journal of Family Therapy*, 38, 357-373. doi: 10.1080/01926187.2010.513895
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research : planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Delhi, PHI Learning Private Limited.
- Cross, E.J. ve Overall, N.C. (2018) Women's attraction to benevolent sexism: Needing relationship security predicts greater attraction to men who endorse benevolent sexism. *Eur. J. Soc. Psychol.*, 48, 336– 347. doi: 10.1002/ejsp.2334.
- Çilesiz, G.D. (2020). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Utangaçlık Düzeylerinin Obsesif Kompulsif Semptomlar ile İlişkisinin İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 648959).
- David, E. J. R. (2014). *Internalized Oppression: The Psychology of Marginalized Groups*. New York, NY: Springer Pub.
- Davis, C., Brewer, H. ve Weinstein, M. (1993). A study of appearance anxiety in young men. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 21(1), 63–74. doi: 10.2224/sbp.1993.21.1.63

- Dehlin, A. (2018). Young women's sexist beliefs and internalized misogyny: Links with psychosocial and relational functioning and sociopolitical behavior. *Undergraduate Honors Capstone Projects*, 467. doi: 10.26076/1b06-7b77
- Dehingia, N., Lundgren, R., Dey, A.K. ve Raj, A. (2021). Trends in online misogyny before and during the COVID-19 pandemic: Analysis of Twitter data from five South-Asian countries. *Big Data and Gender in the Age of COVID-19: A Brief Series From UC San Diego*, Brief #3.
- Demiralp, M., Demiralp, B., Sarıkoç, G., İyigün, E., Açikel, C. ve Başbozkurt, M. (2015). Beden imgesinin yaşam niteliğine etkisi ölçeğinin Türkçe uyarlaması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 82-90. doi: 10.5455/apd.180135
- Deng, Y., Chen, Y. ve Liu, X. (2019). Romantic relationship and appearance-based rejection sensitivity: A moderated mediation model of self-rated attractiveness and appearance-contingent self-worth. *Personality and Individual Differences*, 142, 295-300. doi: 10.1016/j.paid.2018.09.010
- Deng, F. ve Jiang, X. (2023). Effects of human versus virtual human influencers on the appearance anxiety of social media users. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 71, 103233. doi: 10.1016/j.jretconser.2022.103233
- Desalegn, G.T., Getinet, W. ve Tadie, G. (2019). The prevalence and correlates of social phobia among undergraduate health science students in Gondar, Ethiopia. *BMC Res Notes*, 12, 1–6. doi: 10.1186/s13104-019-4482-y
- Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2010(39), 151-159. Erişim adresi: <https://toad.halileksi.net/olcek/sosyal-gorunus-kaygisi-olcegi-sgko/>
- Doğan, U. ve Çolak, T.S. (2016). Self-concealment, social network sites usage, social appearance anxiety, loneliness of high school students: A model testing. *Journal of Education and Training Studies*, 4, 176-183. doi:10.11114/JETS.V4I6.1420
- Doğru, B. (2018). *Ergenlerde Sosyal Görünüş Kaygısının Benlik Saygısı ve Otomatik Düşünceler Üzerine Etkisi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 504694).
- Dominelli, L. (2002). *Feminist Social Work Theory and Practice*. New York, NY: Palgrave Publishers.
- Dugosh, J. W. (2000). On predicting relationship satisfaction from jealousy: The moderating effects of love. *Current Research in Social Psychology*, 5(17), 254-263. Erişim adresi: <https://www.researchgate.net/publication/236876626>

- Duyan, V. (2003). Hastaların Karşılaştığı Sorunlar ve Çözümleri Odağında Tıbbi Sosyal Hizmet. *C. Ü. Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 39-44. Erişim adresi: <http://eskidergi.cumhuriyet.edu.tr/makale/487.pdf>
- Eckler P., Kalyango Jr., Y. ve Paasch E. (2016). Facebook use and negative body image among U.S. college women. *Women & Health*, 57(2), 249-267. doi: 10.1080/03630242.2016.1159268
- Ercan, H. (2019). Romantik ilişkilerde yakınlık ölçeği geliştirme çalışması. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 205-231. doi: 10.26466/opus.527066
- Erçevik, A. (2021). Ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide aile ve arkadaş desteğinin aracılığı. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22 (2), 750-775. doi: 10.29299/kefad.797967
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York, W.W. Norton Company.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma ile ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Education Sciences*, 6(1), 526-535. Erişim adresi: <https://search.trdizin.gov.tr/yayin/detay/156276/>
- Evans, L. ve Wertheim, E. H. (1998). Intimacy patterns and relationship satisfaction of women with eating problems and the mediating effects of depression, trait anxiety and social anxiety. *Journal of Psychosomatic Research*, 44(3-4), 355–365. doi: 10.1016/s0022-3999(97)00260-2
- Evens, O., Stutterheim, S.E. ve Allewa, J.M. (2021). Protective filtering: a qualitative study on the cognitive strategies young women use to promote positive body image in the face of beauty-ideal imagery on Instagram. *Body Image*, 39, 40-52. doi: 10.1016/j.bodyim.2021.06.002
- Evrenol Öçal, S. (2019). *Üniversite Öğrencilerine Yönelik Geliştirilen Kadına Karşı Her Türlü Düşmanca Tutuma (Mizojini) Karşı Eğitim Programının Etkinliğinin Değerlendirilmesi* (Doktora tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 581881).
- Fardouly, J., Pinkus, R. T. ve Vartanian, L. R. (2017). The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in women's everyday lives. *Body Image*, 20, 31–39. doi: 10.1016/j.bodyim.2016.11.002
- Feingold, A. (1990). Gender differences in effects of physical attractiveness on romantic attraction: A comparison across five research paradigms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 981–993. doi: 10.1037/0022-3514.59.5.981

- Ferreira, M. C., Coelho, L. C., Asakura, L., Cohrs, F. M., Sachs, A., Sávio, K. ve Akutsu, R. C. (2014). Relationship between social and personal variables, body image, and wellbeing at work of nutritionists. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(1), 195-205. doi: 10.15446/rcp.v23n1.39873
- Fink, B., Klappauf, D., Brewer, G., ve Shackelford, T. K. (2014). Female physical characteristics and intra-sexual competition in women. *Personality and Individual Differences*, 58, 138–141. doi: 10.1016/j.paid.2013.10.015
- Fischer, A.R. ve Good, G.E. (1997). Men and psychotherapy: An investigation of alexithymia, intimacy, and masculine gender roles. *Psychotherapy*, 34, 160-170. doi: 10.1037/H0087646
- Fleischmann, A. A., Spitzberg, B. H., Andersen, P. A. ve Roesch, S. C. (2005). Tickling the monster: Jealousy induction in relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(1), 49–73. doi: 10.1177/0265407505049321
- Fleming, P.J., Patterson, T.L., Chavarin, C.V., Semple, S.J., Magis-Rodriguez, C. ve Pitpitan, E.V. (2018). Are men's misogynistic attitudes associated with poor mental health and substance use behaviors? An exploratory study of men in Tijuana, Mexico. *Psychology of Men & Masculinity*, 19(2), 314–318. doi: 10.1037/men0000093
- Flood, M., Kegan Gardiner, J., Pease, B. ve Pringle, K. (Ed.). (2007). *International Encyclopedia of Men and Masculinities (1. Bs.)*. Londra: Routledge.
- Furman, W. ve Winkles, J. K. (2010). Predicting romantic involvement, relationship cognitions, and relationship qualities from physical appearance, perceived norms, and relational styles regarding friends and parents. *Journal of Adolescence*, 33(6), 827–836. doi: 10.1016/j.adolescence.2010.07.004
- Frederick, C. M. ve Morrison, C. S. (1996). Social physique anxiety: personality constructs, motivations, exercise attitudes, and behaviors. *Perceptual and Motor Skills*, 82(3-1), 963–972. doi: 10.2466/pms.1996.82.3.963
- Gartler, H.A. (2015). *Examining The Relationship Between Internalized Misogyny, Self-objectification and Self-efficacy Among Cisgender And Transgender Women* (Doktora tezi). ProQuest Dissertations & Theses Global veri tabanından erişilmiştir (ProQuest No: 3704112).
- Geneci, G. (2019). *Beden İmgesi ve Sosyal Medya Etkileniminin Beden İmgesine Bağlı Yaşam Niteliğine ve Yaşam Doyumuna Etkisi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 550871).
- Gladding, S. T. (2015). Çift ve Evlilik Terapisi ve Güçlendirme (İ. Keklik, Çev.). İ. Keklik ve İ. Yıldırım (Ed.), *Aile Terapisi, Tarihi, Kuram ve Uygulamaları (3.*

- Bs.) içinde (s. 165-190). İstanbul: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.
- Glasser, W. (1998). *Choice Theory a New Psychology of Personal Freedom*. New York. Harper Collins.
- Gillen, M.M. ve Markey, C.N. (2015). Body Image and Mental Health. H.S. Friedman (Ed.). *Encyclopedia of Mental Health (2. Bs.)* içinde (s. 187-192). Cambridge, Massachusetts: Academic Press.
- Ging, D. ve Siapera, E. (2018). Special issue on online misogyny. *Feminist Media Studies*, 18(4), 515-524. doi: 10.1080/14680777.2018.1447345
- Gomez-Lopez, M., Viejo, C. ve Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-Being and romantic relationships: A systematic review in adolescence and emerging adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(13), 2415. doi: 10.3390/ijerph16132415
- Grabe, S., Ward, L. M. ve Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134(3), 460-476. doi: 10.1037/0033-2909.134.3.460
- Grillon, C., Robinson, O.J., Comwell, B. ve Ernst, M. (2019). Modeling anxiety in healthy humans: a key intermediate bridge between basic and clinical sciences. *Neuropsychopharmacology*, 44, 1999-2010. doi: 10.1038/s41386-019-0445-1
- Grogan, S. (1999). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. Londra: Routledge.
- Gruber, C. ve Hall, J.C. (2022). Couples theory and interventions. K.W. Bolton, J.C. Hall ve P. Lehmann (Ed.), *Theoretical Perspectives for Direct Social Work Practice A Generalist-Eclectic Approach (4. Bs.)* içinde (s. 81-98). New York, NY: Springer Publishing.
- Gupta, S., Michael C. S. ve Harrison, M. A. (2021). Relationship between body image and dating anxiety in emerging adults. *The Journal of Clinical and Mental Health Counseling*, 1(1), 1-14. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/2785774>
- Gümüş, B. (2020). *Üniversite Öğrencilerinin Flört Şiddeti, Bağlanma Biçimleri, Aldatma Eğilimi ve Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 655909).

- Gürbüz, S. ve Bayık, M.E. (2021). Aracılık modellerinin analizinde yeni yaklaşım: Baron ve Kenny'nin yöntemi hâlâ geçerli mi?. *Türk Psikoloji Dergisi*, 36(88), 1-14. doi: 10.31828/tpd1300443320191125m000031
- Güven, H. İ. (2022). *Romantik İlişkilerde Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Üzerindeki Rolü* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 729486).
- Hai, R. ve Yang, Y. (2022). Social network site appearance comparison's prediction of anxiety among chinese females: The mediation effect of body area satisfaction, overweight preoccupation, and self-esteem. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 775782. doi: 10.3389/fpsy.2022.775782
- Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C. ve Heimberg, R. C. (2008). Development and examination of the Social Appearance Anxiety Scale. *Assessment*, 15, 48-59. doi: 10.1177/1073191107306673
- Hatipoğlu, S. (2010). *Başkent Üniversitesi Öğrencilerinde Flört Şiddeti Prevelansı Anketi* (Uzmanlık Tezi). Erişim adresi: <https://www.academia.edu/8180940>
- Hawes, T., Zimmer-Gembeck, M. J. ve Campbell, S. M. (2020). Unique associations of social media use and online appearance preoccupation with depression, anxiety, and appearance rejection sensitivity. *Body Image*, 33, 66–76. doi: 10.1016/j.bodyim.2020.02.010
- Hawkey, L.C. ve Capitano, J.P. (2015) Perceived social isolation, evolutionary fitness and health outcomes: a lifespan approach. *Philosophical Transactions Royal Society Publishing*, 370, 20140114. doi: 10.1098/rstb.2014.0114
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-based Approach* (2. Bs.). New York: The Guilford Press.
- Heerey, E.A. ve Kring, A.M. (2007). Interpersonal consequences of social anxiety. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(1), 125-134. doi: 10.1037/0021-843X.116.1.125
- Heider, N., Spruyt, A. ve De Houwer, J. (2018). Body dissatisfaction revisited: On the importance of implicit beliefs about actual and ideal body image. *Psychologica Belgica*, 58(1), 158–173. doi: 10.5334/pb.362
- Holland, J. (2006). *Misogyny: The World's Oldest Prejudice*. New York: Carroll & Graf Publishers.
- Holmqvist, K. ve Frisén, A. (2012). "I bet they aren't that perfect in reality:" Appearance ideals viewed from the perspective of adolescents with a positive body image. *Body Image*, 9(3), 388–395. doi: 10.1016/j.bodyim.2012.03.007

- Hughes, O., Hutchings, P.B. ve Phelps, C. (2021). Stigma, social appearance anxiety and coping in men and women living with skin conditions: A mixed methods analysis. *Skin Health and Disease*, 73, 1-11. doi: 10.1002/ski2.73
- Humenikova, L. ve Gates, G. E. (2008). Body image perceptions in Western and post-communist countries: a cross-cultural pilot study of children and parents. *Maternal & Child Nutrition*, 4(3), 220–231. doi: 10.1111/j.1740-8709.2007.00133.x
- Hunter, G. ve Stockwell, A. (2022). Toward a behavior-analytic understanding of jealousy and compersion in romantic and sexual relationships, *European Journal of Behavior Analysis*, 23(1), 78-108. doi: 10.1080/15021149.2021.1981751
- Hsien-Jin, T. (2000). Sociocultural and developmental theories as explanations of body image dissatisfaction amongst secondary school girls. *Malaysian Journal of Psychiatry*, 8(1), 15-21. Erişim adresi: <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=38831090017911f7b63a27b891306eacc9db4804>
- İrkörücü Küçük, A. (2018). *Social Interaction Anxiety Among University Students: The Role of Risk and Protective Factors* (Doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi veri tabanından erişilmiştir. Erişim adresi: <https://open.metu.edu.tr/handle/11511/27313>
- İsmail, M. (2018). *Mutluluğun Yordayıcısı Olarak Cinsel Benlik Şeması ve Sosyal Görünüş Kaygısı* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 506252).
- Janowsky, D. S., Morter, S. ve Tancer, M. (2000). Over-representation of Myers Briggs type indicator introversion in social phobia patients. *Depression and Anxiety*, 11, 121-125. doi: 10.1002/(SICI) 1520-6394 (2000) 11:3< 121::AID-DA6>3.0.CO;2-9.
- Jeffreys, S. (2005). *Beauty and misogyny: Harmful cultural practices in the West* (1. Bs.). Londra ve New York: Routledge Taylor and Francis Group.
- Jonason, P. K. (2009). The value of physical attractiveness in romantic partners: Modeling biological and social variables. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 229–240. doi: 10.3200/SOCP.149.2.229-240
- Jiotsa, B., Naccache, B., Duval, M., Rocher, B. ve Grall-Bronnec, M. (2021). Social media use and body image disorders: Association between frequency of comparing one's own physical appearance to that of people being followed on social media and body dissatisfaction and drive for thinness. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 2880. doi: 10.3390/ijerph18062880

- Joosten, D., Nelemans, S. A., Meeus, W. ve Branje, S. (2022). Longitudinal associations between depressive symptoms and quality of romantic relationships in late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 51(3), 509–523. doi: 10.1007/s10964-021-01511-2
- Josefsson, K., Elovainio, M., Stenholm, S., Kawachi, I., Kauppi, M., Aalto, V., Kivimäki, M. ve Vahtera, J. (2018). Relationship transitions and change in health behavior: A four-phase, twelve-year longitudinal study. *Social Science & Medicine*, 209, 152–159. doi: 10.1016/j.socscimed.2018.03.006
- Juarez, J. ve Pritchard, M. (2012). Body dissatisfaction: Commitment, support, and trust in romantic relationships, *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 22(2), 188-200. doi: 10.1080/10911359.2012.647478
- Kandara, M. ve Hamza Çelikyay, H. (2017). Social media, changing culture and policymaking. *Strategic Public Management Journal*, 3(6), 105-115. doi: 10.25069/spmj.358058
- Kara, A. (2016). Sosyal Görünüş Kaygısı ile Utangaçlık Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 95-106. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/224415>
- Karakaş Kaya, G. (2021). *18-30 Yaş Arasındaki Bireylerde Beden İmajının Sosyal Medya Kullanımı, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumuna Etkisinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 684256).
- Kerkez, F.İ., Tatal, V. ve Akçınar, F. (2013). Okul öncesi dönemde beden imajı algısı ve beden memnuniyetsizliği. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 24(3), 234–244. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbd/issue/16374/171330>
- Khorshid, L., Eşer, İ., Denat, Y. ve Çınar, Ş. (2007). An investigation into the body image of women. *Journal of Human Sciences*, 4(2), 1-14. Erişim adresi: <https://www.j-humansciences.com/ojs/index.php/IJHS/article/view/295>
- Kılıçaslan, C. (2019). *Sosyal Görünüş Kaygısının Duygusal ve Bilişsel Şemalarla Olan İlişkisinin İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 599629).
- Kızılkaya, M. ve Özkaya, A.S. (2023). Examination of social appearance anxiety through psychological theories. *Current Approaches in Psychiatry*, 15(3), 398-406. doi: 10.18863/pgy.1152765
- Kilpela, L. S., Becker, C. B., Wesley, N., & Stewart, T. (2015). Body image in adult women: moving beyond the younger years. *Advances in Eating Disorders*, 3(2), 144–164. <https://doi.org/10.1080/21662630.2015.1012728>

- Kim, J. ve Chung, M. (2016). The effects of social appearance anxiety, negative body image and appearance importance on appearance management behavior and cosmetic surgery intention. *Fashion & Textile Research Journal*, 18(5), 625-636. doi: 10.5805/sfti.2016.18.5.625
- Kim, J.W. ve Chock, T.M. (2015). Body Image 2.0: Associations between social grooming on Facebook and body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 48, 331–339. doi: 10.1016/j.chb.2015.01.009
- Knobloch, L.K., Solomon, D.H. ve Cruz, M.G. (2001), The role of relationship development and attachment in the experience of romantic jealousy. *Personal Relationships*, 8, 205-224. doi: 10.1111/j.1475-6811.2001.tb00036.x
- Ko, N. (2010). *The Role of Body Shame, Social Appearance Anxiety, and Body Checking Behavior on Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors: A Cross Cultural Study in Germany and Korea* (Doktora tezi). Erişim adresi: <https://d-nb.info/1009955454/34>
- Kolburan, Ş. (2017). Kadın cinayetleri konusunda nedensel bir değerlendirme: Sahip olma güdüsü. *Adli Tıp Bülteni*, 22(3), 194-199. doi: 10.17986/blm.2017228672
- Korenich, L., Lascu, D., Manrai, L. ve Manrai, A. (2013). Social media past, present, and future. L. Moutinho, E. Bigne, A. K. Manrai (Ed.), *The Routledge Companion to the Future of Marketing* içinde (s. 234-249). Londra: Routledge.
- Korkmaz, B. (2018). Öz-duyarlık: Psikolojik belirtiler ile ilişkisi ve psikoterapide kullanımı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(1), 40-58. doi: 10.18863/pgy.336489
- Koskina, A., Van den Eynde, F., Meisel, S., Campbell, I. C. ve Schmidt, U. (2011). Social appearance anxiety and bulimia nervosa. *Eating and weight disorders: EWD*, 16(2), 142–145. doi: 10.1007/BF03325321
- Laus, M.F., Almeida, S.S. ve Klos, L.A. (2018). Body image and the role of romantic relationships. *Cogent Psychology*, 5, 1496986. doi: 10.1080/23311908.2018.1496986
- Leary, M.R., Kowalski, R.M. ve Campbell, C.D. (1988). Self-presentational concerns and social anxiety: The role of generalized impression expectancies. *Journal Of Research In Personality*, 22(3), 308–321. doi:10.1016/0092-6566(88)90032-3
- Lee, H.R., Lee, H.E., Choi, H., Kim, J.H. ve Han, H.L. (2014). Social media use, body image, and psychological well-being: A cross-cultural comparison of Korea and the United States. *Journal of Health Communication*, 19(12), 1343-1358. doi: 10.1080/10810730.2014.904022

- Lee, J., Gillath, O. ve Miller, A. (2019). Effects of self- and partner's online disclosure on relationship intimacy and satisfaction. *PLoS One*, 14(3), e0212186. doi: 10.1371/journal.pone.0212186
- Lee, Y.J. (2017). *Internalized Misogyny and Gender Interactions*. AP Capstone Research 2016-2017. Erişim adresi: http://www.thedemontage.com/uploads/3/9/6/2/39628321/apresearch_internalizedmisogyny.pdf
- Levinson, C. A., Rodebaugh, T. L., White, E. K., Menatti, A. R., Weeks, J. W., Iacovino, J. M. ve Warren, C. S. (2013). Social appearance anxiety, perfectionism, and fear of negative evaluation: distinct or shared risk factors for social anxiety and eating disorders?. *Appetite*, 67, 125–133. doi: 10.1016/j.appet.2013.04.002
- Lewer, M., Bauer, A., Hartmann, A. S. ve Vocks, S. (2017). Different Facets of Body Image Disturbance in Binge Eating Disorder: A Review. *Nutrients*, 9(12), 1294. doi: 10.3390/nu9121294
- Lietz, C.A. ve Zayas, L.E. (2010). Evaluating Qualitative Research for Social Work Practitioners. *Advances in Social Work*, 11(2), 188-201. doi: 10.18060/589
- Lloyd, M.E. (2011). *Fear of Intimacy in Romantic Relationships During Emerging Adulthood: The Influence of Past Parenting and Separation Individuation* (Doktora tezi, Victoria University, Victoria). Erişim adresi: https://vuir.vu.edu.au/19409/1/Marianne_Lloyd.pdf
- Lonsway, K.A. ve Fitzgerald, L. F. (1995). Attitudinal antecedents of rape myth acceptance: A theoretical and empirical reexamination, *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 704-711. doi: 10.1037/0022-3514.68.4.704
- Lundgren, J. D., Anderson, D. A. ve Thompson, J. K. (2004). Fear of negative appearance evaluation: Development and evaluation of a new construct for risk factor work in the field of eating disorders. *Eating Behaviors*, 5, 75-84. doi: 10.1016/S1471-0153%2803%2900055-2
- Maes, C., Trekels, J., Tylka, T. L. ve Vandenbosch, L. (2021). The Positive Body Image Among Adolescents Scale (PBIAS): Conceptualization, development, and psychometric evaluation among adolescents from Belgium. *Body Image*, 38, 270–288. doi: 10.1016/j.bodyim.2021.05.004
- Martinez-Leon, N. C., Pena, J. J., Salazar, H., Garcia, A. ve Sierra, J. C. (2017). A systematic review of romantic jealousy in relationships. *Terapia Psicológica*, 35(2), 203–212. doi: 10.4067/s0718-48082017000200203
- Maryanski, A. ve Turner, J.H. (1992). *The Social Cage: Human Nature and the Evolution of Society*. Redwood City: Stanford University Press,

- Massar, K. ve Buunk, A.P. (2009). Rivals in the mind's eye: Jealous responses after subliminal exposure to body shapes. *Personality and Individual Differences*, 46(2), 129–134. doi:10.1016/j.paid.2008.09.016
- Massar, K. ve Buunk, A. P. (2010). Judging a book by its cover: Jealousy after subliminal priming with attractive and unattractive faces. *Personality and Individual Differences*, 49, 634–638. doi: 10.1016/j.paid.2010.05.037
- Mathes, E. (1986). Jealousy and romantic love: A longitudinal study. *Psychological Reports*, 58(3), 885–886. doi: 10.2466/pr0.1986.58.3.885
- MacKinnon, D. P., Warsi, G. ve Dwyer, J. H. (1995). A simulation study of mediated effect measures. *Multivariate Behavioral Research*, 30, 41–62. doi: 10.1207/s15327906mbr3001_3
- McLaren, L. ve Kuh, D. (2004). Women's body dissatisfaction, social class, and social mobility. *Social Science & Medicine*, 58(9), 1575–1584. doi: 10.1016/S0277-9536(03)00209-0
- McMillen, J.C. (1992). Attachment theory and clinical social work. *Clinical Social Work Journal*, 20(2), 205–218. doi: 10.1007/bf00756509
- Means, K.K. (2021). “Not Like Other Girls”: *Implicit and Explicit Dimensions of Internalized Sexism and Behavioral Outcomes* (Yüksek lisans tezi). Western Washington University Graduate School Collection veri tabanından erişilmiştir. Erişim adresi: <https://cedar.wwu.edu/wwuet/1020>
- Mendo-Lázaro, S., Polo-Del-Río, M.I., Amado-Alonso, D., Iglesias-Gallego, D., ve León-Del-Barco, B. (2017). Self-concept in childhood: the role of body image and Sport Practice. *Frontiers in Psychology*, 8, 853. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00853
- Mikulincer, M. (2006). Attachment, caregiving, and sex within romantic relationships: A behavioral systems perspective. M. Mikulincer ve G. S. Goodman (Ed.), *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex* içinde (s. 23–44). New York, NY: The Guilford Press.
- Moneva, J.C., Genorga, J.G. ve Solon, E.M. (2020). Physical appearance anxiety and social relations. *International Journal of Social Science Research*, 8(1), 99–116. doi: 10.5296/ijssr.v8i1.16564
- Moradi, B. (2010). Addressing gender and cultural diversity in body image: objectification theory as a framework for integrating theories and grounding research. *Sex Roles*, 63(1-2), 138–148. doi: 10.1007/s11199-010-9824-0
- Moscovitch, D. A., Rowa, K., Paulitzki, J. R., Ierullo, M. D., Chiang, B., Antony, M. M. ve McCabe, R. E. (2013). Self-portrayal concerns and their relation to safety

- behaviors and negative affect in social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 51(8), 476–486. doi: 10.1016/j.brat.2013.05.002
- Mousa, T.Y. ve Mashal, R.M. (2011). Negative body image perception and associated attitudes in females. S.B. Greene (Ed.), *Body Image: Perceptions, Interpretations and Attitudes* içinde (s. 255-261). New York: Nova Science Publishers.
- Murad, O.S. (2020). Social anxiety in relation to self-esteem among university students in Jordan. *International Education Studies*, 13(2), 96-103. doi: 10.5539/ies.v13n2p96
- Mülazımoğulları Ballı, Ö., Erturan İlker, G. ve Arslan, Y. (2014). Achievement goals in Turkish highschool PE setting: The predicting role of social physique anxiety. *International Journal of Educational Research*, 67, 30-39. doi: 10.1016/j.ijer.2014.04.004
- National Collaborating Centre for Mental Health. (2013). *Social Anxiety Disorder: Recognition, Assessment and Treatment*. Londra: The British Psychological Society & The Royal College of Psychiatrists.
- Nazlı, E. ve Karaman, O. (2021). Romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(3), 2659-2676. doi: 10.17679/inuefd.955037
- Neagu, A. (2015). Body image: A theoretical framework. *The Publishing House of The Romanian Academy*, 17(1), 29–38. Erişim adresi: <https://acad.ro/sectii2002/proceedingsChemistry/doc2015-1/Art04Neagu.pdf>
- Negrin, L. (2008). Appearance and identity. *Appearance and Identity Fashioning the Body in Postmodernity* içinde (s. 9-32). New York, NY: Palgrave Macmillan.
- Nikolic, M. (2020) Social emotions and social cognition in the development of social anxiety disorder. *European Journal of Developmental Psychology*, 17(5), 649-663. doi: 10.1080/17405629.2020.1722633
- Noh, J.W., Kwon, Y.D., Yang, Y., Cheon, J. ve Kim, J. (2018). Relationship between body image and weight status in East Asian countries: Comparison between South Korea and Taiwan. *BMC Public Health*, 18, 1-8. doi: 10.1186/s12889-018-5738-5
- Okin, S.M. (2013). *Women in Western Political Thought (With a New Introduction by Debra Satz)*. Princeton: Princeton University Press.
- Overall, N.C., Sibley, C.G. ve Tan, R. (2011). The costs and benefits of sexism: Resistance to influence during relationship conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(2), 271–290. doi: 10.1037/a0022727

- Özkan, Y. (2017). *Ergenlerde Sosyal Görünüş Kaygısı ile Duygusal Yeme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 525709).
- Paeratakul, S., White, M.A., Williamson, D.A., Ryan, D.H. ve Bray, G.A. (2002), Sex, race/ethnicity, socioeconomic status, and bmi in relation to self-perception of overweight. *Obesity Research*, 10, 345-350. doi: 10.1038/oby.2002.48
- Papapanou, T.K., Darviri, C., Kanaka-Gantenbein, C., Tigani, X., Michou, M., Vlachakis, D., Chrousos, G.P. ve Bacopoulou, F. (2023). Strong correlations between social appearance anxiety, use of social media, and feelings of loneliness in adolescents and young adults. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 20, 4296. doi: 10.3390/ijerph20054296
- Parvez, S. (2013). *Prevalence and Psychological Correlates of Social Anxiety Disorder Among University Students in Peshawar* (Doktora tezi). Erişim adresi: <http://repository.pastic.gov.pk/jspui/handle/123456789/6556>
- Pekin, Z. (2017). *Examining The Predictive Roles of University Students' Attachment Styles, Subjective Well-Being and Locus of Control Levels on Their Social Appearance Anxiety Levels* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 471860).
- Pines, A. M. (2003). *Aşk ve kıskançlık* (C. Yonsel, Çev.). İstanbul: Okuyan Us Yayın.
- Plant, E. A., Hyde, J. S., Keltner, D. ve Devine, P. G. (2000). The gender stereotyping of emotions. *Psychology of Women Quarterly*, 24(1), 81–92. doi: 10.1111/j.1471-6402.2000.tb01024.x
- Pole, M., Crowther, J. H. ve Schell, J. (2004). Body dissatisfaction in married women: the role of spousal influence and marital communication patterns. *Body Image*, 1(3), 267–278. doi: 10.1016/j.bodyim.2004.06.001
- Polivy, J. ve Herman, C.P. (2002). Causes of eating disorders. *Annual Review of Psychology*, 53, 187–213. doi: 10.1146/annurev.psych.53.100901.135103
- Rahmani, S. (2020). *Women's Experiences of Internalized Sexism* (Doktora tezi). Erişim adresi: <https://digitalcommons.nl.edu/diss/451/>
- Ratnani, I.J., Vala, A.U., Panchal, B.N., Tiwari, D.S., Karambelkar, S.S., Sojitra, M.G. ve Nagori, N.N. (2017). Association of social anxiety disorder with depression and quality of life among medical undergraduate students. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6, 243-248. doi: 10.4103/2249-4863.219992
- Read, D.L., Clark, G.I., Rock, A.J. ve Coventry, W.L. (2018). Adult attachment and social anxiety: The mediating role of emotion regulation strategies. *PLoS ONE*, 13(12), 1-21. doi: 10.1371/journal.pone.0207514

- Rector, N.A., Bourdeau, D., Kitchen, K. ve Joseph-Massiah, L. (2011). *Anxiety Disorders: An Information Guide*. Toronto: Centre for Addiction and Mental Health.
- Regan, P. C. (2008). General theories of love. P.C. Regan (Ed.), *The Mating Game: A Primer on Love, Sex, and Marriage* içinde (s. 119–137). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Reshma, U., Adithi, R., Vignesh, K. ve Prem Kumar, S. (2020). A study on social appearance anxiety and coping among college students. *BSSS Journal of Social Work*, 7(1), 1-10. doi: 10.51767/jsw1211
- Reynolds, T., Baumeister, R.F. ve Maner, J.K. (2018). Competitive reputation manipulation: Women strategically transmit social information about romantic rivals. *Journal of Experimental Social Psychology*, 78, 195–209. doi: 10.1016/j.jesp.2018.03.011
- Rocha, M. (2019). *The Impact Of Relationship Status On Perceived Body Image In Females* (Yüksek lisans tezi). Houston Baptist University DARIUS veri tabanından erişilmiştir. Erişim adresi: <https://darius.hbu.edu/handle/20.500.12262/212>
- Røsand, G.M. B., Slinning, K., Eberhard-Gran, M., Røysamb, E. ve Tambs, K. (2012). The buffering effect of relationship satisfaction on emotional distress in couples. *BMC Public Health*, 12(1), 66. doi: 10.1186/1471-2458-12-66.
- Sağlık Bakanlığı. (2021). *Anksiyete Bozuklukları Klinik Protokolü*. Ankara: Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü. Erişim adresi: <https://shgmargestddb.saglik.gov.tr>
- Sanchez-Hernandez, M. D., Herrera-Enriquez, M. C. ve Exposito, F. (2020). Controlling behaviors in couple relationships in the digital age: Acceptability of gender violence, sexism, and myths about romantic love. *Psychosocial Intervention*, 29(2), 67-81. doi: 10.5093/pi2020a1
- Saraç, A. , Hamamcı, Z. ve Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 69-81. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200311>
- Savaş, S. (2021). *Romantik İlişki İnançları ve Romantik İlişki Doyumunun Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Açısından İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 669972).
- Schilder, P. (1935). *The Image and Appearance of the Human Body*. New York: International Universities Press.

- Schmidt, J. ve Martin, A. (2019). Appearance teasing and mental health: Gender differences and mediation effects of appearance-based rejection sensitivity and dysmorphic concerns. *Frontiers in Psychology*, 10, 579. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00579
- Sepulveda, A.R. ve Calado, M. (2012). Westernization: The role of mass media on body image and eating disorders. I. Jauregiu-Lobera (Ed.), *Relevant Topics in Eating Disorders* içinde (s. 47-64). Rijeka: InTech.
- Sharon, T., Kachhi, Z. ve Vijayan, D. (2021). Social media usage and social appearance anxiety in young adults. *International Journal of Indian Psychology*, 9(3), 1210-1215. doi: 10.25215/0903.113
- Shaver, P. R. ve Hazan, C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, 473–501. doi: 10.1177/0265407588054005
- Shaver, P. R., Hazan, C. ve Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. R. J. Sternberg ve M. Barnes (Ed.), *The Psychology of Love* içinde (s. 68–99). New Haven, CT: Yale University Press.
- Shaver, P. R. ve Hazan, C. (1993). Adult romantic attachment: Theory and evidence. D. Perlman ve W. Jones (Ed.), *Advances in Personal Relationships Vol. 4* içinde (s. 29–70). London: Kingsley.
- Shete, A., Shete, A.A., Dube, S.P. ve Dubewar, A.P. (2020). Sample size calculation in Bio statistics with special reference to unknown population. *International Journal for Innovative Research in Multidisciplinary Field*, 6(7), 236-238. doi: 10.2015/IJIRMF.2455.0620/202007040
- Shettel-Neuber, J., Bryson, J. B. ve Young, L. E. (1978). Physical attractiveness of the "other person" and jealousy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4(4), 612–615. doi: 10.1177/014616727800400424
- Sklar, E.M. (2008). *The Relationship of Fear of Intimacy, Body Image Avoidance and Body Mass Index* (Doktora tezi). FIU Electronic Theses and Dissertations veri tabanından erişilmiştir. Erişim adresi: <https://digitalcommons.fiu.edu/etd/15>
- Smith, S. (2013) *Determining Sample Size How to Ensure You Get the Correct Sample Size*. E-Book Qualtrics Online Sample. Erişim adresi: <https://uncw.edu/irp/ie/resources/documents/qualtrics/determining-sample-size-2.pdf>
- Sorin, I., Georgeta, P., Andrada, I., Adrian, B. ve Lavinia, P. (2015). Life stress factors and general anxiety disorder. *Analele Universității din Oradea, Fascicula: Ecotoxicologie, Zootehnie și Tehnologii de Industrie Alimntară*, 14B, 217-224. Erişim adresi:

https://protmed.uoradea.ro/facultate/publicatii/ecotox_zooteh_ind_alim/2015B/imapa/30._Iova_Sorin.pdf

- Summerfeldt, L.J., Kloosterman, P.H., Antony, M.M. ve Parker, J.D. (2006). Social anxiety, emotional intelligence, and interpersonal adjustment. *J Psychopathol Behav Assess*, 28, 57–68. doi: 10.1007/s10862-006-4542-1
- Sümer, S. (2017). *Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Romantik Kıskançlık ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 486229).
- Spengler, R. (2014). *Evil Woman: An Examination of Internalized Misogyny* (Doktora tezi). ProQuest Dissertations & Theses Global veri tabanından erişilmiştir (ProQuest No: 3664321).
- Sprecher, S. ve Sedikides, C. (1993). Gender differences in perceptions of emotionality: The case of close heterosexual relationships. *Sex Roles*, 28, 511-530. doi: 10.1007/BF00289678
- Spurgas, A.K. (2005). Body image and cultural background. *Sociological Inquiry*, 75(3), 297 – 316. doi: 10.1111/j.1475-682X.2005.00124.x
- Srivastava, K., Chaudhury, S., Bhat, P.S. ve Sahu, S. (2017). Misogyny, feminism, and sexual harassment. *Industrial Psychiatry Journal*, 26(2), 111-113. doi: 10.4103/ipj.ipj_32_18
- Sternberg, R. J. (1998). *Cupid's arrow: The course of love through time*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Stiles, D. L., Ma, L., Fitterman-Harris, H. F., Naseralla, E. J. ve Rudolph, C. W. (2022). Body dissatisfaction and romantic relationship quality: A meta-analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 0(0), 1-34. doi: 10.1177/02654075221128504
- Strahan, E.J., Wilson, A.E., Cressman, K.E. ve Buote, V.M. (2006). Comparing to perfection: How cultural norms for appearance affect social comparisons and self-image. *Body Image*, 3(3), 211–227. doi: 10.1016/j.bodyim.2006.07.004
- Szymanski, D.M., Gupta, A., Carr, E.R. ve Stewart, D. (2009). Internalized misogyny as a moderator of the link between sexist events and women's psychological distress. *Sex Roles* 61, 101–109. doi: 10.1007/s11199-009-9611-y
- Şahin, E., Barut, Y., Ersanlı, E. ve Kumcağız, H. (2014). Self-esteem and social appearance anxiety: an investigation of secondary school students. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 4(3), 152-159. Erişim adresi: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED559714.pdf>

- Şahin, S. (2019). *Jealousy in Romantic Relationships from a Systemic Perspective: Experiences of Men in Turkey* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 545033).
- Şanlı Kula, K. ve Saraç, T. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(33), 227-242. Erişim adresi: https://dergipark.org.tr/tr/pub/mkusbed/issue/19579/209022#article_cite
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6. Bs.). Boston, MA: Pearson.
- Tahtacı, A. (2022). *Kadınlarda Kaygı Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Sosyal Hizmet İhtiyacı ile Değerlendirilmesi: Bir Sağlıklı Hayat Merkezi Örneği* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 713266).
- Talbot, D. (2020). *Body dissatisfaction: The ideal body and a summary of theories of development and maintenance*. University of Notre Dame. doi: 10.31234/osf.io/t3jdc
- Teresa Sharon, M. A., Kachhi, Z. ve Vijayan, D. (2021). Social Media Usage and Social Appearance Anxiety in Young Adults. *International Journal of Indian Psychology*, 9(3), 1210-1215. doi: 10.25215/0903.113
- Thompson, J.K., Heinberg, L.J., Altabe, M. ve Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting Beauty: Theory, Assessment, and Treatment of Body Image Disturbance*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Tiggemann, M. (2005). Body dissatisfaction and adolescent self-esteem: Prospective findings. *Body Image*, 2(2), 129–135. doi: 10.1016/j.bodyim.2005.03.006
- Tiggemann, M. ve McCourt, A. (2013). Body appreciation in adult women: Relationships with age and body satisfaction. *Body Image*, 10(4), 624–627. doi: 10.1016/j.bodyim.2013.07.003
- Tiggemann, M. ve Zaccardo, M. (2015). “Exercise to be fit, not skinny”: The effect of fitspiration imagery on women’s body image. *Body Image*, 15, 61–67. doi: 10.1016/j.bodyim.2015.06.003
- Titchener, K. ve Wong, Q. J. J. (2015). A weighty issue: Explaining the association between body mass index and appearance-based social anxiety. *Eating Behaviors*, 16, 13-16. doi: 10.1016/j.eatbeh.2014.10.005
- Todosijevic, B., Ljubinkovic, S. ve Arancic, A. (2003). Mate selection criteria: A trait desirability assessment study of sex differences in Serbia. *Evolutionary Psychology*, 1(1), 116-126. doi: 10.1177/147470490300100108

- Tom, G., Chen, A., Liao, H. ve Shao, J. (2005). Body image, relationships, and time. *The Journal of Psychology*, 139(5), 458–468. Erişim adresi: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16285215/>
- Türkçapar, H. (1999). Sosyal fobinin psikolojik kuramı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2(4), 247-253. Erişim adresi: <https://klinikpsikiyatri.org/jvi.aspx?pdire=kpd&plng=tur&un=KPD-24358>
- van Oosten, J.M., Vandenbosch, L. ve Peter, J. (2023). Predicting the use of visually oriented social media: The role of psychological well-being, body image concerns and sought appearance gratifications. *Computers in Human Behavior*, 144, 107730. doi: 10.1016/j.chb.2023.107730
- Veale, D. ve Neziroğlu, F. (2010). *Body Dysmorphic Disorder: A Treatment Manual*. West Sussex: Wiley-Blackwell.
- Verplanken, B. ve Velsvik, R. (2008). Habitual negative body image thinking as psychological risk factor in adolescents. *Body Image*, 5(2), 133–140. doi: 10.1016/j.bodyim.2007.11.001
- Warren, H. (2017). *An Investigation of Social Appearance Anxiety and the Perception of Being Looked at by Others* (Doktora tezi, Canterbury Christ Church Üniversitesi, Canterbury). Erişim adresi: <https://repository.canterbury.ac.uk/>
- Webb, R.F. (2009). *The Role of Physical Attractiveness in Adolescent Romantic Relationships* (Doktora tezi, Tennessee Üniversitesi, Knoxville). Erişim adresi: https://trace.tennessee.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1110&context=utk_grad_diss
- Wickrama, K. A. S., Lorenz, F. O., Conger, R. D. ve Elder, G. H. (1997). Marital quality and physical illness: A latent growth curve analysis. *Journal of Marriage and Family*, 59(1), 143–155. doi: 10.2307/353668
- Wolf, D. (2019). *Desire in Absence: The Construction of Female Beauty in the Social Media Age* (Lisans bitirme tezi, Ohio State Üniversitesi). Erişim adresi: <https://kb.osu.edu/handle/1811/87462>
- Yıldırım, E. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Narsistik Kişilik Eğilimi ve Sosyal Görünüş Kaygısı: Problemlı İnternet Kullanımının Etkisi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 620191).
- Yılmaz, Y. E. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekaları, Sosyal Görünüş Kaygıları ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez no: 567040).
- Yousef, N. (2013). *Romantic Intimacy*. Stanford, California: Stanford University Press.

- Yüceant, M. ve Ünlü, H. (2017). The analysis of social appearance anxiety levels of physical education teacher candidates in terms of different variables. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 19(1), 102-108. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/301732>
- Yücesoy, Ö. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Sahip Olduğu Değerler, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Akılcı Olmayan İnançlar Arasındaki Yordayıcı İlişkiler* (Yüksek lisans tezi). YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 541369).
- Zastrow, C. ve Kirst-Ashman, K.K. (2016). *Understanding Human Behavior and the Social Environment* (10. Bs.). Boston: Cengage Learning.
- Zhang, Y., Li, S. ve Yu G. (2019) The relationship between self-esteem and social anxiety: A meta-analysis with Chinese students. *Advances in Psychological Science*, 27(6), 1005-1018. doi: 10.3724/SP.J.1042.2019.01005
- Zimmer-Gembeck, M.J., Rudolph, J., Webb, H.J., Henderson, L. ve Hawes, T. (2021). Face-to-face and cyber-victimization: A longitudinal study of offline appearance anxiety and online appearance preoccupation. *Journal of Youth and Adolescence*, 50, 2311–2323. doi: 10.1007/s10964-020-01367-y

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Ölçeklere ilişkin tanımlayıcı istatistikler	21
Tablo 2: Araştırmanın hipotezleri ve alt hipotezleri	22
Tablo 3: Katılımcılara ait demografik özelliklerin dağılımı	75
Tablo 4: Katılımcıların yaşam deneyimlerine dair bilgilerin dağılımı	76
Tablo 5: Katılımcıların sosyal medya kullanımına dair bilgilerin dağılımı.....	77
Tablo 6: Sosyal görünüş kaygısının yaşa ve öğrenim durumuna göre ANOVA sonuçları.....	78
Tablo 7: Sosyal görünüş kaygısının ilişki durumuna göre T-Testi sonuçları	79
Tablo 8: Sosyal görünüş kaygısının sosyal yaşamlarının özelliklerine göre ANOVA sonuçları	80
Tablo 9: Sosyal görünüş kaygısının sosyal medya kullanım özelliklerine göre ANOVA sonuçları	82
Tablo 10: Katılımcıların sosyal görünüş kaygı, romantik yakınlık, romantik kıskançlık ve mizojinik tutum düzeyleri arasındaki ilişki	83
Tablo 11: Katılımcıların sosyal görünüş kaygısının romantik yakınlıklarını yordamasına ilişkin regresyon analizi.....	84
Tablo 12: Katılımcıların sosyal görünüş kaygısının romantik kıskançlıklarını yordamasına ilişkin regresyon analizi.....	84
Tablo 13: Katılımcıların sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutumlarını yordamasına ilişkin regresyon analizi.....	85
Tablo 14: Katılımcılara ait sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum üzerindeki etkisinde romantik kıskançlığın aracı rolü	87

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Araştırmanın modeli	16
Şekil 2: Cinsiyete göre genç bireylerde beden imgesinin gelişimine katkıda bulunan faktörlerin modeli.....	42
Şekil 3: Temel aracılık modelinin istatistiksel şekli.....	86
Şekil 4: Katılımcılara ait sosyal görünüş kaygısının mizojinik tutum üzerindeki etkisinde romantik kıskançlığın aracılığına dair beta katsayıları.....	88

EKLER

Ek 1: Sosyo-demografik Bilgiler

Demografik Bilgiler

Yaşınız:	<input type="checkbox"/> 20-24 <input type="checkbox"/> 25-29 <input type="checkbox"/> 30-34 <input type="checkbox"/> 35-39 <input type="checkbox"/> 40-44
Öğrenim durumunuz:	<input type="checkbox"/> Okuryazar <input type="checkbox"/> İlkokul <input type="checkbox"/> Ortaokul <input type="checkbox"/> Lise <input type="checkbox"/> Ön lisans <input type="checkbox"/> Lisans <input type="checkbox"/> Yüksek lisans <input type="checkbox"/> Doktora
İlişki durumunuz:	<input type="checkbox"/> Evliyim <input type="checkbox"/> İlişkim var

Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bilgiler

Evliliğiniz/romantik ilişkinizden memnuniyet düzeyiniz:	<input type="checkbox"/> Hiç memnun değilim <input type="checkbox"/> Memnun değilim <input type="checkbox"/> Kararsızım <input type="checkbox"/> Memnunum <input type="checkbox"/> Çok memnunum
En belirgin kişilik özelliğinizi nasıl tanımlarsınız?	<input type="checkbox"/> İçe dönük kişilik <input type="checkbox"/> Dışa dönük kişilik <input type="checkbox"/> Baskın kişilik <input type="checkbox"/> Duygusal kişilik <input type="checkbox"/> Analitik kişilik
Partnerinizin en belirgin kişilik özelliğini nasıl tanımlarsınız?	<input type="checkbox"/> İçe dönük kişilik <input type="checkbox"/> Dışa dönük kişilik <input type="checkbox"/> Baskın kişilik <input type="checkbox"/> Duygusal kişilik <input type="checkbox"/> Analitik kişilik

Sosyal Medya Kullanımı:

Sosyal medyayı günlük ortalama kullanım süreniz:
En sık kullandığınız sosyal medya platformu:	<input type="checkbox"/> Instagram <input type="checkbox"/> Twitter <input type="checkbox"/> Facebook <input type="checkbox"/> Diğer:.....
Sosyal medya kullanımının kendi bedeninize karşı algınızı değiştirdiğini düşünüyor musunuz?	<input type="checkbox"/> Evet, olumlu yönde değiştiriyor. <input type="checkbox"/> Evet, olumsuz yönde değiştiriyor. <input type="checkbox"/> Hayır, değiştirmiyor.
Sosyal medya kullanımının başkalarının bedenine karşı algınızı değiştirdiğini düşünüyor musunuz?	<input type="checkbox"/> Evet, olumlu yönde değiştiriyor. <input type="checkbox"/> Evet, olumsuz yönde değiştiriyor. <input type="checkbox"/> Hayır, değiştirmiyor.

Ek-2: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)

Maddeler	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1) Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissederim.					
2) Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissederim.					
3) İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim.					
4) İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim.					
5) Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim.					
6) Görünüşümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişelenirim.					
7) İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım.					
8) Görünüşümün yaşamımı zorlaştıracığından endişe duyarım.					
9) Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.					
10) İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.					
11) Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde kaygılanırım.					
12) Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişeleniyorum.					
13) İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.					
14) Diğer insanların görünüşümdeki bir kusurun farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissederim.					
15) Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.					
16) İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.					

Ek-3: Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ)

Maddeler	Hiç	Bazen	Çoğunlukla	Her zaman
1) Onunla her konuda konuşurum.				
2) Bana sarılması hoşuma gider.				
3) Onu zor zamanlarında cesaretlendiririm.				
4) İhtiyaç duyduğunda yanında olurum.				
5) Bana dokunması hoşuma gider.				
6) Ona kişisel problemlerimi anlatırım.				
7) Beni aldatabileceğini düşünüyorum.				
8) Güç durumlarda karar vermesine yardım ederim.				
9) Her türlü düşüncemi onunla paylaşıyorum.				
10) Ona karşı olan duygularımı rahatlıkla açıklarım.				
11) Ona dokunmak hoşuma gider.				
12) Ona her konuda güvenirim.				
13) Çok özel yaşantılarımı ona anlatırım.				
14) Onu çekici bulurum.				
15) Onun bana karşı dürüst olduğunu düşünüyorum.				
16) İhtiyacı olduğunda ona yardım ederim.				
17) Ona söylediğim özel şeylerin sır olarak kalacağını bilirim.				

Ek-4: Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği (ÇBKÖ)

Lütfen maddeleri okurken “X” harfinin yerine romantik ilişkide bulunduğunuz kişinin adını koyunuz. Her bir maddenin ilişkinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığınızı karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (x) koyarak gösteriniz. Lütfen bütün soruları yanıtlayınız.

	1	2	3	4	5	6	7
Sevinirim							
Üzülürüm							
1) X size karşı cinsten bir başkasının ne kadar iyi görüldüğü hakkında yorum yapıyorsa.	1	2	3	4	5	6	7
2) X karşı cinsten birisiyle konuşmak için aşırı ilgi ve heyecan gösterirse.	1	2	3	4	5	6	7
3) X karşı cinsten birisine sıcak bir tavırla gülümserse.	1	2	3	4	5	6	7
4) X karşı cinsten birisiyle flört ederse.	1	2	3	4	5	6	7
5) Karşı cinsten birisi X’le çıkarsa.	1	2	3	4	5	6	7
6) X karşı cinsten birisini kucaklar ve öperse.	1	2	3	4	5	6	7
7) X karşı cinsten biriyle çok yakın çalışırsa.	1	2	3	4	5	6	7

	1	2	3	4	5	6	7
Beni tanımlamıyor							
Beni tanımlıyor							
8) X’in çekmecelerini, el çantasını ve ceplerini kontrol ederim.	1	2	3	4	5	6	7
9) X’i hiç beklemediği zamanlarda orada olup olmadığını anlamak için ararım.	1	2	3	4	5	6	7
10) X’e geçmişteki ve bugünkü romantik ilişkileri hakkında sorular sorarım.	1	2	3	4	5	6	7
11) Eğer X karşı cinsten birisine ilgi gösterirse onun hakkında kötü şeyler söylerim.	1	2	3	4	5	6	7
12) X’i telefon konuşmaları hakkında sorgularım.	1	2	3	4	5	6	7
13) X’e nerede olduğu konusunda sorular sorarım.	1	2	3	4	5	6	7
14) X’i ne zaman karşı cinsten biriyle konuşurken görsem araya girerim.	1	2	3	4	5	6	7
15) Sadece yanında kim olduğunu görmek için X’e sürpriz ziyaretler yaparım.	1	2	3	4	5	6	7
16) X’in karşı cinsten birisiyle gizlice görüştüğünden şüphe ediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
17) Karşı cinsten birisinin X’in peşinden koşuyor olmasından kaygı duyuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
18) X’in başka birisinden etkilenmiş olmasından şüpheleniyorum.	1	2	3	4	5	6	7
19) X’in benim arkamdan karşı cinsten bir başkasıyla fiziksel yakınlık kurmuş olmasından kuşkulaniyorum.	1	2	3	4	5	6	7
20) Karşı cinsten bazı insanların X’e romantik ilgi duyuyor olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
21) X’in gizlice karşı cinsten birisiyle romantik yakınlık kurmakta olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
22) Karşı cinsten birisinin X’i ayarttığından endişe ediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
23) X’in karşı cinsten aşırı tutkun olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7

Ek-5: Kadın Düşmanlığı Ölçeği (KDÖ)

Maddeler	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1) Çoğu zaman kadınların erkeklerle sadece onları kızdırmak ya da zarar vermek için flört ettiğini düşünüyorum.							
2) Çoğu kadının doğruyu söylediğine inanırım.							
3) Genellikle kadınlarla aynı fikri paylaşıyorum.							
4) Çoğu kadının, yalnızca başarıyı yakalamak için yalan söylemekten kaçınmayacağını düşünüyorum.							
5) Çoğu zaman kadınlara çok fazla itimat etmemek daha güvenlidir.							
6) Kadınlar gözden düşüklerinde, hile ve yalana başvurabilir.							
7) Kadınlar, beni çok kolay öfkeliendirebilir.							
8) Hayatımdaki kadınlar tarafından haksızlığa uğradığıma eminim.							
9) Bazen kadınların sadece etrafta dolanmaları bile canımı sıkabiliyor.							
10) Yaşadığım sorunların çoğundan kadınlar sorumludur.							

Ek-6: Etik Kurul İzni



T.C.
KARABÜK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL ve BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU
KARARLARI

TOPLANTI TARİHİ : 11.05.2022
TOPLANTI NO : 2022/04

Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu toplanmış ve aşağıdaki kararı almıştır.

Karar 38:

26/04/2022 tarihli Prof. Dr. Gülay GÜNAY'ın Etik Kurul form ve ekleri görüşüldü.

Karabük Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Gülay GÜNAY danışmanlığında yürütülen “**Sosyal Görünüş Kaygısının Romantik İlişkilerdeki Yakınlık Düzeyi, Kıskançlık Durumu ve Mizojinik Tutum Üzerindeki Etkisi**” konulu çalışma kapsamında uygulanmak üzere ekte sunulan çalışmasının etik kurallara uygunluğu oy birliği ile kabul edilmiştir.

ÖZGEÇMİŞ

Gamze İSMAİLOĞLU, 2020 yılında Karabük Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümünden lisans derecesiyle mezun olmuş ve aynı yıl Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalında yüksek lisans öğrenimine başlamıştır. “Yeni Mezun Sosyal Çalışmacıların ‘İşsizlik’ Kavramına İlişkin Metaforik Algılarının İncelenmesi” isimli akademik yayını, “Sosyo-ekonomik Gelişmeler Bağlamında İşsizlik” isimli kitap bölümü, “Ulusal ve Uluslararası Düzeyde Yaşlılara Yönelik Sosyal Politika ve Uygulamalar” ve “Toplumsal Cinsiyet Eşitliği Bağlamında Okul Sosyal Hizmeti Uygulamaları” isimli akademik bildirileri bulunmaktadır.