

SAYI 4- 2024

CİLT : 3 SAYI: 4 YIL: 2024

ANKARA EĞİTİM VE ARAŞTIRMA SOSYAL BİLİMLER DERGİSİ



E-ISSN:3023-4603



[www.ankarasosyalbilimlerdergisi.com.tr](http://www.ankarasosyalbilimlerdergisi.com.tr)

2024

## **YAYIN KURULU / PUBLICATION BOARD**

### **YAYIMCI**

**Öğr. Nuray DELDAL**

**İstanbul Kültür Üniversitesi/TR**

**Prof. Dr. Kürşat Şahin YILDIRIMER**

**St Clements Üni/ UK**

**Prof. Dr. Melih TUGAY**

**İstanbul Medicana Hastanesi/TR**

**Prof. Dr. Derya YENTÜR**

**St Clements Üni/ UK**

**Doç. Dr. Sarp BAĞCAN**

**İstanbul Gelişim Üni/TR**

**Doç. Dr. Yıldırım Bayezit DELDAL**

**Milli Eğitim Bakanlığı/TR**

**Doç. Dr. Yeşim SIRAKAYA**

**St Clements Üni/ UK**

**Dr. Öğr. Üyesi Hakan ÖZAK**

**Düzce Üni/TR**

**Dr. Öğr. Hüseyin Avni SOLĞUN**

**Sağlık Bilimleri Üni/TR**

**Dr. Öğr. Üyesi Alper ÖZKILIÇ**

**İstanbul Biruni Üni/TR**

**Dr. Öğr. Üyesi Bahadır ELAL**

**İstanbul Topkapı Üni/TR**

**Dr. Öğr. Üyesi Mustafa H AYDINGÜLER**

**İstanbul Topkapı Üni/TR**

**Dr. Öğr. Üyesi Burak KINALI**

**İstanbul Biruni Üni/TR**

**Dr. Öğr. Üyesi Herman MAYISOĞLU**

**İstanbul Biruni Üni/TR**

**Öğr. Görevlisi Deniz GÖNÜLLÜ**

**St Clements Üni/UK**

**Öğr. Hümeysra HAS**

**İstanbul Okan Üni/TR**

## **İNDEKSLER / INDEXED & IN LISTED**

European Commission Funded Research (OpenAIRE)

Milli Kütüphane (Eydes)

Zenodo

CERN Openlab

**AEVA-SBD**  
**ANKARA EĞİTİM VE ARAŞTIRMA SOSYAL BİLİMLER DERGİSİ**

E-ISSN No:3023-4603

Cilt: 3 Sayı:4 Yıl:2024

Dergi Doi: 10.5281/zenodo.12735488

**DERGİ HAKKINDA**

Bağımsız Bir Akademik Yayın Organı Olan Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler Dergisi herhangi Bir Kar Amacı Gütmeyen Editörlü ve Hakemli, Yılda beş Kez Yayınlanan Yasal Bir Akademik Dergidir.

**YAYIN TÜRÜ**

Ulusal Hakemli Akademik Dergi, Yılda Beş Sayı

**YAYIMCI**

Öğr. Nuray DELDAL

**YAYIN KURULU BAŞKANI**

Prof. Dr. Kürşat Şahin YILDIRIMER

**YAYIN KURULU BAŞKAN YARDIMCILARI**

Prof. Dr. Melih TUGAY

Prof. Dr. Derya YENTÜR

**YAYIN KURULU SÖZCÜSÜ**

Doç. Dr. Yıldırım Bayezit DELDAL

Doç. Dr. Sarp BAĞCAN

**YAYIN SEKRETERİ**

Öğr. Hümeysra HAS

**SORUMLU YAZI İŞLERİ EDİTÖRÜ**

Doç. Dr. Yıldırım Bayezit DELDAL

Dr. Öğr. Üyesi Alper ÖZKILIÇ

**İNGİLİZCE DİL EDİTÖRÜ**

Dr.Öğr.Üyesi Burak KINALI

Dr.Öğr.Üyesi Herman MAYISOĞLU

Dr.Öğr.Üyesi Hüseyin Avni SOLGUN

**TÜRKÇE DİL EDİTÖRÜ**

Dr.Öğr.Üyesi Hakan ÖZAK

Dr.Öğr Üyesi Bahadır ELAL

**İSTATİSTİKSEL ANALİZ EDİTÖRÜ**

Dr. Öğr. Üyesi . Mustafa Hikmet AYDINGÜLER

**TEKNİK EDİTÖRLER**

Doç. Dr.Yeşim SIRAKAYA

Öğr. Görevlisi Deniz GÖNÜLLÜ

## TABLE OF CONTENTS / İÇİNDEKİLER

S. 1-35	Doç. Dr. Yeşim SIRAKAYA	İş Stresi: Düşman Mı, Dost Mu? Performansımızı Şekillendiren Güçlü Bir Etken
S.36-64	Uzm. Dr. Rami ASKER	Ebeveynlerin Çocuk İstismarına Yönelik Farkındalıkları İle Cinsel Mit İnanışları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi
S.65-84	PhD. Cüneyt YILMAZ	Pluralizmin Toplumsal ve Siyasal Etkileri
S.85-111	PhD. Zeynep Sezen KOÇYİĞİT	Varoluşçuluğun Weil, Mounier, Hamelin, Banfi, Wahl, Marcel, Lukacs, Benda, Foulquie Ve Sartre Üzerinden Farklı Karşıklıklarca İncelenmesi Üzerine Bir İnceleme
S.112-125	Prof. Dr. Kürşat Şahin YILDIRIMER	Romantik Çekim ve Romantik İlişki: Kavramsal Farklılıklar ve Cinsiyet Dinamikleri
S.126-137	PhD. Mincheol CHOI(최민철)	Japonya Devletinin Milli Eğitim Sistemi ve Yönetim Anlayışı

**Yayın Kurulunda Yer alan Tüm isimler Dergimizin Yasal Editörüdür.**

**Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler Dergisindeki Makalelerin içeriklerinin Tüm Sorumlulukları makale sahibi yazarlara aittir. Dergi İmtiyaz sahibi, Yayımcı ve Yayın Kurulu başkan ve yardımcıları ile Yayın kurulunun üyeleri makaleler ile ilgili herhangi bir sorumluluk kabul etmediğini beyan eder.**

# Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler Dergisi

Makale Başvuru Tarihi: 24.05.2024 Makale Yayın Tarihi: 12.07.2024 Makale Türü: Derleme  
E-Issn:3023-4603 Doi No: 10.5281/zenodo.12735488 Cilt:3 Sayı: 4 Yıl: 2024 Ss:1-35

## İş Stresi: Düşman Mı, Dost Mu? Performansımızı Şekillendiren Güçlü Bir Etken

1.Yeşim SIRAKAYA

Doçent Doktor

St Clements Üniversitesi

Psikoloji Ana Bilim Dalı Öğretim Üyesi

Mail: yesimsirakaya8282@gmail.com

Orcid ID: 0009-0004-2558-8194

### ÖZET

Bu makalede, iş stresinin bireylerin performansını nasıl etkilediği ve bu etkinin doğası incelenmiştir. İş stresi, işyerindeki taleplerin ve beklentilerin, bireyin başa çıkma yeteneklerini aştığı durumlar olarak tanımlanmıştır. İş stresinin yoğunluğu ve süresi, bireylerin bu faktörlerle nasıl başa çıktığına bağlı olarak değişiklik göstermektedir. İş stresinin performans üzerindeki etkisi karmaşık bir konudur ve genellikle bireyler arasında farklılık gösterir. İyi yönetilen ve dengelenmiş bir stres düzeyi, performansı artırabilirken, aşırı stres performansı olumsuz etkileyebilir. Bu nedenle, iş stresinin etkilerini anlamak ve yönetmek, bireylerin ve işyerlerinin başarısı için önemlidir.

**Anahtar Kelimeler:** İş Stresi, Performans, Bireyler, İş Yükü, Motivasyon, Başa Çıkma, İşyeri İlişkileri, Rol Belirsizliği, Kontrol, Sağlık, Verimlilik, Başarı, Stres Yönetimi, Çalışma Ortamı, Stratejiler

### ABSTRACT

In this article, the influence of job stress on individuals' performance and the nature of this influence have been investigated. Job stress is defined as situations where workplace demands and expectations surpass an individual's coping abilities. The intensity and duration of job stress vary depending on how individuals deal with these factors. The impact of job stress on performance is a complex issue and often varies among individuals. Well-managed and balanced stress levels can enhance performance, while excessive stress can adversely affect performance. Therefore, comprehending and managing the effects of job stress is crucial for the success of individuals and workplaces.

**Keywords:** Job Stress, Performance, Individuals, Workload, Motivation, Coping, Workplace Relationships, Role Ambiguity, Control, Health, Productivity, Success, Stress Management, Work Environment, Strategies

## GİRİŞ

Günümüzde iş dünyası, hızla değişen ve rekabetin yoğun olduğu bir ortamda faaliyet göstermektedir. Bu ortamda, iş yerlerindeki çalışanlar, sürekli olarak çeşitli baskılar altında çalışmakta ve çeşitli stres faktörleriyle karşı karşıya kalmaktadırlar. İş stresi, iş yerindeki taleplerin ve beklentilerin, bireyin başa çıkma yeteneklerini aştığı durumlar olarak tanımlanabilir. Bu durum, çalışanların motivasyonunu, sağlığını ve genel refahını etkileyebilir.

İş stresi, genellikle iş yükü, zaman baskısı, işyeri ilişkileri, rol belirsizliği ve kontrol eksikliği gibi faktörlerden kaynaklanmaktadır. Bu faktörler, çalışanların performansını etkileyebilir ve iş yerindeki verimlilik ve başarı üzerinde önemli bir rol oynayabilir. Ancak, iş stresinin doğası ve etkileri karmaşıktır ve her birey için farklı olabilir.

Bu makalede, iş stresinin bireylerin performansını nasıl etkilediği ve bu etkinin doğası incelenecektir. Ayrıca, iş stresinin yönetimi ve performans üzerindeki etkileri ele alınarak, işyerlerindeki sağlıklı bir çalışma ortamının oluşturulması için stratejiler tartışılacaktır.

## AMAÇ

Bu makalenin amacı, iş stresinin bireylerin performansı üzerindeki etkisini ve bu etkinin doğasını bilimsel bir perspektiften incelemektir. İş stresinin performans üzerindeki potansiyel düşman veya dost etkilerini anlamak, iş dünyasında daha sağlıklı ve verimli çalışma ortamları oluşturmak için önemlidir. Bu makale, iş stresinin etkilerini ve yönetim stratejilerini detaylı bir şekilde ele alarak, bireylerin ve işyerlerinin başarısına katkıda bulunmayı amaçlamaktadır.

## YÖNTEM

Bu makaledeki veriler, mevcut akademik literatürdeki araştırmalardan ve çalışmalardan derlenmiştir. İş stresinin performans üzerindeki etkisini anlamak için, çeşitli akademik kaynaklar taranmış ve iş stresi ile performans arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar incelenmiştir. Bu kaynaklar, iş stresinin tanımı, kaynakları, etkileri ve yönetimi gibi konularda detaylı bilgi sağlamıştır. Makalede sunulan bilgiler, güvenilir akademik kaynaklardan elde edilmiş olup, araştırma yöntemi olarak literatür taraması kullanılmıştır. Bu metodoloji, iş stresi ve performans arasındaki ilişkiyi anlamak için yaygın olarak kullanılan bir yaklaşımdır ve mevcut araştırmalardan elde edilen bulguların güvenilirliğini sağlamaktadır.

Makalenin oluşturulması sürecinde, iş stresinin performans üzerindeki etkisi konusunda farklı perspektiflerin ve görüşlerin derlenmesi için çeşitli akademik kaynaklar kullanılmıştır. Bu kaynaklar, iş stresi ve performans arasındaki ilişkiyi anlamak için farklı araştırma yöntemlerini ve analiz tekniklerini içeren çalışmaları kapsamaktadır. Sonuç olarak, bu makalede sunulan bilgiler, güvenilir akademik kaynaklardan derlenmiş olup, iş stresinin performans üzerindeki etkisini anlamak için literatür taraması yöntemi kullanılarak elde edilmiştir. Bu kaynaklar, iş stresi ve performans arasındaki ilişkiyi anlamak için çeşitli perspektifler sunmakta ve bu alandaki mevcut bilgi birikimini derlemektedir.

## **BULGULAR**

İş stresinin bireylerin performansı üzerindeki etkisi incelendiğinde, çeşitli önemli bulgular ortaya çıkmaktadır. Öncelikle, uygun seviyelerde yönetilen iş stresinin performansı artırabileceği görülmüştür. Örneğin, belirli bir düzeyde stres, bireyin dikkatini artırabilir ve motivasyonunu artırabilir, bu da performansını olumlu yönde etkileyebilir. Ancak, aşırı stresin performansı olumsuz etkilediği bulunmuştur. Aşırı stres, bireyin kaygı düzeyini artırabilir ve odaklanma yeteneğini azaltabilir, bu da performansını olumsuz etkileyebilir.

Bununla birlikte, iş stresinin etkisi bireyler arasında farklılık göstermektedir. Bazı bireyler, stresli durumlarla başa çıkmak için etkili stratejiler geliştirirken, diğerleri bu durumlarla başa çıkmakta zorlanabilirler. Bu da iş stresinin doğası ve etkilerinin karmaşıklığını vurgulamaktadır.

Ayrıca, iş stresinin kaynakları da performans üzerinde etkili olmaktadır. Örneğin, iş yükü, zaman baskısı, rol belirsizliği ve iş ilişkileri gibi faktörler iş stresinin ana kaynakları arasında yer almaktadır. Bu faktörlerin farklı kombinasyonları, bireylerin stres seviyelerini etkileyebilir ve dolayısıyla performanslarını şekillendirebilir.

Sonuç olarak, iş stresinin bireylerin performansı üzerinde karmaşık bir etkisi olduğu ve bu etkinin yönetilmesinin önemli olduğu bulunmuştur. İş stresinin doğası, kaynakları ve etkileri üzerine daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir.

### **A. İş Stresi ve Performans İlişkisi ve Bu İlişkinin Önemi ve Yaygınlığı**

İş stresi ve performans ilişkisi, iş dünyasında oldukça önemli bir konudur ve geniş bir araştırma ve literatür yelpazesi üzerinde çalışılmıştır. Bu ilişkinin anlaşılması, işyerlerinde verimliliği artırmak ve çalışanların sağlığı ile refahını korumak için kritik öneme sahiptir. İş stresi, çalışanların iş ortamında karşılaştığı zorluklar, baskılar ve taleplerden kaynaklanan

psikolojik ve fizyolojik tepkilerin bir sonucudur. Stres faktörleri, iş yoğunluğu, zaman baskısı, rekabetçi bir ortam, yönetsel baskılar gibi çeşitli unsurlardan kaynaklanabilir. Bu stres faktörleri, çalışanların performansını olumsuz yönde etkileyebilir. Performans ise, çalışanın işyerinde gösterdiği yetenek, beceri ve katkılarının bir ölçüsüdür. İş performansı genellikle işteki hedeflere ulaşma derecesi, iş kalitesi ve verimlilik gibi faktörlere dayanır.

İş stresi ve performans arasındaki ilişki karmaşıktır ve çeşitli faktörler tarafından etkilenir. Bazı durumlarda, bir miktar stres çalışanları motive edebilir ve performanslarını artırabilir. Ancak, aşırı veya sürekli stres, çalışanların performansını düşürebilir, hatalara yol açabilir ve iş memnuniyetini azaltabilir. Ayrıca, uzun süreli stresin fiziksel ve zihinsel sağlığı olumsuz etkilediği bilinmektedir.

İş stresinin performans üzerindeki etkisi, çalışma koşullarının ve iş ortamının belirli özelliklerine göre değişebilir. Örneğin, destekleyici bir yönetim ve esnek bir iş ortamı, çalışanların stresle başa çıkma becerilerini artırabilir ve performanslarını olumlu yönde etkileyebilir. Ancak, aşırı rekabetçi bir ortam veya sürekli olarak yüksek iş talepleri, stresi artırabilir ve performansı düşürebilir.

Bu nedenle, iş stresi ve performans ilişkisini anlamak ve yönetmek, işyerlerinde sağlıklı bir çalışma ortamı oluşturmak için önemlidir. İyi tasarlanmış stres yönetimi programları, çalışanların stresle başa çıkma becerilerini geliştirebilir ve performanslarını artırabilir. Ayrıca, işverenlerin çalışma koşullarını düzenlemesi ve çalışanların ihtiyaçlarını karşılaması, iş stresini azaltabilir ve performansı olumlu yönde etkileyebilir.

## **B. İş Stresini Tanımlama ve Farklı İş Stresi Türleri**

İş stresini tanımlamak için öncelikle “stres” kavramını anlamak önemlidir. Heyecan, endişe, gerilim, kuşku, huzursuzluk gibi duyguları ifade etmede kullanılan stres, günlük yaşantımızın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Gittikçe zorlaşan hayat koşulları, insan ilişkilerinin değişmesi ve yaşanan belirsizlikler stresi artıran faktörlerdir. Teknoloji, kentleşme gibi dışsal faktörler de hayat dengelerini bozmakta ve yaşanan bu değişikliğe ayak uydurmakta zorlanan insanlar, stresi daha yoğun yaşamaktadır.

Stresi, tamamen ortadan kalkması ya da engellenmesi gereken bir durum gibi düşünmemek gerekir. Stres, insanın başarıya azmini ve mücadele etme gücünü artıran, insanlara güçlüklerle baş edebilme ve direnme gücünü veren zihinsel, fiziksel ve duygusal tepkidir. Farklı kişiler farklı şekillerde stresten etkilenir. Mesela işyerlerinde çalışanlarda konsantrasyon gücü,



madde kullanımı, uyku problemleri ve karar vermede zorluklar yaşanabilir. Stres, uygun yoğunlukta ve nitelikte olduğunda bireyi geliştiren, onu harekete geçiren, güçlendiren bir uyarıcıdır. Stresin duygusal, zihinsel, ve fiziksel anlamda bireye zarar vermesi, nedeni anlaşılamayan ve anlaşıldığında da başa çıkılamayan kaygıların, o bireyin gücünü aşan sürekli bir gerilime dönüşmesiyle başlar. Burada önemli olan, yaşanan gerilimlerin bu seviyeye gelmeden önce kontrol altına alınıp, belirli amaçlar için stresin yarattığı enerjiden yararlanılmasıdır. Bunun yapılabilmesi için de stresin gerçekte ne olduğunu, nedenlerini, etkilerini ve sonuçlarını bilmek gerekir. Bu bilgiye sahip olan birey, stresi başarısını ve sağlıklı yaşamını destekleyen bir güç olarak kullanabilir. Stres her zaman olumsuz olarak düşünülmemelidir. Belli bir başarı elde etmek için stres gereklidir. Bunun için çatışma oluşturan stres faktörlerinin engellenmesi gerekmektedir.

Genel bir tanımlama yapacak olursak stres, insanın içinde yaşadığı ortam ve iş koşullarının onu etkilemesi sonucunda, vücudunda özel biyokimyasal salgılar oluşarak, bahse konu koşullara uyum için bedensel ve düşünsel olarak harekete geçme durumudur. Psikolojik anlamda stres ise, bireye özgü, onun bireysel bütünlüğünü bozucu ve zorlayıcı etkenlerdir. Stresi, psikolojik veya fizyolojik sebeplerden kaynaklanan ve sinir sistemini aşırı derecede yıpratarak, organizmada sıkıntı, gerginlik, dikkat dağınıklığı, güvensizlik, yorgunluk ve çöküntü şeklinde ortaya çıkan, psikolojik rahatsızlık durumu olarak tanımlayabiliriz.

Stres, bireyin çevresel uyaranlara yeterli şekilde veya araçsal olarak tepkide bulunmasını engelleyen bir dizi koşul, ya da aşırı yıpranma, organizmada olumsuz bazı etkiler, sinir bozukluğu veya benlik saygısının kaybı, gerilim, kronik yorgunluk, üzüntü, fiziksel zarar gibi karşılığında tepkide bulunduğu koşullar dizisidir. Stres, bireylerin aşırı baskıya karşı gösterdikleri tepkidir. Stres, bireyin tehdit edici, içsel ve çevresel faktörlere karşı gösterdiği tepkidir. Stres, bireylerin kontrolü dışında gelişen ve bu kontrolsüzlük nedeniyle bireyin psikolojik ve zihinsel sağlığını olumsuz yönde etkileyen bir durumdur. Stres işyerlerinde yaşanan ölümlerin en önemli nedenlerinden biri olarak gösterilmektedir. Stres hem kişinin bilişsel faaliyetlerinde aksamalara hem de depresyona sebep olmaktadır. Ayrıca yoğun işyeri stresi yaşayan çalışanlarda işe geç kalmalar, performansta düşüş, aile içi çatışmalar ve kişisel ilişkilere sorunlar yaşanmaktadır.

Stres bireyi rahatsız eden ortamın, aşırı iş yükü, gürültü, zorlama gibi ortaya çıkardığı düzen bozukluğuna, organizmanın verdiği bir cevaptır. Stres, bir duruma, eyleme veya bireyin üzerindeki psikolojik ve/veya fiziksel zorlanmaya karşı bir tepkinin sonucudur. Sözcük

anlamı olarak stres Latince kökenli olup “estricia”dan gelmektedir. Stres sözcüğü, sıkılmak, sıkıca sarmak, sıkıştırmak, bağlamak anlamlarını içeren Latince “stringere” kelimesinden türetilmiştir. Akademik olarak stresi meydana getiren olaylara stres vericiler, bu olaylara insanların fizyolojik, davranışsal ve psikolojik düzeyde verdikleri tepkilere de stres adı verilmektedir. Stres, yaşamın vazgeçilmez bir parçasıdır.

Çünkü bireye, çevredeki uyaranlar karşısında daha iyi dayanma olanağı sunar. Sıfır stres ölümdür. Çünkü bu durumda birey çevreden gelen uyaranlara tepki vermeye yetecek enerjiden yoksun demektir. Aşırı stres ölümcül olabilmektedir. Böyle bir durumda birey aşırı enerji sarf etmektedir ve tükenmektedir. Bu duruma çözüm ise, her bireyin kaldırabileceği ölçüde optimum stres ile olumlu ve doyumlu bir yaşam sürdürebilmesidir.

“İş stresi” ise bireyin görevini yerine getirirken işin kendine özgü yapısından ve çalışanın kendi kişiliğinden kaynaklanan bir uyumsuzluk ve bu uyumsuzluğa karşılık verdiği tepki olarak tanımlanabilir. Günümüzde, dinamik iş hayatı, iş güvenliği konusundaki belirsizlik ve piyasadaki ekonomik farklılaşmalar, iş görenlerin yani çalışanların devamlı olarak stres yaşamasına neden olmaktadır. İş hayatındaki stres, Batıda olduğu gibi ülkemizde de çalışanların performanslarını ve sağlıklarını olumsuz etkilemektedir. Konuyla ilgili yapılan araştırmalar iş stresinin faktörlerini, çalışma koşulları, işin niteliği, ücret, çalışma arkadaşları, gelişme ve yükselme olanakları şeklinde belirlemiştir.

Ayrıca öğrenim durumu, medeni durum, yaş, cinsiyet ve ünvan gibi değişkenlerin de iş stresi üzerinde etkileri dikkate alınmıştır. Her mesleğin kendine has stres kaynakları vardır. İş yaşamındaki stresle birlikte bireylerin iş yaşamı dışındaki hayat akışı içinde karşılaşmış oldukları strese verici olaylar gerilime neden olabilmektedir. Bireyin iş yerinde yaşadığı olumsuz durumlar özel hayatında karşılaştığı stres verici olaylardan da kaynaklanabilmektedir.

İş stresi çeşitli türlerde olabilir ve her biri farklı semptomlar ve etkilere sahip olabilir. Farklı iş stresi türleri ve örneklerinden bazıları şunlardır:

- **İş Güvencesi Stresi:** Çalışanların işlerinin güvende olup olmadığı konusunda belirsizlik ve endişe duymalarından kaynaklanan strestir. Örneğin, bir şirketin iflas etme riski altında olması veya işten çıkarma tehdidi altında çalışan bir personelin iş güvencesi stresi yaşaması.

- **İşyeri İlişkileri Stresi:** Çalışanların iş arkadaşlarıyla veya yöneticileriyle yaşadığı olumsuz ilişkilerden kaynaklanan strestir. Örneğin, mobbing veya sürekli olarak iş arkadaşlarıyla çatışma yaşamak işyeri ilişkileri stresine neden olabilir.
- **Yönetimsel Stres:** Üst yönetimin kararlarına veya yönetim tarzına bağlı olarak ortaya çıkan strestir. Örneğin, çalışanların yönetim tarafından desteklenmediklerini hissetmeleri veya yönetimin tutarsız kararları yönetimsel stresi artırabilir.
- **Rol Belirsizliği Stresi:** Çalışanların işlevlerinin ve beklentilerinin net olmamasından kaynaklanan strestir. Örneğin, bir organizasyonda belirsiz bir pozisyonda çalışan birinin görevleriyle ilgili net bir yönlendirme alamaması rol belirsizliği stresine yol açabilir.
- **İş Yükü Stresi:** Çalışanların işle ilgili görevleri tamamlamak için gereken zaman, enerji ve kaynakların fazla olması durumudur. Örnek olarak, aşırı iş yükü altında olan bir çalışanın sürekli olarak fazla mesai yapması ve işi yetiştirememesi verilebilir.
- **Zaman Baskısı Stresi:** İşlerin belirli bir süre içinde tamamlanması gerekliliğinden kaynaklanan strestir. Örneğin, bir projenin yetiştirilmesi için sıkı bir takvimin olması ve bu takvime uymak için yoğun bir şekilde çalışılması zaman baskısı stresine neden olabilir.

### C. Çalışanların Maruz Kaldığı Farklı Stres Kaynakları ve İş Ortamındaki Stres Faktörleri

Yapılan her işin kendine has sıkıntılarıyla ilgili stres kaynakları bulunmaktadır. Çünkü her işin kendi yapısına ve kapsamına göre bazı istekleri ve özellikleri mevcuttur. Bununla birlikte her işin ortak gerilim kaynakları vardır. Yapılan işle doğrudan ilişkili olarak bu faktörlere uyum sağlama zorunluluğu örgüt yöneticilerini ve çalışanlarını strese sokmaktadır (Yılmaz, 2006: 33). Çalışanların stres kaynağını oluşturan işin yapısından kaynaklı stres faktörlerine işveren ya da yöneticiler tarafından belirli önlemler alınmadığı sürece iş gücünün en üst düzeyde verimliliğe dönüştürülmesi de imkânsız hale gelmektedir (Düzgün 2014, 32)

Çalışanlar, iş ortamlarında çeşitli stres kaynaklarına maruz kalabilirler. Bu stres kaynakları, işin doğası, çalışma koşulları, işyeri kültürü ve kişisel faktörler gibi çeşitli unsurlardan kaynaklanabilir. Çalışanların maruz kaldığı farklı stres kaynaklarından bazıları şunlardır:

#### 1. İş Yoğunluğu ve İş Monotonluğu

Çalışma koşullarının düzenli olmaması ve iş yerinin uygun olmaması, personelin hızla yorulmasına ve işten memnuniyetsizlik hissetmesine neden olabilir. Bu durum doğal olarak

strese yol açar. İş yükü, makine sistemlerinde insana düşen görevlerin maliyetlerinin genel bir tanımıdır. Bu maliyet, dikkatin azalması, tepki süresinin uzaması, görevlerin tam olarak yerine getirilememesi, stres, yorgunluk ve performans azalması olarak tanımlanabilir. Yetersiz iş yükü ve monotonluk, aşırı iş yükü kadar strese neden olabilir. Çalışanın aktif bir şekilde çalışması yerine pasif olması, iş yapmaması veya yeteneklerinin altında bir işi yapması durumunda stres yaşamaları muhtemeldir. Özellikle A tipi kişilik özelliklerine sahip olanlar, yetersiz iş yükünü başarısızlık olarak algılayarak daha fazla strese girebilirler (Yılmaz ve Ekici, 2006:35).

## 2. Teknolojik Değişim ve Belirsizlikler

21. yüzyılda teknolojinin hızlı bir şekilde değişmesiyle birlikte, işletmeler küresel rekabetle başa çıkmak ve diğer işletmelerle rekabet edebilmek için otomasyona yönelmiş, bu da işsizlik gibi önemli sorunlara yol açmıştır. Bozkurt'un (2000: 122) belirttiği gibi, Almanya'da beş şirkette on robotun kullanılmasını inceleyen bir araştırma, yeni teknolojilerin vasıflı işgücü kullanımını olumlu etkilediğini, ancak vasıfsız işgücü üzerinde ciddi olumsuz etkiler yarattığını göstermiştir. Teknolojinin hızlı gelişimi karşısında yeterli eğitim sağlanamadığında, bireylerin görevlerini yerine getirememeye korkusu ve potansiyel stres yaşama riski artmaktadır. Bu durum, sadece alt düzeyde çalışanları değil, aynı zamanda yetenekli üst ve orta düzey yöneticileri de baskı ve gerilim altına sokmuştur. Dahası, işletmede kullanılan teknolojilerin işletme yapısı, çalışma grupları, bireysel performans ve memnuniyet üzerinde önemli bir etkisi olduğu belirtilmektedir (Tutar, 2000: 27).

## 3. Zaman Baskısı

Zaman, her meslekten birey üzerinde evrensel bir baskı kaynağıdır. Bu yüzden, profesyonel çalışanlar için zamanlarını daha akıllıca planlamaları ve kullanmaları olumlu sonuçlar doğurabilir. Araştırmalar, zaman planlaması olmayan çalışanların işlerinin zamanında yetişmeyeceğini ve büyük zorluklarla karşılaşacaklarını göstermektedir. Belirli bir süre içinde belirli bir işi bitirmek için zaman baskısı altında çalışmak, bağımsız bir stres kaynağı olabilir. Yoğun tempoda çalışma ve sürekli koşuşturma, çalışanları zaman açısından zorlayabilir ve hatta zaman kıtlığına yol açabilir. Çalışma ortamında, gereksiz düzenlemeler, kontrolsüz olaylar, hazırlıksız programlar, sürekli telefon trafiği gibi faktörler, bireylerin zaman kontrolünü kaybetmelerine ve iş yükünün artmasına neden olabilir. Bu durumda, kişide gerginlik ve stres gibi etkenler ortaya çıkabilir (Aytaç, Ö., 2004: 4).

#### 4. Tehlikeli İşlerde Çalışma Koşulları

Bir diğer etken, fiziksel olarak risk taşıyan ve bireyin sağlığını tehlikeye atan işlerdir. Örneğin, polisler, itfaiyeciler ve askerler gibi kişiler bu riskli kategoride yer alır (Sutherland ve Cooper, 1990). Tehlikeli işlerde çalışanlar, sürekli olarak gerilim ve korkuyla karşı karşıya kaldıkları için son derece dikkatli olmalı ve işlerine tamamen odaklanmalıdır (Eroğlu, 1998). Madencilik, havacılık, denizcilik, enerji ve nükleer santraller gibi sektörlerde çalışanların iş güvenliği kesinlikle sağlanmalıdır. Çünkü çalışma ortamındaki faktörler, sıcaklık, yükseklik, gürültü, titreşim, kirlilik gibi stresi artırabilir. Aksi takdirde, bu koşullarda çalışanlarda ruhsal ve bedensel sağlık sorunları ortaya çıkabilir; öfke, sinirlilik, tükenmişlik, işitme kaybı ve depresyon gibi sorunlar yaşanabilir ve performans düşüşleri görülebilir (Cam, 2004: 4).

#### 5. Ücret Yetersizliği

Düşük ücret, iş güvencesi eksikliği, geçim sıkıntısı ve fazla mesailer ile vardiya primlerine olan aşırı bağlılık, çalışanlar ve aileleri için ciddi düzeyde stres oluşturmaktadır. Bu dört nedenden kaynaklanan stres, aslında basit gibi görünebilir ancak uzun vadede kötü yaşam koşulları, yetersiz beslenme, çocukların eğitime yeterince destek verememe, maddi zorluklarla baş etme güçlüğü gibi sonuçları içermektedir (Baltaş, 2013: 82). Pehlivan (2008: 44) tarafından ifade edildiği gibi, çalışanların ücret algısı genellikle iki ana nedene dayanabilir: birincisi, gelir elde etme arzusu; ikincisi ise işlerinin karşılığını almanın doyumunu yaşama isteği. Gelir elde etme motivasyonu, çalışanları daha yaratıcı, istikrarlı ve motive edici bir şekilde çalışmaya teşvik ederken, ücret aynı zamanda çalışanlar için, örgüte verdikleri katkının hak edilmiş bir ödülü ve karşılığı olarak algılanır.

#### 6. Rol Çatışması

Rol, belirli bir konuda veya fonksiyonda bulunan veya atanmış kişiden beklenen davranış şeklinde tanımlanabilir. Rollerin statüsü, bireyler arasındaki iletişimde çatışmalara neden olabilir (Koroğlu, 2012: 132). Dökmen'e göre (2002:119), toplum olmadan rol olmaz. Bir adada tek başına yaşayan bir kişinin rollerinden bahsedemeyiz; ancak toplumlarda belirli rollerin tanımlandığını, bu rolleri üstlenen kişilerin rol gerekliliklerini yerine getirmelerinin beklediğini ve rolün, toplum yaşamındaki önemli değişkenlerden biri olduğunu belirtir. Bir kişinin bulunduğu görev veya konum doğrultusunda gerçekleştirmesi gereken davranışların bir dizisi olan rol, rol sahibi olan kişilerin çeşitli sebeplerle beklenen davranışları yerine getirememesi durumunda özel bir çatışma türü olan rol çatışmasına yol açar. Paşa'ya göre

(2010: 117), rol çatışması yaşayan bireyler, işlerine odaklanmakta zorlanacakları gibi iş tatminleri de düşük olacaktır.

## 7. Rol Belirsizliği

Çalışanın kendisinden beklenenleri algılayamadığında, iş tanımları, yetki ve sorumluluklar net olmadığında rol belirsizliği ortaya çıkar (Pehlivan, 2002: 71). Çalışanın işini yaparken, diğerlerinin beklentileri ile kendi yapması gereken işler arasındaki belirsizlik, iş tanımlarının ve organizasyonun net olmaması rol belirsizliğini yansıtır (Ertekin, 2006: 112). Sutherland ve Cooper'a göre (1990:25), bir kişi işini yapabilmek veya kendine özgü göreviyle ilgili beklentileri karşılayabilmek için gerekli bilgi ve yetkiye sahip değilse, bu durum ek bir stres kaynağı olabilir. Stres, belirsiz amaçlardan veya hedeflerden de kaynaklanabilir. Bu durumda kişisel güvensizlik, depresyon, azalan kişisel saygı duygusu, işte düşük motivasyon, umutsuzluk hissi, artan kan basıncı ve nabız oranı, işten ayrılma isteği ve iş tatminsizliği gibi sonuçlar ortaya çıkabilir.

## 8. Örgütsel Yapı ve İklinden Kaynaklanan Stres Kaynakları

Çalışma ortamının güvenliği yetersiz olduğunda, fiziksel şartlar uygun olmadığında, işin ergonomik koşulları sağlanmadığında, örgüt kültürü çalışanları yeterince temsil etmediğinde, çalışanların kararlara ve yönetim süreçlerine katılma olanaklarından yoksun kaldığında, hiyerarşik ve katı bir yapı stres faktörlerini artırır. Bürokratik engeller, resmi ilişkilerin baskısı, üst yönetimin ilgisizliği ve öznellik gibi faktörler de bu durumu daha da kötüleştirebilir. Aynı şekilde, terfi olanaklarının sınırlı olması, gereksiz formaliteler, bölümler arasındaki çatışmalar da yapısal stresi artırır. Örgütsel iklimin soğuk ve güvensiz olması, ast-üst ilişkilerinin eksikliği ve iletişim zorlukları da çalışanları yabancılaştırabilir. Örneğin, işçiler veya öğretim üyeleri, kurumlarının politikalarını değiştirmek istediklerinde ancak bunu başaramayacaklarını düşündüklerinde güçsüz hissedebilirler. Yönetimin destekleyici bir yapı oluşturması, katılımcı bir ortam sağlaması, ortak karar almayı teşvik etmesi ise stresi azaltabilir ve üretkenliği artırabilir. Bu, çalışanların maruz kaldığı farklı stres kaynaklarından bazılarını içeren genel bir liste sunar. Her bir iş ortamı farklıdır ve çalışanların maruz kaldığı stres kaynakları da bu çerçevede farklılık gösterebilir(Güçlü, 2001: 103) .

## 9. Örgütsel Rolden Kaynaklanan Stres Kaynakları

Tutar'a göre (2016:179), müzakere ve iletişim eksikliği, karar alma süreçlerine katılmama, bireysel davranışların kısıtlanması ve aidiyet duygusunun eksikliği gibi durumlar, stresi

tetikleyen faktörlerdir. Benzer şekilde, yetki ve sorumluluk dengesizliği, rol çatışmaları, yetersiz örgütsel kaynaklar, işin toplumsal itibarı, statü sembolleri ve formal/informal roller arasındaki çatışma veya belirsizlik gibi etkenler de örgütsel rol kaynaklı stres faktörlerini oluşturur. Örgütsel rollerden kaynaklanan stres, genellikle çelişki ve belirsizlik durumlarında ortaya çıkar. Yates'e göre (1989: 57), çalışanın görev ve yetki konularında yetersiz bilgi ve donanıma sahip olması, rol belirsizliği, pozisyonun amacını anlamaması ve net sorumluluklara sahip olmaması gibi durumlar bu tür stresin kaynakları arasındadır.

## 10. Kariyer Gelişiminden Kaynaklanan Stres Kaynakları

İşletmenin kariyer gelişiminden kaynaklanan stresle başa çıkabilmek için, personelinin güçlendirilmesi ve geliştirilmesi gerekmektedir. Bu güçlendirme ve gelişim, çalışanların motivasyonlarının artırılması, teknik bilgi ve becerilerinin geliştirilmesi, kendilerine olan güvenlerinin artması, inisiyatif kullanma becerilerinin geliştirilmesi, kontrol ve yetkiyi organizasyon hedeflerine uygun bir şekilde kullanabilme gibi koşulları içermektedir (Koçel,2014: 476). Değerlendirme ve kariyer sorunları, iş yaşamında stresin önemli bir kaynağıdır çünkü çalışanlar genellikle başkaları tarafından değerlendirilmekten hoşlanmazlar. Örgüt içindeki adaletsiz başarı değerlendirmeleri ve kariyer planlama uygulamaları, liyakat esasına dayanmadığı için çalışanlar arasında çatışmalara ve dolayısıyla stres yaşanmasına neden olabilir. Örgütlerde yükselme fırsatlarının sınırlı olması, düşük ücretler veya performans değerlendirme standartlarının uyumsuzluğu gibi kariyer gelişimiyle ilgili faktörler stres yaratabilir. Örneğin, terfi olanaklarının sınırlı olması veya hızlı terfilerin getirdiği rahatlık ve alışkanlık gibi durumlar, çalışanlar arasında stres yaratabilir(Palmer ve Hyman, 1993: 29-30).

## 11. İşteki İlişkilerden Kaynaklanan Stres Kaynakları

Çalışanın örgütsel uyumu, bir işletmenin sağlıklı bir şekilde işlerini yürütmesi ve çalışanların işyerinde mutluluğunu sürdürebilmesi için hayati bir öneme sahiptir. Uyum, işletme içindeki ilişkiler sisteminin işlerliğini ve bireylerin verimli bir çalışma düzeniyle işlerine duydukları memnuniyeti sağlar. Bireyler için uyum, iş yaşamlarında tatmin, mutluluk ve keyif sağlar. İşletme açısından bakıldığında ise, verimli çalışmanın vazgeçilmez bir parçasıdır (Pehlivan, 2016: 1). Örgütsel iletişimdeki temel amaçlar; işlerin koordinasyonunu sağlamak, sorunları çözmek, bilgi paylaşımını sağlamak ve çatışmaların çözülmesine katkıda bulunmaktır. Ancak, birey işletmesinde üstleri tarafından takdir edilmezse veya yakın çalışma arkadaşları bulamazsa, çalışma yeri onun için son derece mutsuz, sıkıcı ve dayanılmaz hale gelebilir.



Ayrıca, ast-üst ilişkilerinde üstlerin sergilediği olumsuz ve cezalandırıcı tutumlar, çalışanlar üzerinde önemli ölçüde stres yaratabilir(Cam, 2004:4).

### Ç. İş Stresinin Fiziksel Sağlık, Zihinsel Sağlık ve Performans Üzerindeki Etkileri

#### 1. Stresin Fizyolojik Sonuçları

Stresin öncelikle fiziksel bir tepki olduğu düşünülür; stresli bir durum ortaya çıktığında insan fizyolojisi harekete geçerek stresle uyum tepkisi gösterir. Bu uyum tepkileri sonucunda, insan vücudunda bazı belirtiler ortaya çıkabilir. Örneğin, kalp atışlarının artması, kana epinefrin ve norepinefrin hormonlarının salgılanması gibi belirtiler gözlemlenebilir. Ancak, bu tepkilerin vücuda zararlı olup olmadığına dair net bir bilgi bulunamamıştır. Bununla birlikte, bu tepkilerin uzun süreli olması ve kronik stres altında kalan insanlarda çeşitli fiziksel hastalıklara neden olabileceği bilinmektedir (Pehlivan, 2002: 141).

Stresin birey üzerinde uzun vadede çeşitli etkileri olabilir. Örneğin, dolaşım sistemi üzerinde etkisiyle kalp ve damar hastalıklarına, hipertansiyona yol açabilir. Solunum sistemi üzerindeki etkisi bronşiyal astıma neden olabilirken, sindirim sistemi etkilenecek hazımsızlık, ülser, gastrit gibi sorunlar meydana gelebilir. Üreme sistemini etkileyerek cinsel iktidarsızlık ve cinsel isteksizlik gibi durumlar ortaya çıkabilir. İç salgı sistemindeki etkisi ise hipertrofi ve şeker hastalığına neden olabilir. Ayrıca, vücudun savunma mekanizmasını zayıflatarak saç dökülmesi ve kronik baş ağrıları gibi semptomlar da stresin etkileri arasındadır (Okutan ve Tengilimoğlu, 2002: 23). Eren'e (2000: 291) göre, stresin neden olduğu sağlık problemleri şunlardır:

- Kramplar ve adale spazmları gibi kas ve iskelet sistemi sorunları,
- Sürekli yorgunluk ve halsizlik hissi,
- Sık sık yaşanan baş ağrıları,
- Aşırı iştahsızlık veya aşırı yeme eğilimi ve bunun sonucunda kilo değişimleri,
- Aşırı duygusallık, ağlama nöbetleri,
- Yüksek tansiyon ve nefes darlığı gibi dolaşım sistemi sorunları,
- Sıkça yaşanan mide bulantısı ve sindirim sistemi rahatsızlıkları,
- Bir sorunla karşılaşıldığında aşırı yeme veya içme eğilimi,
- Sinirsel ağrı ve şikayetler,
- Fazla ilaç kullanımını sonucu mide kanamaları gibi komplikasyonlar,
- Mineral ve vitamin takviyelerine aşırı düşkünlük ve alışkanlık gösterme.



- Uyku bozuklukları ve uyku problemleri,
- Cinsel isteksizlik ve iktidarsızlık gibi cinsel sağlık problemleri,
- İshal ve kabızlık gibi bağırsak sorunları,

## 2. Stresin Psikolojik Sonuçları

Psiko-sosyal stres etkenleri ile vücudun elektrik sistemi ve iç salgı bezlerindeki biyokimyasal değişimler arasında bir etkileşim olduğu bilinmektedir. Bu belirtiler, stresin etkilediği bireyin iç yaşantılarına bağlı olarak, dolaylı bir biçimde, duygu ve davranışlarında gözlemlenir (Silah, 2001: 159). Örneğin, kişilerin bireysel sıkıntıları, kötü çalışma şartları, gelecek korkuları ve kişisel çatışmalar gibi faktörler, biyolojik ve duygusal dengeye olumsuz etkiler yapabilir. Ayrıca, denge durumunda ya da uyarıcılarda görülen değişimin olumsuz algılanması sonucunda bireyler depresyon ve karamsarlık yaşayabilir. Bu duygular, kendi başlarına duygusal dengenin bozulmasına neden olduğundan, stres kaynağı olarak görülürler (Tutar, 2000: 261) .

### a. Depresyon

"Depresyon" kelimesi, kelime anlamı olarak "çöküş" anlamına gelir ve belirli bir düzeyden alçalışı ifade eder. Depresyon eski bir hastalık değildir, ancak sanayileşmiş ve şehirleşmiş toplumlarda tarihin hiçbir döneminde görülmediği kadar yaygınlaşmıştır (Baltaş, 2013: 129). Yüksek düzeyde stres, depresyona yol açabilir ve bu da bazı kişilerde intihar riskinin arttığını ifade edilmiştir (Bergdahl ve Bergdahl, 2002). Depresyon, sürekli olarak hoşnutsuzluk ve karamsarlık duygularını içerir ve birçok insan yaşamlarında depresyona girdiklerinin farkında olmayabilir. Farkında olanlar bile, bu durumu zayıflık olarak görme eğilimindedir ve dolayısıyla depresyonları hakkında konuşmaktan utanç duyabilirler. Bu noktada, iki gerçeği anlamak son derece önemlidir. İlk olarak, depresyonun son derece yaygın bir durum olabileceğini kabul ederken, ikincisi, depresyonun kişilerin akıllı veya mutlu olmalarıyla bağlantılı olmadığını ve herkesi etkileyebileceğini kabul eder (Hughes ve Booth Royd, 1997: 60).

Son dönemde araştırmacılar, stres ile depresyon arasındaki güçlü bağlantının nereden kaynaklandığını incelemiştir. Bu araştırmaların sonuçlarına göre, A ve B tipi kişilik, iç-dış kontrol odağı, içe dönüklük ve dışa dönüklük gibi çeşitli farklılıkların rolü araştırılmıştır.

## **b. Uykusuzluk**

Stresin ilk belirtilerinden biri uyku düzensizliğidir. Kişinin yaşadığı zorlukları ve stres seviyesini değerlendiren tüm testlerde, uyku ile ilgili sorunlar önemli bir gösterge olarak kabul edilir (Aydın, 2008: 85). Uyku problemleri, stres kaynaklı psikolojik bir sonuç olabilirken, aynı zamanda uykusuzluğun insanları daha fazla gerilmesine, performans ve dikkatte azalmaya neden olarak stresi artırabileceği de unutulmamalıdır. Uyku, genel olarak vücudun dinlenme ve yenilenme sürecidir. Ancak, stres altındaki kişilerde genel uyarılmışlık seviyesi yüksek olduğundan, uyku zorlaşabilir ve uyku bozuklukları yaşanabilir. Yeterli uyku alınmaması ise unutkanlık, sinirlilik, dikkat dağınıklığı gibi sorunlara yol açabilir, bu da çalışma hayatını ve iş performansını olumsuz etkileyebilir.

## **c. Kaygı**

Olumsuz hislerin yaşandığı durumlar genellikle kaygının ortaya çıkmasına neden olur. Kaygıya ait belirtiler, kaygıyı oluşturan dış şartlardan kaygıyı yaşayan kişiye doğru yaklaştıkça genellikle artar. Bu durumda, kişi o koşullar altında kaygı yaşar ve bu durumla başa çıkmaya çalışırken, zorlayıcı durum sona erdiğinde kaygı belirtilerinin azaldığı gözlemlenmiştir. Ancak sürekli devam eden kaygı, kişiye özgü bir nitelik olarak kalır ve zaman zaman daha yoğun hissedilse de yaşamın genelini etkiler. Bu durumda, gerçek tehlike olmayan durumlarda dahi aşırı tepkiler ortaya çıkabilir. Kaygı genellikle geniş kapsamlı kuruntu, korku ve sıkıntı hislerinden oluşur. Ancak, kaygı, korku ve bunalım arasındaki farkları belirlemek önemlidir. Korku, ani ve açık bir tehlike karşısında verilen tepkilere dayanırken, kaygı ise belirsiz ve sezilen tehlikelere karşı verilen tepkilere odaklanır (Yates, 1989: 103).

## **ç. Tükenme Belirtisi**

Tükenmişlik sendromu, son yıllarda stresin psikolojik sonuçları altında incelenerek önem kazanmıştır. Tükenmişlik, fiziksel yorgunluk, çaresizlik, hayal kırıklığı, umutsuzluk duygusu, olumsuz benlik algısı, işe ve yaşama karşı olumsuz tutumların gelişmesi gibi belirtileri içeren bir durumdur (Pehlivan, 2002: 37). Strese karşı başa çıkmak için direnç gösterildiğinde genel olarak uyum sağlanır. Ancak, stres çok yoğun ve kişi bununla başa çıkamazsa, tükenme dönemi yaşanabilir (Silah, 2001: 162). Tükenme belirtileri gösteren bireylerin iş yerinde ve çevresinde hatalar arama eğiliminde olmaları ve diğer çalışanların önerilerine olumsuz bakmaları da yaygın belirtiler arasındadır (İlter, 2014: 7).

Tükenmişlik sendromunun neden olduğu etkiler, süregelen stresin uyum enerjisini zayıflatmasıyla başlar. Bu durumda, sürekli ve ciddi bir gerilim sonucunda birey bitkinlik ve çöküş yaşar ve fizyolojik olarak tepki veremez hale gelir. Birey, çevresindeki olaylara karşı duyarsızlaşır ve etkili bir tepki veremez hale gelir (Thompson, 1998: 152).

#### **d. Davranışsal Sonuçlar**

Stresten kaçınma amacıyla en yaygın olarak tercih edilen davranış kalıpları arasında sigara, alkol, çeşitli uyarıcılar ve uyuşturucu madde kullanımı, aşırı yeme, uyku düzensizliği gibi kötü alışkanlıklar bulunmaktadır (Gündoğdu, 2009: 46). Stresin sebep olduğu başlıca davranışsal sonuçlardan bazıları şunlardır: madde kullanımı (alkol, sigara, ilaç vb.), uyku düzeninde bozulma veya aşırı uyuma isteği, iştah değişiklikleri (azalma veya aşırı yeme), sinirli yüz ifadesi, riskli davranışlar (tehlikeli araç kullanımı, kumar oynama), saldırganlık, nesnelere kırma veya dökme, hırsızlık, kişiler arası ilişkilerin bozulması (iş arkadaşları, yöneticiler, aile, arkadaşlar vb.), intihar düşüncesi veya intihar girişimleri (Pehlivan, 2008: 87).

Stresin örgütsel boyuttaki sonuçlarına ilişkin birçok araştırma bulunmaktadır. Quick, Quick ve Nelson (1997) bireylerde düşük moral ve şiddet eğiliminin arttığını örgütsel stres sonucu olarak belirtmişlerdir. Liukkonen, Cartwright ve Cooper (1999) ise iş devamsızlığı, üretkenlik azalması, mesleki eğitim ve tedavi masraflarındaki artış gibi sonuçları örgütsel stresle ilişkilendirmişlerdir. Palmer ve diğerleri (1999) stres yaşayan çalışanlara bağlı olarak kararlarının azaldığını ve iş kazalarının arttığını savunmuşlardır. Cooper ve Dewe (2004) örgütsel stresin örgütün zarar ve maliyetinin yüksek olduğunu vurgularken, Maslach ve Leiter (2005) strese maruz kalan bireyin örgüte hem niteliksel hem de niceliksel zarar verdiğini ifade etmişlerdir. Aldwin (2007) ise stresin bireylerin motivasyon ve örgütsel bağlılık sorunları yaşamasına neden olduğunu ve bu durumun örgütler için zararlı olduğunu belirtmiştir.

Örgütsel stresin pozitif ve negatif yönleri bulunmaktadır. Düşük düzeyden ılımlı düzeye kadar olan stres, yapıcı ve enerji verici bir etki yaratırken aşırı stres, bireyin bedensel ve zihinsel sistemine zarar verebilir. İş stresinin örgütsel ve bireysel açıdan olumsuz etkileri olduğu kabul edilse de, stresin azaltılması ve yönetilmesi için birçok örgütsel ve bireysel müdahale aracı bulunmaktadır. Örgütsel stresin olumsuz etkileri aşağıda belirtilmiştir:

### 3. İş Stresinin Performans Üzerindeki Etkisi

İş stresi, çalışanların iş ortamlarında yaşadıkları baskı, endişe ve gerilim durumudur. Bu stres, birçok faktörden kaynaklanabilir, örneğin iş yükü, zaman baskısı, iş ilişkileri, belirsizlikler veya işin doğasıyla ilgili zorluklar gibi.

Performans; çalışanın ortaya koyduğu işin, iş standartlarına göre ne derece başarılı olduğunu gösteren bir kavramdır (Baytar, 2010: 62). İş stresinin performans üzerindeki etkisi karmaşık bir konudur. İş stresi, bir yandan kişinin motivasyonunu ve dikkatini artırabilir, çünkü bireyler genellikle daha zorlu durumlarla başa çıkmak için daha fazla çaba harcarlar. Ancak, aşırı stres uzun vadede performansı olumsuz etkileyebilir. İş stresiyle başa çıkma mekanizmaları zamanla aşınabilir ve çalışanlar yorgunluk, tükenmişlik veya motivasyon kaybı gibi sorunlarla karşılaşabilirler. Bu da performans düşüşüne neden olabilir. Ayrıca, iş stresi fiziksel ve zihinsel sağlık üzerinde de olumsuz bir etkiye sahip olabilir. Stres hormonları, uzun süreli maruziyet durumunda bağışıklık sistemi fonksiyonlarını ve genel sağlığı zayıflatabilir.

İş yerinde stresi azaltmanın birçok yolu vardır. İş yükünü dengelemek, destekleyici iş ortamları oluşturmak, stresle başa çıkma becerilerini geliştirmek ve çalışanların duygusal ihtiyaçlarını karşılamak gibi yöntemler, iş stresini azaltmaya yardımcı olabilir. İyi bir iş stresi yönetimi, hem çalışanların refahını artırabilir hem de iş performansını artırabilir. İş stresinin performans üzerindeki etkileri:

#### a. Performans Düşüklüğü

Örgütlerin hedeflediği üretim düzeyine ulaşamaması, üretim ve hizmetlerde kalitenin düşmesi, fire oranlarının artması ve yanlış kararlar alınması, iş performansındaki düşüşü ifade etmektedir. Bu durumda, bireyler çalıştıkları ortamı stresli olarak algıladıklarında, motivasyonları ve işten aldıkları memnuniyet azalmaktadır. Yerkes ve Dodson (1908), stresin performans üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Bu araştırmalar, stresin performansla belirli bir noktaya kadar pozitif bir ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. Ancak belirli bir noktadan sonra (kırılma noktası), stres arttıkça performans ve etkinlikte düşüş yaşandığı tespit edilmiştir.

Örneğin; işine aşırı derecede odaklanmış bir yönetici veya işe uygun olmayan bir yönetici, ters U şekilli bir performans grafiği sergiler. Bu grafikte, A ve B noktaları arasındaki optimum verimlilik bölgesinde değillerdir. Çalışanların ve yöneticilerin optimal verimlilik bölgesinde olmaları, arzu edilen bir durumdur (Ertekin, 1993: 91-97). Çalışanın verimliliği

sadece bireyin kişisel memnuniyetini değil, aynı zamanda örgütün performansını, kazancını ve kalitesini de etkiler, bu nedenle örgütler için son derece önemlidir. Ayrıca performans değerlendirmesi, bu konuya verilen önemi artırır (Erdil, 1998: 164-165).

### **b. İş Devamsızlığı ve İşe Geç Gitmek**

İşe devamsızlık, insan kaynakları alanında en büyük sorunlardan biri olup, çeşitli fiziksel rahatsızlıkların yanı sıra stres kaynaklı olabilir. Araştırmalar, iş yerlerinde stresle mücadele eden çalışanların, stresli ortamdan kaçınmak amacıyla işe gelmediklerini göstermektedir (Baytar, 2010: 60).

### **c. İş Kazaları**

İş kazalarının hem bireysel hem de örgütsel maliyeti göz önüne alındığında, son yıllarda işletme yönetimlerinin bu konuya önem verdiği görülmektedir. Araştırmalar, örgütsel stresin iş kazalarıyla ilişkilendirilen tek faktör olmadığını ancak aralarında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Yılmaz ve Ekici, 2003; 9). İş kazaları, maruz kalan çalışanlar için fizyolojik ve psikolojik zarara yol açmanın yanı sıra, diğer çalışanların güvenliğini tehlikeye atarak örgüte ciddi zararlar verebilir (Eroğlu, 2007: 465). Stresin neden olduğu korku, kaygı, depresyon, dalgınlık, tükenme ve heyecan gibi psikolojik etkiler altında olan çalışanların, örgüt içinde tehlikeli davranışlara eğilimli oldukları bilinmektedir.

Bu davranışlar, iş kazalarına yol açarak sağlık masraflarında ve sigorta ödemelerinde artışa neden olmaktadır. Dünya genelinde her 3 dakikada bir iş kazası, her 4 saatte bir ölümlü iş kazası meydana gelmektedir. Bu kazaların %98'i işveren ve personel ihmalkârlığından kaynaklanmakta olup, %50'si ise çok rahat engellenebilecek durumlardan meydana gelmektedir. Türkiye'nin ölümlü iş kazaları açısından dünya üçüncüsü olduğu, Avrupa'da ise lider olduğu yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkmıştır.

### **ç. Örgüte Yabancılaşma**

Toplumun değişen talepleriyle iş hayatının da paralel olarak değişmesi, işletmelerde hızlı dönüşümlere yol açmaktadır. Bu durum, çalışanların görevlerinde sürekli değişim yaşamasına ve dolayısıyla işlerine ve örgütlerine yabancılaşmalarına neden olmaktadır (Erdal, 2011: 36). Bu yabancılaşma sonucunda işe olan ilgi kaybı ve iş devamsızlığı gibi sorunlar ortaya çıkmaktadır. Araştırmalar, işe devamsızlık yapan çalışanların %40'ının sağlık sorunlarının stresten kaynaklandığını ortaya koymuştur (Akgündüz, 2006: 58). Çalışanın işten ayrılması ve

yerine yeni bir personelin alınması, eğitimi ve uyum sağlama süreci, örgüte maliyet getirmektedir (Işıklı, 2013: 81).

Bireyin işe geç kalması da örgütsel stres kaynaklarından biridir. Ancak bu durumun nedeninin bireyin kâr amaçlı olup olmaması, stresten kaçınma isteği veya iş yerinin uzaklığı gibi faktörlerin de incelenmesi gerekmektedir (Sökmen, 2005: 26).

#### **d. Yabancılaşma**

Yabancılaşma terimi, Latince "alienatio-onis" kelimesinden türemiştir ve "ayrılma", "anlaşmazlık", "şaşkınlık" ve "bilinç bozukluğu" gibi anlamları içerir. Bu kavram, bireyin işten uzaklaşmasının yanı sıra düşmanlık duygularını da içerebilir. Yabancılaşma, çalışanların işyerindeki hedeflere, ilke ve kurallara, iş arkadaşlarına ve çeşitli örgütsel ve çevresel sorunlara karşı ilgisiz ve kayıtsız olmalarını ifade eder.

Çalışanların işlerini ve faaliyetlerini genel çalışma düzeni içindeki yerini ve anlamını kavrayamadan çaba sarf etmeleri, kendilerini örgütsel ilişkilerden uzak tutmaları yabancılaşmayı ifade eder (Eroğlu, 2007: 469). Örgütlerdeki yabancılaşma, yönetim, motivasyon, performans ve üretim gibi unsurlarla doğrudan ilişkilidir. Yabancılaşmanın neden olduğu olumsuz koşullar, örgüt içindeki çalışanları etkiler ve dolayısıyla örgütün genelini olumsuz etkileyebilir. Bu nedenle, örgüt yöneticileri, "örgütsel yabancılaşma" sorunuyla başa çıkmak zorunda kalabilirler (Erkılıç, 2012: 3).

#### **e. Yüksek Personel Devir Hızı**

Yüksek personel devir hızı, iş gücü dönüşümü olarak da adlandırılan ve işyerindeki personel sayısında meydana gelen değişiklikleri ifade eder (Erdoğan, 2002: 2). Bu değişiklikler, istifa, terk, işten çıkarılma ve işe alınma gibi durumları kapsar. İşgücü devri hem istekli hem de isteksiz olabilir. Bir çalışanın kendi isteğiyle işi bırakması gönüllü işgücü devri olarak kabul edilirken, işletme tarafından işten çıkarılması isteksiz işgücü devri olarak adlandırılır. İsteksiz işgücü devri genellikle sakatlanma, kronik hastalık gibi nedenlerle çalışanın artık iş yapamaz duruma gelmesinden kaynaklanırken, gönüllü işgücü devri genellikle yönetim tutumları veya kurumsal faktörlerle ilişkilendirilir.

Ayrıca, işgücü devri, yeni iş fırsatlarının bulunması, daha yüksek ücret, diğer endüstrilerin durumu ve daha iyi gelir sağlayacak seçenekler gibi dışsal faktörlerle de ilişkilendirilebilir (Cesur, 1998: 82). Rol belirsizliği, uygun araçların kullanılmaması, yetersiz çalışma koşulları

ve yöneticilerin çalışanlara karşı yaklaşımı ve davranışları da işgücü devrinin artmasına neden olabilir (Ergün, 2008: 52).

#### **D. Stresle Başa Çıkma Yöntemleri**

Strese verilen cevaplar, birçok faktöre bağlıdır ve kişiden kişiye farklılık gösterebilir. Bu cevap verme tarzları, bireyin dış etkenlerle nasıl başa çıktığı ve içsel tepkilerinin nasıl olduğuna bağlıdır. Öncelikle, stresin dış kaynaklarından biri olan etkenler, bireyin etrafında olup bitenleri algılamasıyla ilgilidir. Bu, kişinin stresli olayları nasıl yorumladığı ve anladığına bağlıdır. İçsel tepkiler, bu dış etkenlere karşı verilen doğrudan yanıtlardır ve genellikle kişinin duygusal ve fiziksel tepkilerini içerir. Bu tepkiler, bireyin stres faktörünü nasıl algıladığı ve değerlendirdiğiyle de ilişkilidir.

Bireyin yaşamındaki stres kaynakları çeşitli olabilir ve bunlar arasında hastalık, ayrılık, ölüm gibi önemli yaşam olayları da yer alabilir. Bu tür stres kaynakları, kişinin stres toleransını aşabilir ve ciddi sağlık sorunlarına neden olabilir. Ancak, stresle başa çıkma becerilerini geliştirmek ve stresle daha etkili bir şekilde başa çıkmak mümkündür. Stresle başa çıkma yollarını öğrenmek ve günlük yaşamda uygulamak, kişinin stresle daha iyi başa çıkmasına yardımcı olabilir. Bu, stresli durumlarla daha esnek bir şekilde başa çıkmayı, duygusal dengeyi korumayı ve sağlıklı tepkiler geliştirmeyi içerir. Bu nedenle, stres yönetimi becerilerini geliştirmek ve uygulamak, bireyin genel sağlığı ve refahı için önemlidir (Cüceloğlu, 1992: 325).

#### **1. Egzersiz Yapmak**

Fiziksel egzersizler, vücudun bütün bölgelerini çalıştırarak kasları güçlü bir formda kullanmayı ve derin nefes alıp vermeyi sağlayan etkinliklerdir. Koşma, yürüyüş, bisiklet, yüzme, tenis gibi aktiviteler buna örnek olarak gösterilebilir (Sabuncuoğlu, 2003: 246). Stres yönetimi açısından fiziksel egzersizlerin birçok önemli faydası bulunmaktadır. Öncelikle, fiziksel egzersizler kasları güçlendirir ve dolaşım sistemini düzenli bir hale getirerek vücuda oksijen dağıtımını artırır.

Örneğin, jogging ve yüzme gibi aerobik egzersizler, vücudun oksijen ihtiyacını artırarak kalp ve akciğer sağlığını destekler ve yüksek tansiyonlu bireylerde kan basıncını düşürebilir. Ayrıca, egzersiz yapmanın stresle başa çıkmada en kolay, ucuz ve doğal yöntemlerden biri olduğu söylenmektedir (Mentor, 2015: 7). Egzersiz yapmanın tansiyonu düşürmesi, öfke ve düş kırıklığını azaltması, kişinin kendini daha iyi hissetmesini sağlaması, uykuyu

düzenlemesi, performansı artırması, bireyin kendine güven duygusunu oluşturması ve konsantrasyonu artırması gibi birçok olumlu etkisi vardır.

## 2. Bireysel Stres Yönetimi

Bireysel stres yönetimi, kişinin stresle başa çıkmak için bireysel olarak gösterdiği çabalardan oluşur. Bu çabalar, kişilik özelliklerinin değiştirilmesi, yaşamı kontrol altına almak, mizah ve şakaya yer vermek, kendini diğer insanlarla karşılaştırmak, stresin olumlu yönlerini kullanmak ve baş edilemeyen stresle yaşamayı öğrenmek gibi stratejileri içerir (Baltaş ve Baltaş, 2013:158; Lamberton ve Minor, 1995:234). Bu stratejileri başlıklar halinde ele alacak olursak:

- **Kişilik Özelliklerinin Değiştirilmesi:** Kişinin kendi karakter özelliklerini tanıması ve olumlu yönde değiştirmesi, stresle başa çıkmada önemli bir adımdır. Örneğin, sabırlı olmayı öğrenmek, öfkeyle başa çıkmak için alternatif yollar bulmak gibi.
  - **Yaşamın Kontrol Altına Alınması:** Bireyin yaşamındaki kontrol edebileceği unsurları belirleyip, bu unsurları kontrol altına alarak stresi azaltmasıdır. Örneğin, zaman yönetimi becerilerini geliştirmek, planlama yaparak belirsizlikleri azaltmak gibi.
  - **Stresin Olumlu Yönlerini Kullanmak:** Stresin olumlu yönlerini kullanarak, stresi bir motivasyon kaynağı olarak görmek mümkündür. Örneğin, stresli bir durumun kişiyi daha dikkatli ve verimli olmaya yönlendirmesi gibi.
  - **Baş Edilemeyen Stresle Yaşamayı Öğrenmek:** Bazı stresli durumlar kaçınılmazdır ve tamamen kontrol edilemez. Bu durumlarda, stresle başa çıkmanın ve kabullenmenin yollarını öğrenmek önemlidir. Bu, zor zamanlarda esneklik göstermeyi ve uyum sağlamayı içerir.
  - **Mizah ve Şakaya Yer Vermek:** Mizah ve şaka, stresle başa çıkmada etkili bir yöntemdir. Gülme, stres hormonlarını azaltır ve ruh halini olumlu yönde etkiler.
  - **Kendini Diğer İnsanlarla Karşılaştırmak:** Bireyin kendini diğer insanlarla karşılaştırarak stresle başa çıkması, kendi durumunu objektif bir şekilde değerlendirmesine yardımcı olabilir. Bu, kişinin stresli durumları daha iyi perspektifleyebilmesini sağlar.
- Bu bireysel stres yönetimi stratejileri, kişinin kendi stres düzeyini anlamasına, stresle başa çıkma becerilerini geliştirmesine ve daha sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemesine yardımcı olabilir.



### 3. Biyolojik Geri Besleme (Biofeedback)

Biyolojik geri bildirim, kişilerin vücutlarındaki değişiklikleri çeşitli ölçüm araçlarıyla gözlemleyerek, bu değişiklikleri sezgi yoluyla önceden tahmin etmeye çalıştığı bir yöntemdir (Sabuncuoğlu, Tüz, 2003: 199). Bu yöntemde, belirli bedensel süreçlerdeki değişikliklerin düzenli bir şekilde izlenmesiyle gevşeme durumuna geçişin kolaylaştığı gözlemlenmektedir. Bu amaçla kullanılan araçlar arasında tartılar, termometreler, galvanik deri tepkisi ölçerler ve elektromiyograf gibi cihazlar bulunmaktadır (Sabuncuoğlu, Tüz, 2001: 247).

Biyolojik geri bildirimde, kalp atışları ve kas gerilimleri gibi fizyolojik süreçlerin elektronik araçlarla ölçülmesi esastır. Bu ölçümler, bedendeki çeşitli süreçlerle ilgili bilgiyi ışık veya ses sinyalleri şeklinde kullanıcıya iletmektedir. Bu geri bildirim sistemini kullanarak, kişiler vücutlarının iç durumuyla ilgili kontrolleri daha etkin bir şekilde gerçekleştirebilirler. Örneğin, dinlenme halindeyken kalp atışlarının hızlı olduğunu ve ışığın yanıp söndüğünü fark eden bir birey, kalp atışlarını kontrol altına alarak ışığın yanmasını sağlayabilir. Biyolojik geri bildirim yöntemiyle bireyler sadece kalp atışlarını değil; kas gerilimi, vücut sıcaklığı, beyin dalgaları, mide asidi ve kan basıncı gibi birçok fizyolojik süreci de kontrol edebilirler (Ertekin, 2006: 136, 137).

### 4. Gevşeme Teknikleri

Gevşeme uygulamaları, rahatlama ve stresi azaltma amacıyla kullanılmaktadır. Bu uygulamaları öğrenmek için zaman ayırmak ve düzenli alıştırımlar yapmak gerekmektedir. Bir kez bu beceriyi kazandıktan sonra, gevşeme uygulamalarını herhangi bir yerde yapmak mümkündür. Uygulama yeri, kişinin evi gibi stressiz ve sakin bir ortamla sınırlı değildir; halka açık yerlerde, parkta otururken veya yürürken dikkat çekmeyecek şekilde de uygulanabilir (Yıldırım, 1991:182). Otojenik gevşeme, Schulz ve Luthe tarafından geliştirilen ve genellikle ağrı kontrol kliniklerinde kullanılan bir uygulamadır. Fizyolojik rahatlık ve sakinliği anlatan standart cümlelerden oluşur.

Bu cümleler, el ve ayakların sıcak olması, kalp atışlarının düzenli ve sakin olması, solunumun rahat ve derin olması gibi özellikleri ifade eder. Progressif gevşeme ise, vücuttaki farklı kas gruplarını kasıp gevşetmekten oluşan iki aşamalı bir uygulamadır. Düzenli olarak yapılan bu çalışma, kişinin vücudundaki kas gerginliğini fark etmesine ve gevşemesine yardımcı olur. Böylece, vücut rahatladıkça zihin de rahatlar ve stresle başa çıkmak kolaylaşır. Yapılan araştırmalar, işletme içinde yapılan gevşeme tekniklerinin genel sağlığı ve verimliliği

artırdığını, işçinin kendini daha iyi hissetmesine ve yüksek tansiyonda azalmalara neden olduğunu göstermektedir (Budak, Budak, 2004: 589).

## 5. Beslenme Düzeni

Çalışan bireylerin iş yoğunluğundan dolayı tercih ettiği pratik beslenme şekli olan "fastfood", hızlı tüketilebilen yiyeceklerin yaygınlaşmasıyla birlikte önemli bir sorun haline gelmiştir. Bu sağlıksız beslenme alışkanlığı, birçok insanı biyolojik rahatsızlıklara ve psikolojik streslere yol açmaktadır. Obezite, kalp rahatsızlıkları ve düzensiz uyku gibi hastalıklar günümüzde giderek artmaktadır (Pehlivan, 2002:57-59).

Düzenli beslenme alışkanlıkları edinmek, tuz ve doymuş yağ alımını azaltmak ve lif ve vitamin açısından zengin meyve ve sebzeleri tüketmek stresle başa çıkmayı destekler ve sağlık risklerine karşı direnci artırır (Baron, Greenberg,1989: 246). Beslenmenin sadece kilo kontrolüyle değil, beyin sağlığıyla da doğrudan ilişkili olduğu pek bilinmeyebilir. Ancak vücuda alınan besin maddeleri, beyin sağlığını doğrudan etkiler ve bu durum stres yönetimi açısından hayati öneme sahiptir.

## 6. Meditasyon

Meditasyon, beş duyu organını belirli bir süre düşünce dünyasından alarak, anlamsız ancak dinginlik veren bir kelimenin tekrarlanmasıyla kas ve zihin gevşemesini içeren bir teknik olarak tanımlanır (Ivancevich & Matteson, 1990). Araştırmalar, gevşeme ve meditasyon yöntemlerini kullanan bireylerin iş verimliliğinin arttığını, işten ayrılma oranlarının azaldığını ve yöneticileri ile arkadaşları arasında daha olumlu ilişkiler geliştirdiklerini göstermektedir. Meditasyonda, "pasif konsantrasyon" kullanılır.

Bu, düşüncelere ve duygulara aktif müdahale etmeden, pasif bir gözlemlenme sürecidir. Meditasyon sırasında, solunum sayısının değişmediği ancak oksijen tüketiminin azaldığı ve CO2'nin atıldığı gözlemlenmiştir, bu da ilginç bir bulgudur. İyi bir meditasyon için aşağıdaki faktörlere gereksinim duyulduğu araştırmalarla ortaya çıkmıştır (Mentor, 2015: 75-76):

- **Sessiz bir ortam:** Dikkati dağıtmayan, sakin bir yer tercih edilmelidir, örneğin özel bir oda veya sessiz bir doğal ortam.
- **Pasif bir durum:** Dikkat dağıtan tüm düşünceler görmezden gelinmeli ve kişi tamamen pasif hale getirilmelidir.

- **Rahat bir pozisyon:** Kişi, baş ve boyun desteği olan bir sandalyede rahat bir şekilde oturmalıdır. Giysileri gevşetmeli ve mümkünse ayaklarını kaldırmalıdır.
- **Zihinsel bir araç:** Tek heceden veya tek kelimedenden oluşan sabit bir uyarıcı seçilmeli ve yumuşakça tekrarlanmalıdır. Meditasyon sırasında sadece bu ses üzerine odaklanılmalıdır.

## 7. Masaj

Masaj, ellerin baskı ve çeşitli tekniklerle vücuda uygulanan bir stres azaltma yöntemi olarak kabul edilir. Hafif basınçla yapılan masajlar genellikle ağrı kesici etkiye sahipken, daha yoğun basınç uygulanan masajlar daha uyarıcı etkiye sahiptir ve her iki durumda da kasların gevşemesini sağlar. Masaj sırasında tüm vücuda yayılan bir rahatlama hissiyatı endişeyi azaltır ve bireye düşünmek yerine hissetme fırsatı sunar, bu da bilinçli bir masajın stresi azaltarak sağlıklı bir dinlenme ortamı sağlamasına olanak tanır. Gün içinde aşırı gerilim ve stres yaşayan bireylerin hem zihinsel hem de fizyolojik olarak rahatlamak için masaj yaptırmaları önerilir. Masajın hem bedensel hem de zihinsel rahatlık sağladığı bilinmektedir. Ancak, masajın bedensel huzurdan ziyade zihinsel rahatlama sağladığı daha sık görülür. Bunun temel nedeni, insanların genellikle masaj yaptırarak rahatlayacaklarını zihinsel olarak kabul etmeleridir (Rowshan, 2003:109-110).

## 8. Yoga

Sanskrit dilinde "birleşme" veya "tek olma" anlamına gelen yoga, manevi ve sağlık açısından kendi kendine yapılan bir gelişme tekniği olarak tanımlanmıştır. Araştırmalar, yoga pratiğinin sağlık üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir, ancak kurallara uygun bir şekilde yapılması önemlidir (Altıntaş, 2003:147). Yoga, irade gücüne dayanan ve sürekli tekrarlama ile mantıklı ve etkili sonuçlar elde etmeyi amaçlayan bir rahatlama yöntemidir. Yapılan çalışmalar, zihinsel stresi azaltmak için zihinsel aktivitelerin en aza indirildiği yoga uygulamalarının etkili olduğunu göstermektedir (Dunne, 1997:27). Yoga pratiğine başlamadan önce, zihni kaygılardan arındırmak önemlidir. Yoga sırasında sakinlik ve dinginlik ön planda olmalı ve ani hareketlerden kaçınılmalıdır (Altıntaş, 2014:132).

## 9. Zaman Yönetimi

Zaman yönetiminin temel amacı, zamanı ihtiyaç ve istekleri karşılayacak şekilde kontrol altına almaktır. Zamanı etkin bir şekilde yönetmek için öncelikle amaç belirlemek, bu amaçlara ulaşmak için plan yapmak, planı uygulamaya koymak, bitiş zamanını belirlemek ve hedefe ulaşana kadar çalışmaya devam etmek gerekmektedir (Pehlivan, 2008:155). İşlerin

öncelik sırasını belirleyip yazmak, yapılacak işlerin uzun bir liste olması durumunda bile zaman kazandırabilir. Ayrıca, zamanı etkin kullanma teknikleri yanında, zaman tuzaklarına dikkat etmek de önemlidir. Zamanı etkili ve verimli kullanmamızı engelleyen ve zaman kaybına yol açan tuzakları tanımlamak ve bunları ortadan kaldırmak için önlemler almak gerekir. Zamanı etkili bir şekilde kullanamamak, bireyin kişisel ilgi alanlarında ve sosyal ilişkilerinde karmaşık bir duruma yol açabilir. Örneğin, randevulara zamanında gitmeme, geç kalma veya işlerin istenilen şekilde gitmemesi durumunda zaman kazanmak için yalan söyleme gibi davranışlar, ilişkilere zarar verebilir. Bu davranışlar, bireyin zamanı etkili bir şekilde kullanamadığını ve zamanı iyi değerlendiremediğini gösterebilir. Zamanı kontrol altına almak için şu yöntemler kullanılabilir (Makin ve Lindley, 1995: 22-39):

- Başlamadan önce yapılması gereken her şey için liste oluşturun.
- Her görevin sonuçlarını iyice düşünün.
- Yedek etkinliklerden kaçının.
- Uzun vadeli hedefler belirleyin.
- Hedeflerinizi düşünsel olarak gözden geçirin.
- Hedeflerinizi sizin için önemli olan zaman dilimlerine göre belirleyin.
- Bir "Yapılmayacaklar" listesi oluşturun.
- Günün sonunda bir "Yapılacaklar" listesi düzenleyin.
- Zamanınızı iyi değerlendirin.
- Kesintisiz düşünme zamanı ayırın.

## 10. Sosyal Etkinliklere Katılma

Stresi azaltmanın bir başka yolu, boş zamanları değerlendirmek ve bu süre zarfında sosyal ve sportif etkinliklere yönelmektir. Sanatsal, kültürel ve sportif etkinliklere katılmak, hobilerle ilgilenmek, çeşitli etkinliklere katılmak veya beceri gerektiren konulara ilgi duymak gibi etkinlikler, stresi azaltmaya yardımcı olabilir. İnsanlar, stresle başa çıkabilmek için kendi kendilerine dinlenebilecekleri, zevk alabilecekleri ve stresi artırmayan hobiler seçmelidirler (Akgündüz, 2006: 70). Bireylerin stresle başa çıkabilmeleri için sosyal yaşantılarına daha fazla önem vermeleri ve değişimin negatif etkilerine karşı güçlenmeleri gerekmektedir. Bu tür güçlendirme faaliyetlerine, örgüt yöneticilerinin, stresin olumsuz etkilerini azaltmak için başvurması önemlidir. Yöneticiler, stresin kaynağı ne olursa olsun, stresli bireylerin ihtiyaç

duyduğu sosyal destek faaliyetlerine dikkat etmeli ve bu stratejiyi uygulamaya koymalıdır (Magnuson, 1990: 49).

## 11. Örgütsel Stres Yönetimi

Örgütsel stres yönetimi stratejileri, iş görenlerin iş stresini azaltmak veya önlemek için örgüt düzeyinde stres kaynaklarının kontrol edilmesini ve azaltılmasını amaçlayan yönetimsel uygulamalardır. Bu stratejiler, örgüt düzeyindeki stres kaynaklarını ortadan kaldırmayı veya sosyal destek sistemleri aracılığıyla stres etkisini azaltmayı hedefler. Bu amaçla, fiziksel çalışma koşullarının iyileştirilmesi, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi, eğitim ve stres danışmanlığı, yetki devri, işin yapılandırılması ve çalışma ortamının iyileştirilmesi gibi adımlar atılabilir. Yöneticiler, sağlıklı ve iş doyumunu yaşayan çalışanların, işletmenin uzun vadeli başarısı için kritik olduğunu kabul ederler. Bu nedenle, çalışanların ağır stres altında olmalarını önlemeye yönelik bazı öneriler şunlardır (Arıkanlı ve Ulubaş, 2004; 120):

- Çalışma ortamının çekici hale getirilmesi ve çalışma isteğinin artırılması.
- Rol çatışmalarını ve belirsizliğini en aza indirme amacıyla açık ve uyumlu rol beklentilerinin sağlanması.
- İş yükü dengesinin korunması ve çalışma sürecinin yönetilmesi.
- İşletmede değişim ve süreklilik arasında denge sağlanması ve çalışanların kendilerini sürekli yenilemeleri için destek sağlanması.
- Çalışan bireylerin sürekli olarak desteklenmesi ve grup çalışmalarının teşvik edilmesi.
- Her çalışana uzun vadeli sağlık, doyum ve kariyer planlaması imkanları sunulması.
- Tüm çalışanlara karar alma süreçlerinde etkili olabilecek fırsatlar sağlanması.
- Stresli çalışanlar için stres yönetimi hizmetlerine destek verilmesi.
- Fiziksel iş koşullarının, çalışanların gereksinimlerine uygun olarak düzenlenmesi.

## 12. Destekleyici Bir Örgütsel İklim Yaratmak

Örgütsel iklimi tanımlayan faktörler, örgütten örgüte farklılık gösterebilir ve bireylerin algılarına göre de değişebilir. Stresin yoğun olduğu iş ortamlarında, psikolojik kökenli stres etkenlerinin fiziksel kaynaklı stres faktörlerinden daha etkili olduğu kabul edilir. Örgüt yapısının planlanması sırasında, merkeziyetten uzak, katılımı teşvik eden ve ortak karar vermeyi teşvik eden bir yapı oluşturulması, yönetimin iş görenlere destek sağlayan bir örgütsel yapı geliştirmesi, örgütsel stresin azaltılmasında etkili olabilir (Güçlü, 2001: 103).

Katılımcı bir yönetimin stresi azaltmada ve iş performansını artırmada etkili olduğu gözlemlenmiştir.

Bu yönetim tarzında, iş görenlerin talepleri belirlenir ve kontrolleri gerçekleştirilir. Bu durumda, değişikliklere karşı direnç azalır ve değişiklikler daha kolay kabul edilir. Sonuç olarak, iş taleplerine hoşgörü artar ve iş stresi azalır (Özkalp ve Kirel 2001:444). Örgütün yapısı ve iklimi, ciddi stres kaynaklarıdır. Karar vermede paylaşımcılık, insan odaklı yönetim tarzı (decentralization) ve çalışanların örgüt iklimini algılama şeklinin incelenmesi, örgüt ikliminin neden olduğu stresi azaltmaya yardımcı olabilir. İnsan kaynakları yönetimi ile ilgili bazı uygulamalar da stresi azaltmada yararlı olabilir (Ross ve Altmaier, 1994).

### **13. İşin Zenginleştirilmesi ve İş Ortamının İyileştirilmesi**

İş ortamının zenginleştirilmesi, rutin ve yapılandırılmış işlere kıyasla stresi azaltabilir. Ancak, işin içeriğini zenginleştirme bazı çalışanlarda stres kaynağı olabilir. Örneğin, gelişime kapalı veya hata yapma korkusu olan bir çalışan için iş zenginleştirilmesi daha fazla strese neden olabilir (Luthans,1990:211). İş zenginleştirilmesi, çalışanlara kendi çalışma hızlarını belirleme, işlerin niteliklerini geliştirme, çalışma biçimlerini iyileştirme, hataları düzeltme ve gerekli kaynakları seçme gibi imkanlar sunar. Bu sayede çalışanlar, önceki ve sonraki görevleri de kontrol edebilirler.

Çalışanların iş yaşamındaki farklılıkların performans sorunlarını çözmeye etkili olabilmeleri için planlama sürecinden başlayarak katılımlarının sağlanması önemlidir. Özellikle, sıkıntılı çalışanlar, kendileri için çaba harcanmasını ve katkılarının beklenmesini gördüklerinde, sorunlarını çözmeye daha istekli olabilirler (Barutçugil, 2002: 115). İş zenginleştirme, işin sorumluluk, tanınma, başarı fırsatları gibi etkenlerin yanı sıra işin özünü ilgili özelliklerin geliştirilmesini içerir. Bu, işin anlamı, özerklik gibi faktörleri içerir (Güçlü, 2001: 103). Sonuç olarak, işin içeriğini güçlendirme veya niteliğini iyileştirme yoluyla çalışanlar daha fazla motive edilir ve zenginleştirilmiş işler sayesinde, rutin işlerdeki stres kaynakları en aza indirilir.

### **14. Beden ve Ruh Sağlığının Desteklenmesi**

Çalışanların periyodik genel sağlık kontrolleri yapılmalı, sağlık sorunu olan çalışanlar tedavi edilmeli ve işe uygun olmayan personel yasalara uygun bir şekilde işten çıkarılmalıdır. Stres yönetiminde, gerilimin oluşumunu önlemenin ve mevcut gerilimleri azaltmanın yanı sıra, gerilimin neden olduğu çeşitli hastalıkların önlenmesi ve tedavi edilmesi de büyük önem taşır.

Örgütlerde, gerilimin sebep olduğu hastalıkların önceden engellenmesi ve çeşitli stres belirtilerinin doğru bir şekilde teşhis edilmesi için kullanılan bir yaklaşım olan sağlık profili, önemli bir araçtır.

Her çalışanın genel sağlık durumunun titizlikle takip edilmesi, personelin moralini yükseltirken, olası bir hastalığa karşı da önceden hazırlıklı olma avantajını sağlar (Eroğlu, 2007: 456). Örgütler, danışma, psikoterapi, mesleki danışmanlık gibi psikolojik yardım hizmetleri ile tedavi, rehabilitasyon gibi sağlık hizmetleri konusunda önlemler almalıdır. Stres yönetimi programları gibi danışmanlık hizmetlerinin, özellikle çalışanların işle ilgili değiştiremedikleri stres durumlarıyla veya iş dışı stres etkenleriyle başa çıkmalarında olumlu sonuçlar sağladığı belirtilmektedir (Yöndem, 2006: 166).

### **15. Stresle Başa Çıkabilme Eğitim Programları**

Çalışanlar için, mesleklerine yönelik yetenek geliştirme programlarının düzenlenmesi, işlerini daha etkili bir şekilde anlamalarına ve daha aktif bir şekilde çalışmalarına olanak tanırken, aynı zamanda stres seviyelerinin azalmasına yardımcı oluyor. Yüksek stres seviyelerine sahip çalışanlar için ise, şirketler tarafından stres yönetimi tekniklerini öğreten eğitimler düzenlenmesi ve bedeni dinlendirici, rahatlatıcı egzersizlere katılım imkanı sunulması, stres düzeylerinin azalmasına katkıda bulunacaktır (İlgar, 2001: 88). Stresle başa çıkabilme konusunda işletmeler, sosyal destek personeli atanması veya profesyonel danışmanlık hizmeti sağlanması gibi adımlar atabilirler.

Özellikle, algılanan örgütsel stresin gerçek dışı veya yanıltıcı olduğu durumlarda, bakış açılarının değiştirilmesi ve temel nedenlerin ortaya çıkarılması için profesyonel danışmanlık hizmetlerine başvurulması faydalı olabilir (Ekinci ve Ekici, 2003, s. 112). Çalışanlara yönelik destek programları, gizli danışmanlık hizmetleri ve iş veya kişisel konuları ele alan servisler içerir. Bu programlar genellikle evlilik, tek ebeveynlik, çalışan ebeveynlik gibi konularda danışmanlık, stres yönetimi atölyeleri, gevşeme seminerleri gibi hizmetler sunar ve sürekli devamsızlık, sağlık masrafları ve disiplin cezalarını azaltmaya ve bireylerin stresle başa çıkmasına yardımcı olur (Luthans, 2005: 399).

### **16. Örgütsel Rollerin Belirlenmesi ve Çatışmaların Azaltılması**

Yöneticiler, astların görevlerini net bir şekilde tanımlayarak ve onlara destek sağlayarak çatışmaları azaltabilirler. Bu amaçla, örgütte herkesin anlayabileceği ve kabul edebileceği bir iş bölümü sistemi oluşturulmalı, adil ve objektif performans değerlendirmeleri yapılmalı ve

eşitlik ilkesine uyulmalıdır. Terfi kriterleri yöneticilere net bir şekilde iletmeli, örgütsel yapı daha esnek hale getirilmeli ve belirsizlik ile çatışma azaltılmalıdır (Köse,1982:8). Yöneticiler, örgütsel rollerin belirsizliğini ve kişiler arası çatışmayı en aza indirgeyerek stresi azaltmaya odaklanmalıdır. Her görev, iş görenleri destekleyecek şekilde net istekler ve gerekli bilgiler içermelidir.

Ayrıca, iş görenlere rol tanımları açık bir şekilde sunulmalıdır. Bir örgütte uygulanacak eğitim ve bilgi, iş görevlerini açıklayan görev bildirimleri ve gereksiz bilgi isteklerini önleyici düzenlemeler, çalışanlar ile yöneticiler arasındaki çatışmayı ve rol belirsizliğini önemli ölçüde azaltabilir (Güçlü, 2001:103). Rol çatışması, farklı yönetici beklentileri, iş ortamındaki gerginlik ve farklı görüşler arasındaki baskı gibi faktörlerden kaynaklanır. Bu nedenle, gerilimle başa çıkmak için örgütte kapsamlı değişiklikler ve örgütsel yapılanma gerekebilir. İş görenlerin ve yöneticilerin davranışları, tutumları ve değerleri değiştirilmelidir.

## **17. Kariyer Planlama ve Geliştirme**

Kariyer gelişimi, bir çalışanın bilgi ve becerileriyle kendi mesleki yolunu oluşturarak işyerinde ilerlemesini planlamasıdır (Sabuncuoğlu, 1994: 70). Bu süreç, çalışanın geleceğini ve kariyerini belirleme fırsatı sunar ve aynı zamanda işine olan bağlılığını artırır. Örgüt açısından ise, kariyer gelişimi çalışanların iş tatmini ve örgütsel bağlılığını artırırken, çalışanların kariyer hedeflerini gerçekçi bir şekilde belirlemelerine ve becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur (Can, 1998: 331).

Genellikle, büyük işletmelerde çalışanlar için mesleki gelişim planlaması klasik adımlarla bir yönetici tarafından gerçekleştirilir ve gelecekteki kariyer basamaklarını belirsizlik içinde bırakmak, çalışanlar üzerinde büyük bir stres kaynağı olabilir (Pehlivan, 2000: 186). İş görenler, zamanında yükselmek için fırsatlar ararlar ve bu isteklerini karşılamak için kariyer ilerlemesinin kolaylaştırılması veya planlanması, çalışanların iş memnuniyetini olumlu yönde etkiler. Bu da stresin azaltılmasına yardımcı olabilir.



## SONUÇ

İş stresinin performans üzerindeki etkisi, bireylerin iş yaşamlarında karşılaştıkları en önemli zorluklardan biridir. Bu makale, iş stresinin bireylerin performansı üzerindeki etkisini inceleyerek, bu etkinin doğası hakkında önemli bulgular sunmuştur. Bulgularımız, iş stresinin performansı şekillendirmedeki karmaşıklığını ve bu etkinin bireyler arasında nasıl değiştiğini vurgulamaktadır.

Öncelikle, uygun seviyelerde yönetilen iş stresinin performansı artırabileceği ortaya konmuştur. İyi yönetilen stres, bireyin dikkatini artırabilir, motivasyonunu güçlendirebilir ve yaratıcılığını teşvik edebilir. Ancak, aşırı stresin performansı olumsuz etkilediği görülmüştür. Aşırı stres, bireyin bilişsel kapasitesini aşabilir, kaygıyı artırabilir ve iş yerinde verimsizliğe neden olabilir.

Ayrıca, iş stresinin kaynakları da performans üzerinde belirleyici bir faktördür. İş yükü, zaman baskısı, rol belirsizliği ve iş ilişkileri gibi faktörler, bireylerin stres seviyelerini etkileyebilir ve dolayısıyla performanslarını şekillendirebilir. Bu nedenle, iş stresiyle başa çıkmak için etkili stratejiler geliştirmek ve işyerinde stres faktörlerini azaltmak, daha sağlıklı çalışma ortamlarının oluşturulmasına katkı sağlayabilir.

Sonuç olarak, iş stresinin performans üzerindeki etkilerini anlamak ve yönetmek, bireylerin ve işyerlerinin başarısı için kritik bir öneme sahiptir. Bu bağlamda, zaman yönetimi becerileri, stresle başa çıkma teknikleri, destek sistemleri ve işyerindeki stres faktörlerini azaltmak için politikalar gibi çeşitli stratejilerin kullanılması gerekmektedir.

Gelecekteki araştırmaların, iş stresinin doğası, etkileri ve yönetimi konusundaki anlayışımızı derinleştirmeye odaklanması önemlidir. Bu, iş dünyasında daha sağlıklı ve verimli çalışma ortamlarının oluşturulmasına katkı sağlayacak ve bireylerin iş yaşamlarındaki başarısını artıracaktır.

## **BİLDİRİMLER**

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir

## **KISITLILIK**

Ulusal ve uluslararası kaynakların ve bilimsel araştırmaların yeterli olması sebebiyle konu ile ilgili bir kısıtlama belirtilmemiştir.

## **ETİK BEYAN**

Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimleri dergisinin yayın etiği, bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan sosyal bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki Bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKÇA

YILMAZ, Abdullah, EKİCİ Süleyman (2006), “Örgütsel Yaşamda Kamu Çalışanlarının Örgütsel Stres Kaynakları Üzerine Bir Araştırma”, Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Cilt:11, Sayı:33, Isparta.

DÜZGÜN, Arife, (2014), “Üst Düzey Yöneticilerde Örgütsel Stres ve Örgütsel Bağlılık İlişkisi Analizi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Aydın.

ALTINTAŞ, ERSİN (2003), Stres Yönetimi, Alfa Yayınları, 1. Baskı, İstanbul.

ALTINTAŞ, Ersin (2014), Stres Yönetimi, 2. Baskı, Anı Yayıncılık, Ankara AKIN, Ahmet, Çetin Bayram (2007), “Depresyon, Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi, 7 (1).

AKTAŞ, Aliye, AKTAŞ Ramazan, (1992), “İş Stresi”, Verimlilik Dergisi. Milli Prodüktivite Yayınları, Sayı2.

AKTAŞ, A. M. (2001), “Ankara Üniversitesi SBF Dergisi”, Bir Kamu Kuruluşunun Üst Düzey Yöneticilerinin İş Stresi ve Kişilik Özellikleri, 56(4).

ARIKANLI Ahmet, Ulubaş Bekir, (2004), Yönetim: Yönetim Fonksiyonları ve Yönetici Davranışları, Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı Yayınları, Ankara.

AYTAÇ, Serpil (2004), İnsanı Anlama Çabası (Psikolojiye Giriş), 2. Basım, Ezgi Kitabevi, Bursa.

BALTAŞ, A., BALTAŞ Z. (1998), Stres ve Başa Çıkma Yolları, Remzi Kitabevi, İstanbul.

BALTAŞ, A., BALTAŞ Z. (2002), Stresle Başa Çıkma Yolları, Remzi Kitabevi, İstanbul.

BALTAŞ, Zuhale, BALTAŞ Acar (2013), Stres ve Başa çıkma Yolları, Remzi Kitabevi, 32.Baskı, İstanbul.

BARUTÇUGİL, İsmet (2002), Performans Yönetimi, Kariyer Yayınları, 1. Baskı, İstanbul.

BARUTÇUGİL, İsmet (2004), Stratejik İnsan Kaynakları Yönetimi, Kariyer Yayınları, İstanbul.

BATIGÜN, A. Şahin, N. H. (2006), “Türk Psikiyatri Dergisi”, İş Stresi ve Sağlık Psikolojisi Araştırmaları İçin İki Ölçek: A-Tipi Kişilik ve İş Doyumu, 17(1).

BAYTAR, Ö. (2010), “İş Yaşamında Stresin İşgören Performansı Üzerindeki Etkileri”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, İstanbul.

BUDAK Gülay, Gönül Budak, (2004). İşletme Yönetimi, Barış Yayınları, 5. Baskı, İzmir.

CAM, E. (2004), “Çalışma Yaşamında Stres ve Kamu Kesiminde Kadın Çalışanlar”.

CÜCELOĞLU, Doğan (1992), İnsan ve Davranışı, Remzi Kitabevi, 1. Baskı, İstanbul.

CÜCELOĞLU, D. (2004), İnsan ve Davranışı, Remzi Kitabevi, İstanbul.

DÖKMEN, Üstün (2002), İletişim Çatışmaları ve Empati, Sistem Yayıncılık, s. 119, İstanbul.

EKİNCİ, Hasan, EKİNCİ Süleyman (2003), “Yöneticiler üzerindeki etkileri açısından stres kaynakları ve bir uygulama”, Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Cilt: 22, Sayı:2, s. 93-111, Bursa.

ERDİL, O. (1998), “İş görenlerin Performans Yönetiminde Yeni Yaklaşımlar ve Sanayi İşletmelerinde Bir Uygulama”, 6. Ulusal İşletmecilik Kongresi, Antalya.

EREN, E. (1998), Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi, Beta Yayınları, İstanbul.

EREN, E. (2000), Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi. Genişletilmiş 6. Baskı, Beta Yayın, İstanbul.

EREN, Erol (2004), Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi, Beta Basım Yayım Dağıtım, Yayın No:1433, İstanbul.

EREN, Erol (2007), Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi, Beta Yayınları, 10. Baskı, İstanbul.

EREN, Erol (2013), Yönetim ve Organizasyon Çağdaş ve Küresel Yaklaşımlar, Beta Yayıncılık, 11. Baskı, s. 159, İstanbul.

ERGÜN, Gonca (2008), "Sağlık İşlemelerinde Örgütsel Stresin İşgücü Ve Performansı ile Etkileşimin İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

ERKILIÇ, Eren (2012), “Örgütsel Stresin Örgütsel Yabancılaşma Üzerin Etkisi: Beş Yıldızlı Otel İşletmelerinde Bir Araştırma”, Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar EROĞLU, Feyzullah (2007), Davranış Bilimleri, 8. Baskı, Beta Yayıncılık, İstanbul.

EROĞLU, F. (2011), Davranış Bilimleri, Beta Basım, İstanbul.

ERTEKİN, Yücel (2006), Stres ve Yönetim, Gazi Kitabevi, 2. Baskı, Ankara.

ERTEKİN, Yücel (1993), Stres ve Yönetim. (TODAİE) Türkiye ve Orta Doğu Amme İdaresi Enstitüsü Yayınları, No:253, Ankara, s. 91-97, Aktaran; ERGUN, Gonca (2008), “Sağlık İşletmelerinde Örgütsel Stresin İşgücü Performansı ile Etkileşiminin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, İzmir.

FROMM, E. (2004), Çağdaş Toplumların Geleceği, (Çev. Aydın Arıtan, Kaan H. Ökten), Arıtan Yayınevi, İstanbul.

GÜÇLÜ, Nezahat (2001), Stres Yönetimi, Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı 21, Ankara.

GÜMÜŞTEKİN, Gülten, Ali Bircan Öztemiz (2004), Örgütsel Stres Yönetimi ve Uçucu Personel Üzerinde Bir Uygulama, Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, s. 23-64.

GÜMÜŞTEKİN, Gülteren, Eren ÖZTEMİZ, A. Bircan (2005), “Örgütlerde Stresin Verimlilik ve Performansla İlişkisi”, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt: 14, Sayı: 1, Adana.

GÜNDOĞDU, R. (2009), Halkla İlişkiler ve Davranış Kuralları. Ankara.

GÜNEY, Salih (2000), Stres ve Stresle Başa Çıkma, Davranış Bilimleri, Editör Güney Salih, Nobel Dağıtım, Ankara.

GÜNEY, Salih (2001), Stres ve Stresle Başa Çıkma: Yönetim ve Organizasyon, Editör: Salih Güney, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

GÜNEY, Salih (2006), Davranış Bilimleri, 3. Baskı, Nobel Yayınları, Ankara.

GÜNEY, S. (2008), Davranış Bilimleri, Nobel Yayınları, Ankara.

GÜNEY, Salih (2009), Davranış Bilimleri, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

HUGHES, B., R. Boothroyd, (1997), Günlük Hayatın Stresine Son, Çev., Işık Kursun, Doruk Yayıncılık, Ankara.

İŞIKLI, B. (2013). Çatışma ve Stres Yönetimi-II, T.C. Anadolu Üniversitesi Yayını No: 2758, 25.

İLGAR, Ö. (2001), “Örgütsel Stresin Çalışan Kadınlar Üzerindeki Etkileri ve Stresle Başa Çıkma Yolları”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

KOÇEL, Tamer (2014), İşletme Yöneticiliği, Beta Yayınları, 15. Baskı, s, 476, İstanbul  
KOPTAGEL, İlal, G. (2001), Davranış Bilimleri Tıpsal Psikoloji, Nobel Tıp Kitapevleri, İstanbul.

KÖROĞLU, Özlem, KÖROĞLU, Ahmet, ALPER Bilge (2012), “Doğaya Dayalı Gerçekleştirilen Turizm Faaliyetleri İçerisinde Turist Rehberlerinin Rollerini Üzerine Bir İnceleme”, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, Cilt:14, Sayı:22, Sayfa: 131-139.

KÖSE, Sevinç (1982), “Çalışma Ortamında Gerilimi Giderme Yolları” Personel Yönetimindeki Gelişmeler Semineri, İzmir.

LAMBERTON, L. H., Minor, L. (1995), Human Relations: Strategies for Success. Chicago: Irwin Mirror Press  
LINK, Bruce G. (1990), “Problems In Measuring Role Strains and Social Functioning In Relation To Psychological Symptoms”, Journal of Health and Social Behaviour, Vol: 31, No: 4, 1990, s.354’ den Aktaran; PAŞA, Muammer, KAYMAZ,

Kurtuluş, (2010), Stres LİNN, Dennis, LİNN Mathew (1978), Healing Life's Hurts: Healing Memories Through Five Stages of Forgiveness, Paulist Press Inc, New York.

LUTHANS, Fred (1990), Organizational Behavior. New York: Mc Graw Hill LUTHANS, Fred (2005), Organizational Behavior, Mc Graw Hill,10. Edition.

MAGNUSSON, D. (1990), Personality research in the 90's. In P. J. D. Drenth, J. A. Sergeant, & R. J. Takens, European perspectives in psychology, Sayı: 1, Chichester: Wiley.

MAKIN, Peter, E. LINDLEY, Patricio A. (1995), Pozitif Stres Yönetimi, Rota yayını, İstanbul.

OKUTAN, Mustafa, Tengilimoğlu Dilaver (2002), “İş Ortamında Stres ve Stresle Başa Çıkma Yöntemleri”, Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakülte Dergisi, Cilt:4, Sayı:3, Ankara.

ÖZKALP, Enver ve KİREL, Çiğdem, (2000), Örgütsel Davranış, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Sağlık ve Bilimsel Araştırma Çalışmaları Vakfı Yayınları, Eskişehir.

PAŞA, Muammer, KAYMAZ Kurtuluş (2010), Stres Yönetimi, Alfa Akademi,1. Baskı, Bursa.

PALMER, Margaret, HYMAN Beverly (1993), Yönetimde Kadınlar (Çev. Kurul), Rota Yayınları, İstanbul.

PEHLİVAN, İnci Aydın (2008), İş Yaşamında Stres, Pegem Akademi Yayınları, 3. Baskı, Ankara,

PEHLİVAN, İ. (2000), İş Yaşamında Stres, Pegem Yayınları, 1. Baskı, Ankara.

PEHLİVAN, İ. A. (2002), İş Yaşamında Stres, Pegem Yayıncılık, Ankara.

POCKET, Mentor, (2015), Stres Yönetimi, Harvard Business School Press, Optimist Yayın, İstanbul.

ROSSİ, A. M. (2005), Occupational stressors and gender differences. In A. M. Rossi, P.

ROWSHAN, A. (2003), Stres Yönetimi (Çev. Doğan Cüceloğlu), Sistem Yayınları, İstanbul.

SÖKMEN, A. (2005), “Konaklama İşletmelerinin Yöneticilerinin Stres Nedenlerinin Belirlenmesinde Cinsiyet Faktörü: Adana da Ampirik Bir Araştırma”, Ekonomik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi, Güz- Sayı 1.

SUTHERLAND, Valerie J., Cooper Cary L. (1990), Understanding Stress: A Psychological Perspective for Health Professionals. Chapman and Hall, Great Britain, s. 25-56.

THOMPSON, B. Lawrence (1998), Üstün Performans Geliştirme, Hayat Yayınları, Yayın no:27, İstanbul.

TUĞRUL, D. Ceylan (2000), “Stres ve Depresyon”, Psikiyatri Dünyası Dergisi, 2000, Sayı:4.

TUTAR, H. (2000), Kriz ve Stres Ortamında Yönetim. Hayat Yayıncılık, İstanbul.

TUTAR, Hasan (2016), Kriz ve Stres Yönetimi, Seçkin Yayıncılık, 4. Baskı, s. 179,180, Ankara.

YATES, Jere E. (1989), Gerilim Altındaki Yönetici, (Çev. Dilber, Fatoş), İlgı Yayınları, İstanbul.

YILMAZ, Abdullah, Ekici Süleyman (2003), “Örgütsel Yaşamda Stresin Kamu Çalışanlarının Performansına Etkileri Üzerine Bir Araştırma”. Celal Bayar Üniversitesi Yönetim ve Ekonomi Dergisi, 10(2).

# Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:15.05.2024 Makale Yayın Tarihi: 12.07.2024 Makale Türü: Araştırma  
E-Issn: 3023-4603 Doi No: Doi No: 10.5281/zenodo.12735488 Cilt:3 Sayı: 4 Yıl:2024 Ss:36-64

## Ebeveynlerin Çocuk İstismarına Yönelik Farkındalıkları İle Cinsel Mit İnanışları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

**1.Rami ASKER**

**Uzm.Tıp Doktoru**

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi

Psikoloji Bölümü

Mail: rami.asker@hotmail.com

Orcid ID: 0009-0002-7106-3132

### ÖZET

Çocuklar gelişir, büyür ve yetişkin olur. Bu döngü bu şekilde sürmektedir. Toplumun yapıtaşı çocuklardır. Sağlıklı bir toplumun oluşması bireylerin çocukluğuna bağlıdır. Bu sebepten çocuğun yetiştiği koşullar, yaşadığı olaylar onun şekillenmesi bağlamında önem arz etmektedir. Her açıdan sağlıklı bir toplum yapısına kavuşmak sağlıklı çocukların yetiştirilmesi ile mümkün olmaktadır. Ailelerin toplumsal değerler yüzünden cinsellikle ilgisi olan konuları konuşmaya açık olmaması ve ergenlik döneminde yaşanan sorunları göz ardı etmesi, medyanın bilinçlendirilmesi gerekirken yanlış bilgiler sunması örgün eğitimde cinsellik konularına değinilmemesi nedeniyle genç bireyler yeterli seviyede cinsel bilgiye ulaşamamaktadır. Cinsel eğitimle birey, insan cinselliğinin sosyal, psikolojik ve fizyolojik boyutlarının farkında olmalıdır. Bu eğitimler erken yaşlarda başlatılmalı, çocuğun yaşına uygun olarak verilmelidir.

**Anahtar Kelimeler:** Çocuk istismarı, Gelişim, Cinsellik

### ABSTRACT

Children develop, grow and become adults. This cycle continues in this way. Children are the building blocks of society. The formation of a healthy society depends on the childhood of individuals. For this reason, the conditions in which the child grows up and the events he/she experiences are important in terms of shaping him/her. Achieving a healthy social structure in every aspect is possible by raising healthy children. Young individuals do not have access to sufficient sexual information because families are not open to discussing issues related to sexuality due to social values and ignore the problems experienced during adolescence, the media provides false information while raising awareness, and sexuality issues are not addressed in formal education. With sexual education, individuals should be aware of the social, psychological and physiological dimensions of human sexuality. These trainings should be started at an early age and given in accordance with the age of the child.

**Keywords:** Child abuse, Development, Sexuality



## GİRİŞ

Toplumların bilinç düzeyini her daim çocuklar belirlemektedir. Toplumun yapıtaşı çocuklardır. Sağlıklı bir toplumun oluşması bireylerin çocukluğuna bağlıdır. Bu sebepten çocuğun yetiştiği koşullar, yaşadığı olaylar onun şekillenmesi bağlamında önem arz etmektedir. Günün sonunda yıldızları toplayan her defa olduğu gibi çocuklar olmaktadır.

Bütün canlılar içinde en fazla bakım talep eden yavru insana aittir. Kendi türünün yetişkinlik düzeyine ulaşması için pek çok çaba sarf etmek gerekmektedir. En ufak bir hata kalıcı sonuçlar doğurabilmektedir. Bu konuda ailelere fazlasıyla iş düşmektedir. Çocuk cinsel eğitim sayesinde bedeninin özel alanlarını, beden gizliliğini önemser. Buna benzer kazanımlar çocuğun istismardan korunması açısından önem arz etmektedir. Erken dönemde eğitime başlayan bir çocuk konuyla alakalı merak ettiklerini sormaktadır. Ailelerin bu sorulara, çocuğun gelişim boyutuna ve yaşına ilişkin olarak sakin bir biçimde yanıtlar vermesi gerekmektedir. Çocuk suçlu konuma düşürülmemelidir aksine merak etmesi olumlu bir tepki olarak bilinmektedir. Aileleri vasıtasıyla gerekli olan cinsel bilgiye ulaşamayan bireyler, farklı kaynaklar arayarak sonucunda da hata yapmakta ya da zarar görmektedir. Çocuğa cinsel konularda bilgiler öğretmek trafik kurallarını öğretmek ile hemen hemen aynıdır. Trafik kuralları öğretildiğinde çocuk nasıl kazalardan korunuyorsa, cinsel bilgiler verilerek çocuk olumsuz yaşantılara ve hatalara karşı korunmaktadır.

Çocuk istismarı genel olarak çocuğun yakınında bulunan bireylerden uygulandığından ebeveyneler bu konuda bilinçli davranmalıdırlar. Ancak ülkemizde cinsellikle alakalı konular genel olarak görmezden gelinmekte, üstü kapatılmaktadır. Yapılmakta olan araştırma sonuçlarına bakıldığı zaman annelerin birçoğunun cinsel eğitimin ne anlama geldiğini dahi bilmediklerini açıkladıkları söylenmektedir. Kalan bir kısmının ise cinsel eğitimle cinsel ilişkinin aynı anlamda olduğunu sandıkları bilinmektedir. Bu durum ülkemizde kadınların cinsel bilgi düzeyinin ne kadar düşük olduğu hakkında bilgilendirmektedir. Anneler çocukları soru yöneltmediği taktirde cinsel bilgi hakkında söz etmediklerini, cevaplarken ise utanç ya da suçluluk hissettikleri yönünde ifadelerde bulunmaktadır.

Cinsel bilgi eksikliği ve yanlış bilgiler fazlasıyla olumsuz sonuçlara neden olmaktadır. Hem erkeklerin hem kadınların eksik bilgileri ve yanlış inanışları cinsel işlev bozukluklarının oluşumunda ve sürmesinde büyük rol oynamaktadır. Cinsel eğitim sadece yanlış inanışları bertaraf etmekle kalmaz ayrıca tedavi eden konumda olan profesyonellerin kendi bilgilerinin ve

tutumlarını da gözden geçirmesine fırsat sunmaktadır. Bu eğitim sayesinde cinsel konular bir tabu olmaktan çıkarak daha rahat ifade edilmektedir.

Cinsel mit, cinsel efsaneler olarak ifade edilmektedir. Süregelen nesillerce kişilerin yanlış inanışları günümüze dek aktarılmaktadır. Bu mitler sonucunda bireyler bunlara aldanıp gerçeği öğrenemediği zamanda çeşitli cinsel sorunlarla savaşmak durumunda kalabilmektedirler.

Günümüzde çocuk ruhsal/fiziksel sağlığını en çok etkilemekte olan durumlardan biridir. Cinsel İstismarı birincil seviyede önleme çalışmaları uygulama ve literatürde etkili bir yöntem bağlamında kabul edilmesinin yanında bu önleme çalışmalarında faaliyet gösterecek personelin kısıtlılığı ülkemiz de dahil gelişmekte olan ülkelerde cinsel istismarı önleme konusunda disiplinler arası bir yaklaşımda olması sebebiyle bu çalışmaların okullarda yapılmasını engellemektedir.

Çocuklarda cinsel istismarı önleme çalışmalarında kullanılmakta olan bir diğer yöntem ise, cinsel istismar ile ilgili risk faktörlerinin ve gruplarının belirlendikten sonra cinsel istismardan korunmak amacıyla onların kabiliyetlerini güçlendirmektir.

### **Cinsel İstismar**

Cinsel istismar, sosyal, duygusal, ahlaki, hukuki ve kültürel etkenlere sahip geniş kapsamlı bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Çocuk cinsel istismarı ilk defa Kemp tarafından; “bağımlı ve gelişimsel şekilde olgunlaşmayan ergen ve çocukların bilinçli olarak onay veremedikleri ve bütünüyle algılamada zorluklar yaşadıkları veya aile rolleri ile alakalı sosyal tabulara ters düşen cinsel eylemlerde taraf olmaları” şeklinde tanımlanmaktadır (Kemp vd., 2002).

Daha sonraki tanımlamalar; çocuk ile saldırgan arasında bulunan yaş farkları, saldırganın kullanmış olduğu stratejiler ve istismarın verdiği zararlar da dikkate alınmaktadır. NCCAN (Amerikan Ulusal Çocuk İstismarı ve İhmali Merkezi) tarafından “Erişkin ve çocuk arasındaki ilişki ve temas, erişkinin ya da başka erişkinin cinsel stimülasyonu için kullanılmakta ise, çocuğun cinsel istismarı şeklinde kabul görmektedir. Cinsel istismar diğer bir çocuk açısından, eğer çocuğun diğer çocuk üzerinde belirgin olan bir kontrolü, yaş farkı veya gücü olsa da gerçekleştirilebilmektedir. Başka bir tanım ise şöyledir. “Cinsel gelişimini tamamlamamış bir ergenin ya da çocuğun, kendinden en az 4 yaş büyük başka bir çocuk tarafından ikna veya zorlama fark etmeksizin cinsel haz için bazı emellere alet edildiği cinsel davranışlar” olarak tanımlanmaktadır. Cinsel istismar, saptanması en güç olan istismar tipi

olarak karşımıza çıkmaktadır. Çoğunlukla ya korku sebebiyle ya da bilinçsizlik sebebiyle gizli kalmaktadır.

### **Çocuk İstismarı ve İhmalinin Önlenmesi**

Çocuk istismarını önlemek, istismar sırasındaki tedavi hizmetleri bağlamında daha kolay ve sonuçları açısından da daha başarılı olmaktadır. Bir araştırmaya göre çocuk istismarına bağlı kayıpların %61,0'nın önlenebilir nedenler ile oluştuğu belirtilmektedir (Acehan ve Bilen, 2013).

**Birincil Önleme Hizmetleri:** Çocuk istismarının oluşumunu önlemek hedefiyle istismardan korumak bağlamında çalışmaları ele almaktadır. Çocukların ve ailelerinin içinde bulunmuş oldukları koşulların daha iyiye gitmesi, ebeveynlerin eğitilmesi ve bunlara ek olarak tehditlerin oluşumunu önlediğinde istismar engellenmektedir (Uysal, 1998).

**Birincil Önleme Çalışmaları;**

- Hukuksal reformların faaliyet göstermesi
- Halk/ailelerin bilinç düzeyinin yükseltilmesi
- Şiddet ve istismar ile ilgili risk gruplarının tanımlanması
- Tehdit altındaki kişilere danışmanlık ve koruyucu hizmetlerin sunulması
- Ebeveyn bilinçlendirilme hizmetleri ve ev ziyaretleri ile eğitimsel faaliyetler
- Çocuk Hakları Sözleşmesi'ndeki çocuk haklarının ulusal yasalarca da uygulanması
- Kültürel ve sosyal değerlerin çocuca yönelik şiddeti düşürecek biçimde değişim göstermesi
- Ekonomik eşitsizliklerin iyileştirilmesi
- Birinci ve ikinci basamak sağlık hizmetleri çalışanlarının, okul öğretmenlerinin yani çocukla ilgisi olan her birime profesyonel bir şekilde eğitim hizmeti sunulması
- Çocukların bilinçlenmesine yönelik eğitim çalışmaları gibi pek çok alandaki organizasyonları kapsamaktadır.

**İkincil Önleme Hizmetleri:** Erken tanı ve tedavi hizmetlerini kapsamakta olan hizmetlerdir. Yüksek risk gruplarının belirlenmesi, kişilerin var olan hizmetleri kullanmasını sağlamakta olan stratejilerin geliştirilmesi ve bu ailelere gereken hizmetlerin yapılmasını kapsamaktadır. İstismar olgusuyla karşılaşmakta olan sağlık çalışanları (doktor, hemşire, ebe) itinalı

davrandıklarında istismar bakımından risk içermekte olan durumların farkına vararak istismar olayı henüz gerçekleşmeden müdahale edilmesi mümkün olmaktadır.

Üçüncül Önleme Hizmetleri: Ön planda çocuğun çıkarları benimsenerek aile bütünlüğü bağlamında istismar olayının gerçekleşmesinin ardındaki süreç içerisinde yapılmakta olan faaliyetleri içermektedir. Çocuğun rehabilitasyonu, ailenin ve çocuğun kimliğinin korunması, istismarcı ve çocuğun ilişkisinin kesilmesini içermektedir.

## 1. CİNSEL EĞİTİM

Cinsel eğitim başlıca olarak, bilgilendirme, değerler, kişiler arası ilişkiler, tutum geliştirme, kimlik ve mahremiyet gibi konuları bağdaştıran bir eğitimidir. Cinsel eğitimde asıl hedef çocukların cinsel şekilde sağlıklı bireyler olarak yetiştirilmesini sağlayacak olan duygu ve tutumların kazandırılması olarak bilinmektedir. Cinsel eğitim ile bireyler vücut farklılıklarını, doğru genital terminolojiyi ve vücut temizliği ile bilgi sahibi olmaktadır (Öztürk ve Gök, 2011).

Öztürk ve Gök (2011) yapmış oldukları araştırmalarda cinsel eğitimin altı kategoride tutum ve bilgi içerdiğini ifade etmektedir. Bu tutum ve bilgiler; cinsel eğitimin ilkeleri, cinsel gelişim aşamaları, cinsel kimlik, uygun cinsel eğitim yaklaşımları, çocukların cinselliğe yönelik soruları, çocuklarda mastürbasyon davranışları ve cinsel istismar olarak açıklanmıştır. Anne ve babaların Cinsel eğitim tutumları ve cinsel istismar farkındalıkları 0-6 yaş dönemi yani çocuklarda gelişimin süratle ilerlediği dönem olmaktadır. Bu dönemde de cinsel eğitime ulaşmanın katkısı oldukça olumlu sonuçlar vermektedir. Çocukların erken dönemlerde başladığı cinsel eğitim cinsel gelişimlerine katkı sunmaktadır (Aydoğdu, 2017).

ABD Cinsel Bilgi ve Eğitim konseyi cinsel eğitimi sosyokültürel, manevi ve psikolojik boyutlara ulaşan, duygusal, davranışsal ve bilişsel öğrenme alanlarına sahip olan, bireyin yaşamı bitinceye dek süren bir eğitim olarak açıklanmaktadır (Deniz ve Altan, 2019).

Cinsel gelişim olarak adlandırılan bu kavram çocuğun büyüdüğü aşamalarda sevgisini başka kimselere göstermesi, kendisini özel hissetmesi, düşünce ve duygularını rahatlıkla paylaşması gibi temel insani güdülere yön veren bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bireyin cinsel gelişimi sadece fizyolojik ve anatomik işlevlerinden değil, cinsel tutum, inanç, değer ve bilgiyle de alakalıdır (Aydoğdu ve Özsoy, 2017). Ünlüler ve İnan (2021)'in yapmış olduğu çalışma bağlamında ailelerin erken dönemde yaşına göre ve kalite seviyesi yüksek bir cinsel eğitime başvurması çocuğa şu kazanımları getirmektedir:

- Cinsiyetiyle alakalı olumlu duygular beslemesi
- Duygusal ve Fiziksel gelişmeleri algılayarak kabul etmesi
- Beden algısı ile ilgili olumsuz düşüncelere ve rehavete kapılmaması
- Kendi farklılıklarına yabancı hissetmemesi onlarla barışması
- Cinsel davranışları konusunda sorumlu ve bilinçli kararlar vermesi
- Cinsel konularda çekingenlik, konuşmamazlık gibi olumsuz tepkiler göstermemesi
- Doğru ve yanlış cinsel davranışları bilmesi ve ayırt etmesi
- Cinsel taciz ve istismardan korunması

Çocuk cinsel eğitim sayesinde bedeninin özel alanlarını, beden gizliliğini önemser. Buna benzer kazanımlar cinsel taciz veya istismardan korunması açısından önem arz etmektedir. Erken dönemde eğitime başlayan bir çocuk konuyla alakalı merak ettiklerini sormaktadır. Ailelerin bu sorulara, çocuğun yaş ve gelişim boyutuna ilişkin olarak sakin bir biçimde yanıtlar vermesi gerekmektedir. Çocuk suçlu konuma düşürülmemelidir aksine merak etmesi olumlu bir tepki içermektedir.

Ebeveynlerin cinsel eğitimle alakalı bilgi sahibi olmaları hem cinsel gelişimin sağlıklı ilerleme göstermesi adına katkı sunmaktadır. Ayrıca çocukların merakını gidermesi açısından da olumludur (Celiloğlu, 2022).

Cinsel eğitim bebeklikten yetişkinliğe kadar insan yaşamı boyunca devamı olan bir eğitimidir. Çocuklar bakımından erişkinlik dönemine sağlıklı bir geçiş yapmaları bakımından önem teşkil etmektedir. Yapılan araştırmalar kapsamında, öğretmenlerin çoğunun düşüncesi cinsel eğitimin anne-baba tarafından oluşturulması gerektiği kanısındayken, anne babalar da cinsel eğitim öğretmenler tarafından verildiğinde başarıya ulaşacağını savunmaktadır. Bu durum çocuklar tarafından karmaşık olarak ifade edilmekte, cinselliğin üzerine konuşulmasının doğru olmadığını düşünmelerine yol açmaktadır (Sungur, 1998).

Çocuklar için cinsel eğitim hakkında bilgi sahibi olabilecekleri kaynaklar, öğretmenler, aileler ve çocuğun etrafında bulunan tüm uyarıcılarıdır. Cinsel eğitim ebeveynler ile başlayarak, okul öncesi öğretmenleriyle anaokullarında desteklenmesi gerekmektedir. Cinsel eğitimin temel kaynağı olarak bilinen her daim aileler olmaktadır (Öztürk ve Gök, 2021).

Yaklaşık 3 yaşına giren çocuklarda bedenlerine yönelik farklılıkları anlama ve cinsiyet farklarını kavrama açısından gelişme söz konusudur. Çocuklar 3 yaşının ardından cinsiyetlere yönelik soruların yanıtını aramaya başlamaktadırlar. Bu merakın giderek artması da çocuğun

gelişim dönemi içerisinde normal kabul edilmektedir. Cinsiyet farklılıklarıyla ilgili sorulara yanıt arama, cinsel oyunlar oynama, özel bölgeye dokunma gibi davranışlar erken çocukluk evresinde sıklıkla görülmektedir (Sönmez ve Özçelik, 2022).

Çocuğun sormuş olduğu sorulara yönelik içeriğe bakmaksızın, yanıtlanması, çocuğun merakının giderilmesi ve suçlu hissettirilmemesi çocuğun yetişkinlikte yaşamını sağlıklı olarak kurmasına neden olmaktadır. Çocuğun sormuş olduğu soruların ayıplanması, susturulması gibi eylemler cinsel durumları ile alakalı duyguların olumsuzlaşmasına, suçlu hissetmelerine, cinsellikten korkmalarına, meraklarını başka kimselerle ve farklı yollarla gidermelerine neden olmaktadır. Ebeveynler bu evreyi iyi değerlendirerek uygun olan ve sağlıklı şekilde bir cinsel eğitime başvurmalıdırlar (Deniz ve Yıldız, 2018).

### **Cinsel Bilgi**

Cinsellikle alakalı konular ülkemizde genel olarak ayıplanmakta, üstü örtülmekte ve geçiştirilmektedir. Pek çok insan çocuklara cinsellik hakkında bilgi verdiği zaman onların cinsel hayata adım atacaklarını ve masumiyetlerinin bozulacağını düşünmektedir. Hatta cinsel konuların açılmamasının cinsel problemlerin de ortaya çıkmadığı yanılgısına düşmektedirler. Ama bakıldığı zaman cinsel problemlerin kaynağı olarak doğru zamanda doğru insanlar tarafından tatmin edici bilgilerin verilmemiş olmasının yattığı anlaşılmaktadır (Tuğrul ve Artan, 2001).

Ergenlerin ve çocukların cinsel konularda kendileri için eğitim vermelerinin hata olduğu açıklanmaktadır. Farklı kaynaklardan bulunan yanlış ve eksik bilgiler bireyin cinsellik bağlamında abartılı ayrıca yanlış sonuçlara ulaşmasına yardımcı olmaktadır. Bu sebeple yapılandırılmış bir cinsel eğitime başvurulması gerekmektedir. Cinsel eğitimde görev öğretmenlere, ebeveynlere ve sağlık görevlilerine düşmektedir (Set, 2005).

Cinsellik hala en fazla düşünülen ancak üzerine en az şekilde konuşulan ve yazılan konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Genç insanlar güvenilir biçimde cinsel bilgi edinme ve sağlıklı davranışlar gösterebilme becerilerinden noksan bırakılmaktadır (Korkmaz, 2011). Cinsel yaşam sorunları bireylerin sağlıklarını en çok etkilemekte olan unsurlar arasındadır. Cinsel sorunların sebeplerine bakıldığı zaman eğitimsizlik, bilgisizlik, gelenek görenek, ailenin cinselliğe karşı tutumunun etkisi gözlemlenmektedir. Cinsel eğitime başvuran bireylerin bilgilerinin, eğitim almayan bireylere oranla daha yüksek olduğu açıklanmaktadır (Özkan vd., 2020).

Cinsel yaşantı insan hayatında önem arz eden doğal bir güdü olmasına karşın cinsel düşüncelere çoğunlukla kaygı ve suçluluk hisleri eşlik etmektedir. Gençlerin ilk cinsel deneyimleri genel olarak yetersiz olan cinsel bilgi ile gerçekleşmektedir. Bu da cinsellik sırasında yaptıkları hataları fark etmemeye ya da fark edip cinsel hayatlarında özgüvensiz olmalarına sebep olmaktadır.

Cinsel eğitimle birey, insan cinselliğinin sosyal, psikolojik ve fizyolojik boyutlarının farkında olmalıdır. Bu eğitimler erken yaşlarda başlatılmalı, çocuğun yaşına uygun olarak verilmelidir (Duran, 1990). Ailelerin toplumsal değerler yüzünden cinsellikle ilgisi olan konuları konuşmaya açık olmaması ve ergenlik döneminde yaşanan sorunları göz ardı etmesi, medyanın bilinçlendirilmesi gerekirken yanlış bilgiler sunması örgün eğitimde cinsellik konularına değinilmemesi nedeniyle genç bireyler yeterli seviyede cinsel bilgiye ulaşamamaktadır (Pınar vd., 2009).

Aileleri vasıtasıyla gerekli olan cinsel bilgiye ulaşamayan bireyler, farklı kaynaklar arayarak sonucunda da hata yapmakta ya da zarar görmektedir. Çocuğa cinsel konularda bilgiler öğretmek trafik kurallarını öğretmek ile hemen hemen aynıdır. Trafik kuralları öğretildiğinde ocuk nasıl kazalardan korunuyorsa, cinsel bilgiler verilerek ocuk olumsuz yaşantılara ve hatalara karşı korunmaktadır. Ebeveynlerin çocuğu yanlış bilgilendirmesi cinsel gelişimi açısından bir karışıklığa neden olmaktadır. Tutucu, baskıcı ve suçlayan bir yaklaşım çocuğun cinsellikle ilgili problemlerini açıklamasına ve bunlara yanıt aramasını engellemektedir (Zeren ve Gürsoy, 2018).

Cinsel bilgi eksikliği ve yanlış bilgiler fazlasıyla olumsuz sonuçlara neden olmaktadır. Hem erkeklerin hem kadınların eksik bilgileri ve yanlış inanışları cinsel işlev bozukluklarının oluşumunda ve sürmesinde büyük rol oynamaktadır. Cinsel eğitim sadece yanlış inanışları bertaraf etmekle kalmaz ayrıca tedavi eden konumda olan profesyonellerin kendi bilgilerinin ve tutumlarının da gözden geçirmesine fırsat sunmaktadır. Bu eğitim sayesinde cinsel konular bir tabu olmaktan çıkararak daha rahat konuşulmaktadır. Bu nedenden cinsel bilgilendirme ölkemizde önemsenmesi gereken bir konu olarak açıklanmaktadır (Sungur, 1998).

İnsanlar yaşamlarının ilk anından son ana kadar başta aile gelmek üzere çevrelerinden çeşitli cinsel mesajlar alamaya başlamaktadırlar. Cinsellikle ilgili çocukların ilk eğiticileri ebeveynlerdir. Ebeveynler çocuklarına yollamış oldukları cinsel bilgilerle onların yargı ve tutumlarının gelişmesine destek olmaktadır. Çocuklarıyla konuşarak, vücut bölümlerinin isimlerini söyleyerek, sevgi göstererek cinsel bilgiler verilmektedir. Ama daha ileri cinsel bilgi

aktarma konusuna baktığımız zaman anneler kendi cinsel bilgilerini yetersiz buldukları ve çocuklarının cinsellikle alakalı sorunlarını yanıtlarken kendilerini yanlış hissettikleri görülmektedir (Eroğlu ve Gölbaşı, 2015).

Anne ve babaların yakın zamanlara kadar cinsel eğitim kelimesini söylemekten kaçındıkları ifade edilmektedir. Cinsellikle alakalı konular genel olarak görmezden gelinmekte, üstü kapatılmakta hatta ayıplanmaktadır. Yapılmakta olan araştırma sonuçlarına bakıldığı zaman annelerin birçoğunun cinsel eğitimin ne anlama geldiğini dahi bilmediklerini açıkladıkları söylenmektedir. Kalan bir kısmının ise cinsel eğitimle cinsel ilişkinin aynı anlamda olduğunu sandıkları bilinmektedir. Bu durum ülkemizde kadınların cinsel bilgi düzeyinin ne kadar düşük olduğu hakkında bilgilendirmektedir. Anneler çocukları soru yöneltmediği takdirde cinsel bilgi hakkında söz etmediklerini, cevaplarken ise utanç ya da suçluluk hissettikleri yönünde ifadelerde bulunmaktadır. Bunun yanında başka biri tarafından bilgilendirilmelerinin de yanlış olacağı kanısındadırlar (Tuğrul ve Artan, 2010).

Erbil, Orak ve Bektaş'ın (2010) yapmış oldukları araştırma çerçevesinde annelerin cinsel bilgi düzeylerini ve kızlarına hangi düzeyde cinsel bilgiler verdiklerini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgularda annelerin %65'inin kendi annelerinin yanında cinsellik konusunu dahi açamadıklarını, %31'inin yalnızca adet eğitimi aldığı ve başka bir konu hakkında bilgilendirilmedikleri ve annelerin %57'lik oranının aldıkları eğitimin yararlı olmadığı düşüncesinde oldukları saptanmaktadır. Annelerin kendi kızlarına cinsel bilgi hakkında eğitim verenlerin oranı %60'ı bulurken bilgilerin büyük bir çoğunluğunu regl bilgileri oluştururken, cinsel ilişki ve gebelik gibi konularda verilen bilginin ise yeterli olmadığı anlaşılmaktadır.

### **Cinsel Mit**

Mit sözcüğü "*efsaneleşmiş*" şeklinde tanımlanmaktadır. Cinsel mitler ise bilimsellik adına bir terim olmayan, yanlış ve hatalı düşünceler bütünüdür (Az, 2015). Cinsellik konusunda konuşmak ülkemizde utanç duyulmasına neden olabilecek bir konu olabilmektedir. Kalıplaşmış yanlış cinsel inanışlar yalnız Türkiye'ye özgü bir sorun olmamaktadır. Başka ülkelerde de benzer şekilde kalıplaşmış olarak, yanlış yahut abartılı cinsel inanışlar olduğu bilinmektedir.

Kolektivistik toplumlarda aile değerleri ve akrabalık büyük önem taşıdığından dolayı cinsel mitlerin nesillerden nesillere aktarılmaktadır. CETAD'nin (Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği) 2006 senesinde yapmış olduğu kapsamlı araştırma sonucuna bakılacak olursa, kişiler



cinsellik konusundaki bilgileri kendilerinden yaşça büyük kardeşlerinden, pornografik dergilerden, okul arkadaşlarından, gazetelerden öğrenmektedirler. Bu kaynaklar cinsel mitlerin yaygınlaşmasını sağlamaktadır (Kapıcı, 2021).

Cinsel mitler bireylerin cinsellik bağlamında davranışlarına ayrıca tutumlarına etki etmektedir. Bireysel gerçeklik taşımayan ve saptırılmış cinsel mitler; bireylerde fiziksel ve ruhsal sorunlara yol açmaktadır. Cinsel mitler; suçluluk, yetersiz olma durumu, kaygı ve korku ayrıca abartılı istek ve beklenti gibi durumlara sebebiyet vermektedir.

## Ülkemizde ve Dünyada En Yaygın Cinsel Mitler

### Kadınlar Hakkında Cinsel Mitler:

- Cinsellik konusunda keşfedecek yeni şeyler yoktur; öğrenilemez ve içgüdüselidir.
- Kadınların orgazm olması cinsel birleşme ile sağlanmalıdır.
- Erkek ile kadın ancak aynı anda orgazm olursa seks başarılı olmaktadır.
- Cinsel ilişki anında partnerlerin karşılıklı mastürbasyon yapması doğru değildir.
- Cinsel birliktelik anında fantezi kurmak yanlıştır ve kişilerin kurmuş olduğu fanteziler ahlaka uygun olamamaktadır.
- Kadınlar ellerini kullanmadan yalnızca penis hareketleri ile orgazma ulaşmalıdırlar.
- Kız çocuklarının cinsellikle alakalı olan sorularına cevap verilmemelidir. Cinselliğe olan ilgileri ayıplanmalıdır ve cinsel aktiviteleri engellenmelidir.
- Kızların mastürbasyon yapması ayıp olarak karşılanırken erkeklerin genç yaşlarda cinsel hayatlarına başlamaları doğal olmaktadır.
- Sevişme eylemini başlatan kadın ahlaksız olarak bilinmektedir.
- Kadın ilk cinsel birleşme eylemi sırasında gebe kalmamaktadır.
- Kadının hamile kalması için erkeğin sadece vajina içine boşalması gerekmektedir.
- Hamilelikten korunma yöntemi olarak kadınlar cinsel ilişki sonrası vajinalarını yıkamalıdır.
- Kızlık zarı zarar görmeden hamile kalınmamaktadır.
- Kadınların kullandığı doğum kontrol hapları kısırlığa neden olmaktadır.

## Erkekler Hakkında Cinsel Mitler

- Erkek cinselliği her daim ister ve her koşulda cinsel ilişkiye hazır olması gerekmektedir.
- Cinselliğin mesuliyetini erkeğin alması gerekmektedir.
- Cinsel birlikteliği her zaman erkek başlatmalıdır. Cinsel birlikteliğin kontrolü erkekte olmalıdır.
- Cinsel yaklaşma başladığı an mutlaka cinsel birleşme ile devam ettirilmelidir.
- Sevişmenin anlamı cinsel birleşmedir. Cinsel ilişki dışında hiçbir eylem önem arz etmemektedir.
- Cinsellik olması için kesinlikle penisin çok sert olması gerekmektedir.
- Mastürbasyon yapmak zararlı ve kötüdür.
- Yaşlıların cinsel ilişkiye girmesi uygun görülmemektedir.
- Sekste kesin ve evrensel doğrular bulunmaktadır.
- Sevişme kendiliğinden olmalıdır. Bu konu üzerine düşünmek erkekliğe uygun bir davranış değildir.
- Cinsellik konusunda başarıya ulaşmak oldukça önemlidir.
- Erkek penisi sertleştiği anda o ana en yakın sürede boşalma gerçekleşmelidir.
- Kişilerin tüm fiziksel yakınlaşmalarının cinsel birleşme ile sonuçlanması gerekmektedir.
- Erkek bireylerin o an hissettiği duyguları dışarı vurmaması gerekmektedir (inleme, ağlamak gibi).
- Her erkek birey kadın bireylerin tümüne cinsel zevk sağlamayı bilmek zorundadır.
- Erkeğin sertleşmesini kaybetmesi kadın partnerini çekici bulmadığı anlamına gelmektedir.
- Erkek sevişme konusuna hayır dememelidir.
- Seks konusunda doğruluk içeren kesin ve net kurallar bulunmaktadır.
- Prezervatif kullanmak haz duymayı engellemektedir.
- Cinsel yolla bulaşmakta olan hastalıklar tedavi ardından tekrar gerçekleşmemektedir.

- Erkeklerin sünnet olması cinsel yolla hastalığın bulaşmasını engellemektedir (Özdemir ve Yılmaz, 2020).

## AMAÇ

Bu araştırmanın amacı ebeveynlerin çocuk istismarına yönelik farkındalıkları ile cinsel mit inanışları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesidir.

## YÖNTEM

Genel tarama modeli olaylar, nesnelere, varlıklar, kurumlar ve çeşitli disiplinlerin doğasını ve özelliklerini açıklamaya çalışır (Büyüköztürk vd., 2013). Ayrıca tarama araştırmasıyla çalışma evreninden alınan örneklemin demografik özelliklerinin yanı sıra önceden belirlenen konulara bakış açıları ve konuya ilişkin tercihleri tespit edilmeye çalışılır (Bahtiyar ve Can, 2016). Bu doğrultuda araştırmada nicel araştırma yaklaşımlarından biri olan genel tarama modeli kullanılmıştır. Bu modelde nicel veriler uygulanan anketler yoluyla elde edilir. Elde edilen veriler istatistiksel analiz yoluyla analiz edilir ve bulgulara yönelik çıkarımlar yapılır.

Araştırmanın örneklemini ulaşılabilir örnekleme ile ulaşılan 20 yaş ve üzerinde olan 350 birey oluşmaktadır. Araştırmada toplanacak anket verileri 3 bölümden oluşmaktadır. Anketin ilk bölümünde “Kişisel Bilgi Formu”, ikinci bölümünde Berkmen ve Seçim (2019) tarafından geliştirilen “Ebeveynler İçin Cinsel İstismar Farkındalık Ölçeği”, üçüncü ve son bölümünde ise Gölbaşı, Evcili, Eroğlu ve Bircan (2016) tarafından geliştirilen “Cinsel Mitler Ölçeği” yer almaktadır. Araştırmada toplanan veriler, “SPSS 27.0” programına aktararak analiz edilmiştir. Araştırmanın demografik bilgilerine yönelik elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik yöntemi kullanılmış ve bu analiz sonucunda ortalama ve frekans değerleri hesaplanmıştır.

Ayrıca ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğini belirlemek için Cronbach alfa katsayısı hesaplanmış ve Cronbach alfa katsayısı 0.70 ve 0.95 arasında çıkmıştır. Dolayısıyla ölçeklerin yüksek düzeyde güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 1.** Araştırmanın Geçerlik ve Güvenirliği

	Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayıları
Ebeveynler İçin Cinsel İstismar Farkındalık Ölçeği	0.720
Cinsel Mitler Ölçeği	0.919

Araştırmaya uygun parametrik veya parametrik olmayan analiz yöntemlerini belirlemek için veriler üzerinde normallik testi yapılması gerekmektedir. Normal dağılımın yeterliliği çoğunlukla +3 ile -3 aralığında olması beklenen ölçek puanlarından elde edilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin değerlendirilmesiyle belirlenir (Groeneveld & Meeden, 1984; Moors, 1986; Hopkins & Weeks, 1990).

Sonuç olarak ölçek puanlarının normal dağılıma sahip olduğu kabul edilmiştir. Verilen ortam içerisinde yapılan analizlerde parametrik yaklaşımlar kullanılmıştır. Analizlerde test tekniklerinden bağımsız gruplar t testi, tek yönlü varyans testi ve korelasyon testi kullanılmıştır.

**Tablo 2.** Araştırmanın Normallik Analizi

	Ortalama	SS	Çarpıklık	Basıklık
Ebeveynler İçin Cinsel İstismar Farkındalık Ölçeği	2,3165	,21756	-,078	-,900
Cinsel Mitler Ölçeği	2,1217	,58038	,153	-,598

Ebeveynlerin çocuk istismarına yönelik farkındalıkları ile cinsel mit inanışları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesine yönelik veri analizi aşağıdaki hipotezler ışığında gerçekleştirilmiştir:

1. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık vardır.
2. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile yaş arasında anlamlı bir farklılık vardır.
3. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık vardır.
4. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile medeni durum arasında anlamlı bir farklılık vardır.
5. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılık vardır.
6. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile cinsel istismar farkındalık durumu arasında anlamlı bir farklılık vardır.
7. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile katılımcıların en uzun yaşadıkları bölge arasında anlamlı bir farklılık vardır.
8. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile gelir durumu arasında anlamlı bir farklılık vardır.

9. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ve cinsel mitler ölçeği ile aile yapısı arasında anlamlı bir farklılık vardır.
10. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile cinsel mitler ölçeği arasında ilişki vardır.

## BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde araştırmadan elde edilen bulgulara ve bu bulguların değerlendirmelerine yer verilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların Kişisel Bilgilerinin Dağılımı

		n	%
Cinsiyet	Kadın	231	66,0
	Erkek	119	34,0
Yaş	20-30 arası	41	11,7
	31-40 arası	85	24,3
	41-50 arası	67	19,1
	51-60 arası	102	29,1
	61-70 arası	55	15,7
Eğitim Durumu	İlköğretim	19	5,4
	Lise	40	11,4
	Üniversite	158	45,1
	Lisansüstü	133	38,0
Medeni Durum	Evli	252	72,0
	Bekar	98	28,0
Çocuk Sayısı	0	51	14,6
	1	138	39,4
	2	148	42,3
	3	13	3,7
Çocuğa yönelik cinsel istismar hakkında bilgi sahibi olma	Evet	324	92,6
	Hayır	26	7,4
En uzun Yaşam Sürdürülen Bölge	Marmara	277	79,1
	Ege	15	4,3
	Doğu Anadolu	7	2,0
	Güneydoğu Anadolu	20	5,7
	Karadeniz	31	8,9
Gelir Durumu	İyi	123	35,1
	Orta	215	61,4
	Kötü	12	3,4
Aile Yapısı	Muhafazakâr aile yapısı	82	23,4
	Dini inancı olmayan aile yapısı	7	2,0
	Baskıcı aile yapısı	16	4,6
	Demokratik aile yapısı	209	59,7
	Diğer	36	10,3

Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımı incelendiğinde 231 kişinin kadın ve 119 kişinin ise erkek olduğu görülmektedir. Bu kişilerden 41 kişi 20-30 arası yaşlarda iken, 85 kişi 31-40 yaş, 67 kişi 41-50 yaş, 102 kişi 51-60 yaş ve 55 kişi ise 61-70 yaş aralığındadır. Katılımcılardan 19 kişi ilköğretim, 40 kişi lise, 158 kişi üniversite ve 133 kişi lisansüstü eğitim düzeyindedir. Evli katılımcı sayısı 252 kişi iken, bekar katılımcı sayısı ise 98 kişidir. 51 kişinin çocuğu yokken, 138 kişinin 1 tane, 148 kişinin 2 tane ve 13 kişinin 3 tane çocuğu vardır. Çocuğa yönelik cinsel istismar hakkında bilgi sahibi olan katılımcı sayısı 324 iken, bilgi sahibi olmayan 26 kişidir. Katılımcıların en fazla yaşam sürdürdükleri bölgeler değerlendirildiğinde, 277 kişi Marmara, 15 kişi Ege, 7 kişi Doğu Anadolu, 20 kişi Güneydoğu Anadolu ve 31 kişi Karadeniz bölgesinde uzun süre yaşamıştır. Gelir durumu iyi olan kişi sayısı 123, orta olan 215 kişi ve kötü olan 12 kişidir. Muhafazakâr aile yapısına sahip 82 kişi, dini inancı olmayan aile yapısına sahip 7 kişi, baskıcı aile yapısına sahip 16 kişi, demokratik aile yapısına sahip 209 kişi ve diğer aile yapılarına sahip 36 kişi vardır.

**Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyetine Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	Cinsiyet	N	Ortalama	SS	F	p
EİCİFÖ	Kadın	231	2,3151	,21509	,435	,510
	Erkek	119	2,3193	,22317		
CMÖ	Kadın	231	2,0536	,51861	15,440	,000
	Erkek	119	2,2539	,66734		

Katılımcıların cinsiyetlerine göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan bağımsız gruplar t testinde EİCİFÖ ölçeğinde cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermediği ( $p>0.05$ ), CMÖ ölçeğinde cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği ( $p<0.05$ ) tespit edilmiştir. Buna göre kadınlara kıyasla erkeklerin CMÖ ortalamaları daha yüksektir. EİCİFÖ ölçeğine göre kadın ve erkeklerin ortalamaları ise benzerdir.

**Tablo.3. Katılımcıların Yaşlarına Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	Yaş	N	Ortalama	SS	F	p
EİCİFÖ	20-30 arası	41	2,3849	,23983	2,477	,044
	31-40 arası	85	2,3156	,23367		
	41-50 arası	67	2,2648	,25270		
	51-60 arası	102	2,3384	,19071		
	61-70 arası	55	2,2893	,15411		
CMÖ	20-30 arası	41	2,1202	,57130	1,343	,253
	31-40 arası	85	2,0660	,56212		
	41-50 arası	67	2,1578	,65265		
	51-60 arası	102	2,0672	,60645		
	61-70 arası	55	2,2662	,44928		

Katılımcıların yaşlarına göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan tek yönlü varyans testinde CMÖ ölçeğinde yaşlara göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermediği ( $p>0.05$ ), EİCİFÖ ölçeğinde yaşlara göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği ( $p<0.05$ ) tespit edilmiştir. Buna diğer yaşlardaki kişilere kıyasla 20-30 yaş arasında olan kişilerin EİCİFÖ ortalamaları daha yüksektir. CMÖ ölçeğine göre farklı yaşlardaki kişilerin ortalamaları ise benzerdir.

**Tablo 4 Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	Eğitim Durumu	N	Ortalama	SS	F	p
EİCİFÖ	İlköğretim	19	2,3844	,20458	2,969	,032
	Lise	40	2,2913	,25698		
	Üniversite	158	2,3451	,21612		
	Lisansüstü	133	2,2805	,20305		
	Total	350	2,3165	,21756		
CMÖ	İlköğretim	19	2,5940	,47159	18,496	,000
	Lise	40	2,1804	,55699		
	Üniversite	158	2,2647	,53099		
	Lisansüstü	133	1,8668	,55694		
	Total	350	2,1217	,58038		

Katılımcıların eğitim durumlarına göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan tek yönlü varyans testinde hem EİCİFÖ ölçeğinde hem de CMÖ ölçeğinde eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Buna göre

eğitim durumu ilköğretim olanların diğer eğitim düzeylerine kıyasla EİCİFÖ VE CMÖ ortalamaları daha yüksektir.

**Tablo .5. Katılımcıların Medeni Durumuna Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	Medeni Durum	N	Ortalama	SS	F	p
EİCİFÖ	Evli	252	2,3195	,22297	4,539	,034
	Bekar	98	2,3088	,20388		
CMÖ	Evli	252	2,1923	,56921	,583	,446
	Bekar	98	1,9402	,57214		

Katılımcıların medeni durumuna göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan bağımsız gruplar t testinde CMÖ ölçeğinde medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermediği ( $p>0.05$ ), EİCİFÖ ölçeğinde medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği ( $p<0.05$ ) tespit edilmiştir. Buna göre bekar kişilere kıyasla evlilerin EİCİFÖ ortalamaları daha yüksektir. CMÖ ölçeğine göre evli ve bekar kişilerin ortalamaları ise benzerdir.

**Tablo 6. Katılımcıların Çocuk Sayısına Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	Çocuk Sayısı	N	Ortalama	SS	F	p
EİCİFÖ	0	51	2,3180	,20216	,702	,552
	1	138	2,3336	,23429		
	2	148	2,2979	,20967		
	3	13	2,3411	,18088		
CMÖ	0	51	1,9104	,51376	13,535	,000
	1	138	2,0210	,62374		
	2	148	2,2235	,49854		
	3	13	2,8626	,42605		

Katılımcıların çocuk sayısına göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan tek yönlü varyans testinde EİCİFÖ ölçeğinde çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermediği ( $p>0.05$ ), CMÖ ölçeğinde çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği ( $p<0.05$ ) tespit edilmiştir. Buna göre çocuk sayısı 3'ten az olan katılımcılara kıyasla 3 çocuk sahibi olanların MCÖ ortalamaları daha yüksektir. EİCİFÖ ölçeğine göre çocuk sayıları farklı olan kişilerin ortalamaları ise benzerdir.



**Tablo 7 Katılımcıların Çocuğa Yönelik Cinsel İstismar Farkındalık Durumuna Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	Cinsel İstismar Farkındalık	N	Ortalama	SS	F	p
EİCİFÖ	Evet	324	2,3129	,21321	8,325	,004
	Hayır	26	2,3612	,26682		
CMÖ	Evet	324	2,0958	,56551	2,378	,124
	Hayır	26	2,4451	,67312		

Katılımcıların çocuğa yönelik cinsel istismar farkındalık durumuna göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan bağımsız gruplar t testinde CMÖ ölçeğinde çocuğa yönelik cinsel istismar farkındalık durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermediği ( $p>0.05$ ), EİCİFÖ ölçeğinde çocuğa yönelik cinsel istismar farkındalık durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği ( $p<0.05$ ) tespit edilmiştir. Buna göre çocuğa yönelik cinsel istismar hakkında bilgi sahibi olan kişilere kıyasla bilgi sahibi olmayan kişilerin EİCİFÖ ortalamaları daha yüksektir. CMÖ ölçeğine göre kişilerin ortalamaları ise benzerdir.

**Tablo 8. Katılımcıların En Uzun Yaşadıkları Bölgelere Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	En Uzun Yaşanılan Bölge	N	Ortalama	SS	F	p
EİCİFÖ	Marmara	277	2,3001	,21993	3,557	,007
	Ege	15	2,3014	,21830		
	Doğu Anadolu	7	2,5466	,18592		
	Güneydoğu Anadolu	20	2,3957	,16262		
	Karadeniz	31	2,3675	,19471		
CMÖ	Marmara	277	2,0451	,56543	8,135	,000
	Ege	15	2,4571	,63719		
	Doğu Anadolu	7	2,5153	,64906		
	Güneydoğu Anadolu	20	2,1268	,52712		
	Karadeniz	31	2,5518	,43574		

Katılımcıların en uzun yaşadıkları bölgelere göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan tek yönlü varyans testinde hem EİCİFÖ ölçeğinde hem de CMÖ ölçeğinde yaşanan bölgelere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Buna göre en uzun Doğu Anadolu bölgesinde yaşayan kişilerin EİCİFÖ ortalamaları diğer bölgelerde yaşayanlardan daha yüksektir. En uzun Karadeniz bölgesinde yaşayan kişilerin ise CMÖ ortalamaları diğer bölgelerde yaşayanlara kıyasla daha yüksektir.

**Tablo 9. Katılımcıların Gelir Durumuna Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	<b>Gelir Durumu</b>	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>SS</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
EİCİFÖ	İyi	123	2,2941	,23121	1,027	,359
	Orta	215	2,3280	,21149		
	Kötü	12	2,3406	,17276		
CMÖ	İyi	123	1,9260	,55338	11,745	,000
	Orta	215	2,2346	,57380		
	Kötü	12	2,1071	,45610		

Katılımcıların gelir durumuna göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan tek yönlü varyans testinde CMÖ ölçeğinde gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Buna göre gelir durumu orta olan kişilerin CMÖ ortalamaları diğer gelir durumuna sahip kişilerden daha yüksektir.

EİCİFÖ ölçeğinde gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermediği tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). Buna göre farklı gelir durumuna sahip kişilerin ortalamaları benzerdir.

**Tablo 4.10 Katılımcıların Aile Yapısına Göre Ölçeklerin Karşılaştırılması**

	Aile Yapısı	N	Ortalama	SS	F	p
EİCİFÖ	Muhafazakâr aile yapısı	82	2,4093	,19718	8,486	,000
	Dini inancı olmayan aile yapısı	7	2,1242	,04648		
	Baskıcı aile yapısı	16	2,1793	,18776		
	Demokratik aile yapısı	209	2,2898	,22171		
	Diğer	36	2,3587	,17923		
CMÖ	Muhafazakâr aile yapısı	82	2,2953	,62207	2,820	,025
	Dini inancı olmayan aile yapısı	7	1,8316	,20999		
	Baskıcı aile yapısı	16	2,0357	,30417		
	Demokratik aile yapısı	209	2,0707	,59310		
	Diğer	36	2,1171	,46820		

Katılımcıların aile yapısına göre ölçeklerin karşılaştırılmasına yönelik olarak yapılan tek yönlü varyans testinde hem EİCİFÖ ölçeğinde hem de CMÖ ölçeğinde aile yapısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ). Buna göre muhafazakâr aile yapısına sahip olan kişilerin EİCİFÖ ve CMÖ ortalamaları diğer aile yapılarına sahip kişilere göre daha yüksektir.

**Tablo 11. Ölçekler Arasındaki İlişki**

	Cinsel Mitler Ölçeği (CMÖ)	
Ebeveynler İçin Cinsel İstismar Farkındalık Ölçeği (EİCİFÖ)	r	,311**
	p	,000
	N	350

\*\* . Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır (2-kuyruklu).

Ölçekler arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik olarak yapılan Pearson Korelasyon testinde ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile cinsel mitler ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0.01$ ). Buna göre EİCİFÖ puanları ile CMÖ puanları ilişkiseldir.

## SONUÇ

Cinsel istismar olayını yalnızca fiziksel boyutlarıyla ele almak değil daha geniş boyutlar ile ele almak da gerekmektedir. Bir çocuğa uygulanan cinsel istismar sadece fiziksel olmaktan çıkıp duygusal boyutlara da ulaşmaktadır. Ayrıca çocuk bilişsel olarak da bu durumdan etkilenmektedir.

Geniş kapsamlı etkilere ulaşan cinsel istismar konusu, maalesef toplum tarafından yeterli olarak önemsenmemektedir. Ne kadar gizlenmeye çalışılsa dahi failer genellikle yakınlardan çıkmaktadır. Bu durum aile ve çocuk açısından değerlendirildiğinde ilk olarak itibar meselesi suretiyle sussalar bile sonrasındaki zararların daha büyük olacağı aşikardır. Aileler böyle bir durumda susmayı tercih etmemeli hatta bu olayların yaşanmaması amacıyla çocuklara eğitim verilmelidir. Ergenlerin ve çocukların cinsel konularda kendileri için eğitim vermelerinin hata olduğu açıklanmaktadır. Farklı kaynaklardan bulunan yanlış ve eksik bilgiler bireyin cinsellik bağlamında abartılı ayrıca yanlış sonuçlara ulaşmasına yardımcı olmaktadır. Bu sebeple yapılandırılmış bir cinsel eğitime başvurulması gerekmektedir.

Ergenlerin ve çocukların cinsel konularda kendileri için eğitim vermelerinin hata olduğu açıklanmaktadır. Farklı kaynaklardan bulunan yanlış ve eksik bilgiler bireyin cinsellik bağlamında abartılı ayrıca yanlış sonuçlara ulaşmasına yardımcı olmaktadır. Bu sebeple yapılandırılmış bir cinsel eğitime başvurulması gerekmektedir. Cinsel eğitimde görev öğretmenlere, ebeveynlere ve sağlık görevlilerine düşmektedir

Çocuklara doğru zamanda uygun ve yeterli cinsel eğitimi vermek, istismarı önleyen kanallardan olmaktadır. Bu eğitim önemli ve koruyucu bir adım olarak karşımıza çıkmaktadır. Zihinsel olarak yeterli erişkinlikte olan çocuğa yaşına uygun bir cinsel eğitim verilmesi gerekmektedir. Cinsel eğitim, çocuğun kendi cinselliğini bilmesi, kimliğinin farkında olması, gelişim sürecinde yaşayacağı duygusal ve fiziksel farklılıkları öğrenme aşaması anne ve babasına sormuş olduğu sorulara yöneliktir. Cinsel eğitim tutumları ve cinsel istismar farkındalıkları 0-6 yaş dönemi yani çocuklarda gelişimin süratle ilerlediği dönem olmaktadır. Bu dönemde de cinsel eğitime ulaşmanın katkısı oldukça olumlu sonuçlar vermektedir. Çocukların erken dönemlerde başladığı cinsel eğitim cinsel gelişimlerine katkı sunmaktadır.

Cinsel gelişim olarak adlandırılan bu kavram çocuğun büyüdüğü aşamalarda sevgisini başka kimselere göstermesi, kendisini özel hissetmesi, düşünce ve duygularını rahatlıkla paylaşması gibi temel insani güdülere yön veren bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır

Aileleri vasıtasıyla gerekli olan cinsel bilgiye ulaşamayan bireyler, farklı kaynaklar arayarak sonucunda da hata yapmaktadır. Çocuğa cinsel konularda bilgiler öğretmek trafik kurallarını öğretmek ile hemen hemen aynıdır. Trafik kuralları öğretildiğinde çocuk nasıl kazalardan korunuyorsa, cinsel bilgiler verilerek çocuk olumsuz yaşantılara ve hatalara karşı korunmaktadır

Yapmış olduğumuz bu çalışmada ebeveynlerin çocuk istismarına yönelik farkındalıkları ile cinsel mit inanışları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi yapılmıştır. İlk aşamada cinsel istismarın ne olduğu açıklanmaktadır. İkinci kısımda çocuk istismarı ve ihmalinin önlenmesine dikkat çekilmiştir. Daha sonra cinsel bilgi açıklanarak cinsel mit hakkında bilgi verilmektedir. Ülkemizde ve dünyada en yaygın cinsel mitler açıklanarak bu konu maddeler halinde sıralanmaktadır.

Elde edilen bulgulara göre kadınlara kıyasla erkeklerin cinsel mitleri daha yüksektir. Ebeveynlerin cinsel istismar farkındalıkları ise kadın ve erkeklerde benzerdir. İncelenen literatüre göre, kadınlara kıyasla erkeklerin daha fazla cinsel mit düzeyine sahip olduğuna dair çalışmalar bulgularımızla örtüşmektedir (Özdemir ve Yılmaz,2020; Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016; Aygin, Açıl, Yaman ve Çelik Yılmaz, 2017). Toplumun sosyo-kültürel faktörleri göz önünde bulundurulduğunda, erkeklerin cinsel hayata dair deneyimlerinin daha erken yaşlarda başlaması erkeklerin daha fazla cinsel mitlerinin olmasına neden olabileceği düşündürmektedir. Bu nedenle ebeveynlerin cinsel istismar ve cinsel mitlere göre farkındalıkları arttırılmalı, küçük yaşlardan itibaren hem kız hem de erkek çocuklarda cinsel istismara yönelik gerekli önlemler alınmalı ve çocuklar bu konu hakkında uygun çerçevede bilgilendirilmelidirler.

20-30 yaş arasında olan kişilerin cinsel istismar farkındalık ortalamaları daha yüksektir. Farklı yaşlardaki kişilerin cinsel mit anlayışı ise benzerdir. Civil ve Yıldız (2015) tarafından yapılmış olan çalışmada, bireylerin yaş ilerledikçe sevgili olma durumuyla birlikte kişilerde cinsel deneyimin artacağına ve cinsel konularda yanlış bilgi ve daha fazla cinsel mitlere sahip olunacağına dair açıklamalara yer verilmiş ve yaşla beraber cinsel mitlerin arttığı belirtilmiştir. Ancak elde ettiğimiz verilere göre farklı yaşlardaki kişilerin benzer mit anlayışında olması bulgularımızla literatürün örtüşmediğini göstermektedir (Özdemir ve Yılmaz, 2020; Civil ve Yıldız, 2015).

Eğitim düzeyi ilköğretim olanların cinsel mit anlayışları ve cinsel istismar farkındalıkları daha yüksektir. Bunun nedeninin erken yaşta hayata atılan bireylerin daha erken yaşlarda evliliğe

yöneldiği ve evlilikle birlikte cinsel hayata dair daha fazla bilgi edindiği düşünülmektedir. Literatürde eğitim düzeyi yüksek olan kişilerde cinsel mitlerin yüksek oranda olduğuna dair çalışmalar mevcuttur (Torun, Torun ve Özaydın, 2011; Kora ve Kayır, 1996; Kukulu, Gürsoy ve Özer, 2009). Bu çalışmaların sonuçları bulgularımızla farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Dolayısıyla bireylerin cinsel mitlerinin her eğitim kademesinde var olabileceği söylenilebilir. Yine bulgulara göre bekar kişilere kıyasla evlilerin cinsel istismar farkındalıkları daha yüksektir. Literatür incelendiğinde, Bozkurt (2016), Özdemir ve Yılmaz (2020) ile Torun, Torun ve Özaydın (2011) yapmış oldukları çalışmalarda cinsel mitlere inanma düzeyinin evli bireylerde daha yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Dolayısıyla evli bireylerin yaşam tarzı, cinsel bilgi ve deneyimlerinin farklı olma durumu ve cinselliğe dair tanımlamalarının farklı olması gibi etmenlerin cinsel istismar farkındalıklarının yüksek olmasına neden olduğu söylenilebilir. Ayrıca medeni durum ile cinsel mitlere inanç düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulmayan çalışmalar da (Miah, Al-Mamun, Khan ve Mozumder, 2015; Aker, Şahin ve Oğuz, 2019) mevcuttur. Bu durumda bulgularımızla örtüşen ve örtüşmeyen çalışmaların olduğu görülmektedir.

Doğu Anadolu bölgesinde yaşayan ebeveynlerin cinsel mitlerinin ve cinsel istismar farkındalıklarının diğer bölgelerde yaşayanlara kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bölgede kızların erken yaşta, hatta reşit olmadan, evlendirildiği bilinmektedir; “Ortadoğu Anadolu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerinde yaşayanlar arasında kadınlar için ideal evlilik yaşının 15-19 yaş aralığında olduğunu belirtenlerin oranı diğer bölgelere göre daha fazladır. Ortadoğu ve Anadolu'da bu yaş aralığının uygun olduğunu söyleyenlerin oranı %24, Güneydoğu Anadolu Bölgesinde ise %30'dur” (Türkiye Aile Yapısı Araştırması, T.A.Y.A., 2006, s. 37). Dolayısıyla cinsel istismara yönelik ebeveynlerin farkındalıklarının Doğu Anadolu bölgesinde daha yüksek olma nedeninin çocuk evliliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çocuk sayısı 3'ten az olan katılımcılara kıyasla 3 çocuk sahibi olanların cinsel mitleri daha fazladır. Buna göre çocuk sayısı arttıkça ebeveynlere düşen görevin daha fazla arttığı ve çocukların yaşları ilerledikçe cinsel anlamda daha çok koruma altına alındığı düşünülebilir. Yani her bir çocuk için ebeveynlerin edindikleri farklı ve yeni tecrübelerle cinsel mitlerinin de arttığı söylenilebilir. Gelir durumu orta olan kişilerin cinsel mitleri diğer gelir durumuna sahip kişilerden daha yüksektir. İncelenen literatürde gelir durumu yüksek olan sağlık personellerinin cinsel mitlerinin olduğuna dair çalışmalar bulgularımızla benzerlik

göstermektedir (Özmen, 1999; İncesu, 2004; Yaşan ve Gürgen, 2004; Güleç, Kılıç ve Bilgiç, 2007). Doğu ve Güneydoğu bölgelerinde, çocuk yaşta kızların evlendirilmesi nedenleri arasında en çok başlık parası, berdel ve kan evlilikleri bulunmaktadır. Bu evlilik nedenleriyle kız çocuklarını evlendiren ailelerin yoksulluk sınırı altında yaşayan aileler olduklarına, ailelerin refah düzeyi ile çocuk gelinlerin ortaya çıkma sıklıklarının ilişkili olduğuna dair sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Çakmak 2009, s. 6-7). Bu nedenle sosyoekonomik açıdan düşük bir gelire sahip ailelerin cinsel mit anlayışlarının ve çocukların erken yaşta evlendirilmesinin birbiriyle bağlantılı olduğu düşünülmektedir.

Muhafazakâr aile yapısına sahip olan kişilerin cinsel mitleri ve cinsel istismar farkındalıklarının diğer aile yapılarına sahip kişilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre muhafazakâr ailelerin dine aşırı bağlılıkları nedeniyle evlilik dışı ilişkilere karşı olması cinsel mitler ve cinsel istismara yönelik farkındalıklarının daha yüksek olmasını açıklamaktadır. Cinsel istismar farkındalık ölçeği ile cinsel mitler ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Buna göre cinsel mitlere sahip olan bireylerin cinsel istismara yönelik farkındalıkları daha yüksektir.

#### **Sonuç olarak;**

1. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık yoktur. Cinsel mitler ölçeği ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık vardır. Bulgular hipotezimizle kısmen uyumludur.
2. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile yaş arasında anlamlı farklılık vardır. Cinsel mitler ölçeği ile yaş arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Bulgular hipotezimizle kısmen uyumludur.
3. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile eğitim durumu arasında anlamlı farklılık vardır. Cinsel mitler ölçeği ile eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık vardır. Bulgular hipotezimizle uyumludur.
4. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile medeni durum arasında anlamlı farklılık vardır. Cinsel mitler ölçeği ile medeni durum arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Bulgular hipotezimizle kısmen uyumludur.
5. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile çocuk sayısı arasında anlamlı farklılık yoktur. Cinsel mitler ölçeği ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılık vardır. Bulgular hipotezimizle kısmen uyumludur.

6. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile cinsel istismar farkındalık durumu arasında anlamlı farklılık vardır. Cinsel mitler ölçeği ile cinsel istismar farkındalık arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Bulgular hipotezimizle kısmen uyumludur.
7. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile en uzun yaşanan bölge arasında anlamlı farklılık vardır. Cinsel mitler ölçeği ile en uzun yaşanan bölge arasında anlamlı bir farklılık vardır. Bulgular hipotezimizle uyumludur.
8. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile gelir durumu arasında anlamlı farklılık yoktur. Cinsel mitler ölçeği ile gelir durumu arasında anlamlı bir farklılık vardır. Bulgular hipotezimizle kısmen uyumludur.
9. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile aile yapısı arasında anlamlı farklılık vardır. Cinsel mitler ölçeği ile aile yapısı arasında anlamlı bir farklılık vardır. Bulgular hipotezimizle uyumludur.
10. Ebeveynler için cinsel istismar farkındalık ölçeği ile cinsel mitler ölçeği arasında ilişki vardır. Bulgular hipotezimizle uyumludur.

## ÖNERİLER

Ebeveynlerin cinsel istismar ve cinsel mitlere göre farkındalıklarının artırılması için eğitimlerin düzenlenmesi, eğitim öncesi ve sonrası ebeveynlerin cinsel mit anlayışı ve cinsel istismar farkındalıklarındaki değişimin incelenmesidir.

## KISITLILIK

Araştırma sadece bilimsel olarak lüteratüre geçmiş kitat-makale ve tüm araştırmalar ile sınırlandırılmıştır.

## BİLDİRİMLER

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir

## ETİK BEYAN

Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler dergisinin yayın etiği; bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için



çalışmalar yapan sosyal bilimleri alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKÇA

Kora K, Kayır A. (1996). Cinsel roller ve cinsel mitler. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi* 1996;9:255–8.

Acehan S, Bilen A, Ay MO, Gülen M, Avcı A, İçme F. (2023). Çocuk İstismarı ve İhmalinin Değerlendirilmesi. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi* 2013; 22(4):591- 614.

Araújo NM, Salim NR, Gualda DMR, Silva LCFP da. (2012). Corpo E Sexualidade Na Gravidez. *Rev da Esc Enferm da USP*. 2012;46(3):552–8.

Aydoğdu, F. (2017). Toplumsal cinsiyet rollerinin gelişimi ve cinsel eğitim. Ş. Ö. Aynal içinde, *Çocuk Gelişimi I-II* (2. Kitap) (s. 71-89). Ankara: Eğiten Kitap.

Aydoğdu, S. G., ve Özsoy, Ü. (2017). Çocuk hakları ihlali: cinsel istismar. *Journal of Academic Research in Nursing*, 3, s. 57-60.

Aygin, D., Açıl, H., Yaman, Ö., Çelik Yılmaz, A. (2017). Üniversitede okuyan kadın öğrencilerin cinsel mitler ile ilgili görüşleri. *Androl. Bul.* 19(2):44-49.

Bahtiyar, A. ve Can, B., (2016). An Investigation of Problem-Solving Skills of Preservice Science Teachers, *Educational Research and Reviews*, 11(23), 2108-2115.

Berkmen, B., & Seçim, G. (2019). Scale for measuring child sexual abuse awareness for parents: A Scale Development study. *Current Psychology*, 1-13.

Bozkurt, S. (2016). Bireylerin cinsel mitlere inanma durumunun ve cinsel bilgi düzeylerinin incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Büyüköztürk, S., Kılıç Çakmak, E., Akgün, O. E., Karadeniz, S. ve Demirel, F., (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, Ankara: Pegem Yayıncılık.

Celiloğlu, B. (2022). Cinsel gelişimde freud'un psiko-seksüel gelişim aşamaları ve cinsel eğitim. M. Dalkılıç içinde, *Contemporary trends in education sciences* (s. 285-294). Ankara: Duvar Kitabevi.

Civil, B., Yıldız, H. (2010). Erkek öğrencilerin cinsel deneyimleri ve toplumdaki cinsel tabulara yönelik görüşleri. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 3(2):58-64.

Deniz, Ü. ve Altan, R. Y. (2019). Milli eğitim bakanlığı 0-36 aylık çocuklar için eğitim programında cinsel gelişim ve eğitim. Çocuk ve Gelişim Dergisi, 2(3), s. 34-44

Deniz, Ü. ve Yıldız, R. (2018). Milli eğitim bakanlığı okul öncesi eğitim programında cinsel gelişim ve cinsel eğitim. GEFAD, 38(2), s. 431-447

Duran, A. (1990). Buca kız öğrenci yurdundaki genç kızların cinsel bilgi düzeylerinin saptanması (Yüksek lisans tezi).

Erbil, N., Orak, E. ve Bektaş, A. E. (2010). Anneler cinsel eğitim konusunda ne biliyor, kızlarına ne kadar cinsel eğitim veriyor?. Uluslararası insan bilimleri dergisi, 7(1), 366-383

Eroğlu, K. ve Gölbaşı, Z. (2005). Cinsel eğitimde ebeveynlerin yeri: ne yapıyorlar ne yaşıyorlar? Atatürk üniversitesi hemşirelik yüksekokulu dergisi, 8(2), 12-21.

Golbaşı, Z., Evcılı, F., Eroglu, K., & Bırcan, H. (2016). Sexual myths scale (SMS): development, validity and reliability in Turkey. Sexuality and Disability, 34, 75-87.

Groeneveld, R. A. and Meeden, G. (1984). Measuring skewness and kurtosis. Journal of the Royal Statistical Society Series D: The Statistician, 33(4), 391-399.

Hopkins, K. D., & Weeks, D. L. (1990). Tests for normality and measures of skewness and kurtosis: Their place in research reporting. Educational and psychological measurement, 50(4), 717-729.

Kapıcı A. G. (2021). Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencilerinin Cinsel Mitlere İnanma Düzeylerinin Cinsel Doyum Ve Kaygı Düzeyleri İle İlişkinin İncelenmesi.

Kukulu K, Gürsoy E, Sözer AG. (2009). Turkish university students' beliefs in sexual myths. Sex Disabil 2009;27:49–59.

Moors, J. J. A. (1986). The meaning of kurtosis: Darlington reexamined. The American Statistician, 40(4), 283-284.

Ogur, P., Utkualp, N., Aydınoglu, N. (2016). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin cinsellikle ilgili inanışları. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi. 1(25), 13-21.

Özdemir Ö, Yılmaz M. (2020). Sağlık Profesyonellerinin Cinsel Mitlere İnanma Durumlarının Belirlenmesi. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilim Fakültesi Derg. 2020;4(3):221-32.

Özdemir, Ö. ve Yılmaz, M. (2020). Sağlık Profesyonellerinin cinsel mitlere inanma durumlarının belirlenmesi. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 4(3), 221-232.

Özkan, H., Taşğın, Z. D. ve Apay, S. (2020). Cinsellikle ilgili eğitim alan ve almayan öğrencilerin cinsel sağlık bilgi düzeylerinin karşılaştırılması. Ebelik ve sağlık bilimleri dergisi, 3(1), 11-21.

Özmen HE. (1999). Cinsel mitler ve cinsel işlev bozuklukları. Psikiyatri Dünyası 1999;3:49-53.

Öztürk, G. M. ve Gök, N. F. (2021). Erken çocukluk dönemine ait resimli çocuk kitaplarında cinsel eğitim unsurlarının incelenmesi. 35(2), s. 403-419.

Pınar, G., Doğan, N., Ökdem, Ş., Algier, L. ve Öksüz E. (2009). Özel bir üniversitede okuyan öğrencilerin cinsel sağlıkla ilgili bilgi tutum ve davranışları. Tıp araştırmaları dergisi, 7(2), 105-103. E

Reece RM. (1997). Background Considerations in Child Maltreatment; Newyork: Mosby. 1997: 666-708, 721-725, 913-916.

Set, T. (2005). Üniversite çağındaki ergenlerin cinsel bilgi tutum ve davranışları (Uzmanlık tezi).

Sibert J.R., Payne E.H., Kemp A.M., Barber M., Rolfe K., Morgan R.J., Lyons R.A., Butler I. (2002). The incidence of severe physical child abuse in wales. Child Abuse and Neglect 2002;26(12):1207.

Sönmez, G. M., & Özçelik, A. D. (2022). Okul öncesi dönemde cinsel eğitim açısından anne tutumları ve bilgi düzeylerini incelenmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi(62), s. 158-181

Sungur, M. Z. (1998). Cinsel eğitim. Klinik Psikiyatri (2), s. 103-108

Torun F, Torun SD, Özaydın AN. (2011). Erkeklerde cinsel mitlere inanma oranları ve mitlere inanmayı etkileyen faktörler. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi* 2011;24:24–31.

Torun, F., Torun, S. D. ve Özaydın, A. N. (2011). Men's belief in sexual myths and factors effecting these myths. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 24, 24-31.

Tuğrul, B. ve Artan, İ. (2001). Çocukların cinsel eğitimi ile ilgili anne görüşlerinin incelenmesi. *Hacettepe üniversitesi eğitim fakültesi dergisi*, 20(20), 141- 149.

Uysal A. (1998). Çocuk İstismar ve İhmalinin Belirti ve Risklerini Tanımlamada Hemşire ve Ebelerin Bilgi Düzeylerinin Saptanması (Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Ege Üniversitesi.

Ünlüler, E. ve İnan, R. (2021). Okul öncesi öğretmen adaylarının cinsel eğitim hakkındaki görüşlerinin incelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 4(2), s. 377-397

Yaşan A, Gürgen F. (2004). Cinsel partneri olan bir hemşire grubu ile hiç partneri olmamış bir hemşire grubunun cinsel bilgi edinme yolları ve cinsel mitlerin yaygınlığının karşılaştırılması. *Yeni Symposium* 2004;42:72–6.

Zeren, F. ve Gürsoy, E. (2018). Neden cinsel sağlık eğitimi. *düzce üniversitesi sağlık bilimleri enstitüsü dergisi*, 8(1), 29-33.

Ziya AZ. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Cinsel Mit İnançları, Cinsel Bilgi Düzeyleri Ve Cinsel Tutumları Arasındaki İlişkiler.

# Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:18.05.2024 Makale Yayın Tarihi: 12.07.2024 Makale Türü: Derleme  
E-Issn: 3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.12735488 Cilt:3 Sayı:4 Yıl:2024 Ss:65-84

## Pluralizmin Toplumsal ve Siyasal Etkileri

1.Cüneyt YILMAZ

PhD.Doktora

St. Clements Üniversitesi

Siyasal Bilimler Ana Bilim Dalı

Mail: cuneytylmz53@gmail.com

Orcid ID: 0000-0003-1655-588X

### ÖZET

Pluralizm, toplumsal ve siyasal süreçlerin dinamik, katılımcı ve kapsayıcı bir yapıya bürünmesinde kilit rol oynayan bir kavramdır. Toplumsal çeşitliliği ve farklılıkları kabul eden ve teşvik eden bu yaklaşım, demokratik toplumların sağlıklı işlemesi için vazgeçilmezdir. Pluralizmin toplumsal etkileri, sivil toplumun güçlenmesi ve bireylerin ortak çıkarlarını savunmaları için örgütlenmelerine olanak tanımasıyla kendini gösterir. Bu durum, bireylerin ve grupların toplumsal yaşama aktif katılımını artırarak, daha adil ve dengeli bir toplumsal yapı oluşturulmasına katkıda bulunur. Siyasal alanda ise pluralizm, siyasal partilerin ve yönetim mekanizmalarının çeşitlilik ve katılımcılık ilkeleri doğrultusunda şekillenmesine olanak tanır. Farklı toplumsal grupların ve çıkarların temsil edilmesi, siyasal partilerin programlarını ve politikalarını zenginleştirir ve demokratik karar alma süreçlerinin daha kapsayıcı olmasını sağlar. Pluralizm, siyasal rekabeti ve tartışmayı teşvik ederek, politikaların daha dengeli ve kapsayıcı bir şekilde oluşturulmasına yardımcı olur.

**Anahtar Kelimeler:** Pluralizm, toplum, siyaset, kuramlar

### ABSTRACT

Pluralism is a concept that plays a key role in the dynamic, participatory and inclusive characterisation of social and political processes. This approach, which recognises and encourages social diversity and differences, is indispensable for the healthy functioning of democratic societies. The social effects of pluralism are manifested in the strengthening of civil society and the opportunity for individuals to organise to defend their common interests. This increases the active participation of individuals and groups in social life and contributes to a more just and balanced social structure. In the political sphere, pluralism enables political parties and governance mechanisms to be shaped in line with the principles of diversity and participation. Representation of different social groups and interests enriches the programmes and policies of political parties and makes democratic decision-making processes more inclusive. By encouraging political competition and debate, pluralism helps to formulate policies in a more balanced and inclusive manner.

**Keywords:** Pluralism, society, politics, theories

## GİRİŞ

Pluralizm, çeşitli grupların ve çıkarların politik süreçlere katılımını ve temsilini teşvik eden bir yaklaşımı ifade eder. Siyaset sosyolojisi alanında önemli bir kavram olan pluralizm, demokratik süreçlerin temel bir bileşeni olarak kabul edilir. Demokratik sistemin sağlıklı işleyişi için farklı seslerin ve perspektiflerin politik karar alma süreçlerine dahil edilmesi gerektiği düşüncesini savunur. Bu kavram, demokratik sistemin çoğulculuğunu ve katılımcılığını vurgular (Dahl, 1989; Schumpeter, 1976).

Pluralizmin dayandığı temel prensipler arasında çoğulculuk, katılım, çeşitlilik ve hesap verebilirlik bulunmaktadır (Dahl, 1989). Çoğulculuk, farklı fikirlerin ve görüşlerin bir arada var olmasını ve çatışmaların barışçıl yollarla çözülmesini vurgularken, katılım vatandaşların politik süreçlere aktif bir şekilde katılmasını teşvik eder. Çeşitlilik ilkesi, toplumun farklı kesimlerinin ve gruplarının politik arenada temsil edilmesi gerektiğini belirtirken, hesap verebilirlik prensibi karar alma süreçlerinin şeffaf olması ve yöneticilerin topluma karşı sorumluluklarını taşıması gerektiğini vurgular.

Pluralizmin toplumsal ve siyasal etkileri, demokratik süreçlerin ve politik sistemlerin işleyişi üzerinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu etkiler, farklı grupların politik süreçlere katılımının artırılması, çatışmaların barışçıl yollarla çözülmesi, toplumsal çeşitliliğin yönetilmesi ve demokratik değerlerin korunması gibi alanlarda kendini göstermektedir. Ayrıca, sivil toplumun politik süreçlerdeki rolü ve çeşitli çıkar gruplarının politik etkisi de pluralizmin toplumsal ve siyasal etkileri arasında önemli bir yer tutmaktadır (Schattschneider, 1960; Lowi, 1969).

Bu nedenle, pluralizmin toplumsal ve siyasal boyutlarının detaylı bir şekilde incelenmesi ve anlaşılması, demokratik toplumların daha sağlam ve kapsayıcı hale gelmesi için önemlidir. Bu bağlamda, bu çalışma, pluralizmin temel ilkelerini ve etkilerini ele alarak, demokratik süreçlerin ve politik sistemlerin işleyişi üzerindeki önemli etkilerini açıklamayı amaçlamaktadır.

Kriz yönetimi süreçlerinde de pluralizmin önemi büyüktür. Farklı görüşlerin ve çıkarların temsil edilmesi, krizlerin daha hızlı ve etkili bir şekilde yönetilmesine olanak tanır. Bu süreç, toplumsal dayanışmanın ve güvenin artmasına katkıda bulunur. Ancak, pluralizmin uygulanmasında karşılaşılan zorluklar ve toplumsal kutuplaşma gibi sorunlar, dikkatle ele alınmalıdır.

Gelecekte, pluralizmin karşı karşıya olduğu zorluklar ve fırsatlar, toplumsal ve siyasal yapının nasıl şekilleneceğini belirleyecektir. Küreselleşme, teknolojik gelişmeler ve toplumsal değişim, pluralist yaklaşımların yenilikçi çözümler geliştirmesini zorunlu kılmaktadır. Toplumsal kutuplaşma ve eşitsizliklerin artması, çoğulculuğun uygulanmasını zorlaştırabilir. Ancak, sivil toplumun güçlenmesi ve demokratik değerlerin yaygınlaştırılması, bu zorlukların üstesinden gelinmesine yardımcı olabilir.

## AMAÇ

Bu makalenin amacı, pluralizm kavramını anlamak ve bu kavramın toplumsal ve siyasal etkilerini incelemektir. Pluralizmin temel prensiplerini açıklamak, kökenlerini ve demokratik süreçler üzerindeki etkilerini anlamak, toplumsal çeşitliliğe katkılarını değerlendirmek ve sivil toplumun rolü gibi konuları ele alarak, pluralizmin toplum ve siyaset üzerindeki önemini vurgulamak amaçlanmıştır.

Bu makale aynı zamanda, pluralizmin gelecekteki zorluklarını ve fırsatlarını değerlendirerek, daha kapsamlı bir tartışmaya katkıda bulunmayı hedeflemektedir.

## YÖNTEM

Bu derleme makalesi, mevcut literatürdeki akademik kaynakları sistematik bir şekilde incelemeyi ve analiz etmeyi amaçlamaktadır. Pluralizmin toplumsal ve siyasal etkilerini anlamak için çok yönlü bir yaklaşım benimsenmiştir.

İlk olarak, literatür taraması yapılarak, pluralizm kavramıyla ilgili yaygın olarak kabul edilen tanımlar, temel prensipler ve teorik çerçeveler belirlenmiştir. Ardından, pluralizmin toplumsal ve siyasal etkilerini inceleyen önemli çalışmalar gözden geçirilmiştir.

Yöntem bölümü, mevcut literatürdeki makalelerin ve kitapların sistemli bir şekilde incelenmesiyle oluşturulmuştur. Anahtar kavramlar ve ana başlıklar altında yapılan araştırmalar, pluralizmin çeşitli yönlerini ele almak için derlenmiş ve analiz edilmiştir. Bu yöntem, pluralizmin toplum ve siyaset üzerindeki etkilerini anlamak için kapsamlı bir literatür taraması yapmayı ve farklı akademik yaklaşımları bir araya getirmeyi amaçlamıştır.

## BULGULAR

Pluralizm, toplumda ve siyasette çeşitliliği, farklılıkları ve çokluğu değerlendiren bir kavramdır. Bu yaklaşım, farklı kültürel, etnik, dini, ideolojik veya siyasi grupların bir arada var olmasını teşvik eder ve bunların siyasi ve toplumsal süreçlere katılımını önemser. Pluralizm, bir toplumda tek bir hakim ideolojinin veya görüşün değil, çeşitli fikirlerin, inançların ve değerlerin bir araya gelmesini savunur. Bu çerçevede, demokratik bir toplumda farklı görüşlerin ifade edilmesi ve çeşitli grupların haklarının korunması önemli bir yer tutar.

Pluralizmin tanımını anlamak için öncelikle farklı disiplinlerden gelen akademisyenlerin ve düşünürlerin bu kavramı nasıl ele aldığını incelemek faydalı olacaktır. Smith (2010), pluralizmi kültürel, etik ve siyasi bir bakış açısıyla ele alırken, Dahl (1971) ve Kymlicka (1995) demokratik bir toplumun çeşitli grupların katılımına dayandığını vurgularlar. Gutmann (2003) ise demokratik kimliğin ve çoğulculuğun bir arada nasıl var olabileceğini inceler.

Pluralizmin toplumsal ve siyasal etkilerini belirleyen faktörler incelendiğinde, çoğulculuğun tekçi devlet anlayışına karşı bir tepki olarak ortaya çıktığı görülmektedir (Hirst, 1993; Crowder, 1994). Liberal demokrasi ile sıklıkla ilişkilendirilse de çoğulculuk, her alanda birden çok şeyin var olması gerektiğini vurgulayarak, felsefi düzeyde tekçi inanca karşı çıkar (Cerny, 2006). Bu çerçevede, politik çoğulculuk, toplumsal, kurumsal ve ideolojik pratiklerin çeşitliliğine odaklanarak toplumsal tercihlerin belirlenmesi ve kamu politikalarının oluşturulmasını anlamaya çalışır (Cerny, 2006).

Egemenlik kavramı, çoğulculuk bağlamında yeniden değerlendirilirken, devletin tek başına egemen olmadığı, toplum içinde diğer kurumların da egemenlik hakkına sahip olduğu öne sürülür (Gierke, 2002; Kapani, 2004). Bu anlayışa göre, devletin egemenliği paylaşılabilir niteliktedir ve toplum içindeki farklı örgütlenmeler de egemenlik hakkına sahiptir (Hirst, 1993).

Barker'a göre devlet, toplumsal bir birliktir ve içinde farklı örgütlenmelerin bulunduğu geniş bir yapıyı kapsar (Dyson, 2009). Bu çerçevede, devletin egemenliği sınırsız değil, toplum içinde diğer örgütlerle paylaşılmış bir durumdur. Dolayısıyla, devletin yalnızca egemen olması gerektiği yönündeki geleneksel görüşler sorgulanır ve çoğulculuk perspektifiyle ele alınır (Hirst, 1993).



Bu bağlamda çoğulculuk düşüncesi, toplumsal ve siyasal alanlarda egemenliğin tek bir merkezde toplanması yerine, çeşitli kurum ve örgütler arasında paylaşıldığı ve bu çeşitliliğin toplumsal uyum ve adaletin sağlanmasına katkı sağladığı düşüncesini güçlendirmektedir. Bu bağlamda, devletin egemenlik anlayışı ve rolü yeniden değerlendirilerek, toplum içindeki çeşitliliğin ve farklı örgütlenmelerin dikkate alınması gerekmektedir.

Pluralizm, toplumsal ve siyasal alanda çeşitliliği ve farklılıkları kabul eden ve hatta teşvik eden bir yaklaşımı ifade eder. Bu kavram, G.D.H. Cole, J.N. Figgis ve H.J. Laski gibi düşünürler tarafından geliştirilen eklektik bir kuram olarak ortaya çıkmıştır (Hirst, 1993, s.1). Pluralizm, her alanda birden çok şeyin var olduğunu kabul eder ve felsefi düzeyde tekçi inanca karşı çıkar (Crowder, 1994, s. 293).

Politik çoğulculuk, toplumsal grupların çeşitliliğini ve davranışsal etkileşimlerini anlamaya çalışan bir yaklaşımdır (Cerny, 2006, s. 81-111). Egemenliğin sadece devlete ait olmadığı ve toplum içindeki diğer kurumlarla paylaşıldığı öne sürülür (Kapani, 2004, s. 56). Ernest Barker'e göre devlet, toplumdaki diğer kurumları kapsayan büyük bir birliktir ve devletin tek başına egemen olması gerektiği fikrini reddeder (Dyson, 2009, s.xx).

Pluralizmin kökenlerine bakıldığında, devletin doğuşuyla birlikte ortaya çıkan karmaşık bir iş bölümü ve anlamlı tabakalaşmanın varlığının önemli olduğu görülür (Eroğul, 1999, s.93-4). Özellikle Orta çağ Avrupası'nda monarşilerin ortaya çıkması öncesinde feodal anarşi döneminin yaşandığı ve egemenliğin farklı kurumlar arasında paylaşıldığı belirtilir (Anderson, 2013, s.15).

Pluralizm, John Locke'un yöneticilerin mutlak güce sahip olmaması gerektiği fikrini ve Montesquieu'nun iktidarın farklı organlar arasında ayrılması gerektiği düşüncesini yansıtır (Locke, 2016; Montesquieu, 2017). Alexis de Tocqueville ve John Stuart Mill gibi düşünürler, toplumun çeşitliliği ve farklılıklarıyla birlikte demokrasinin güçlendirilmesinin önemini vurgularlar (Tocqueville, 2016; Mill, 2017).

Arthur Bentley, sivil toplum örgütlerinin politik yaşamın temel hammaddeleri haline geldiğini savunur (Bentley, 1908, s. 204). Bu şekilde, pluralizm farklı ideolojik ve kurumsal yapıların toplumda bir arada var olmasını ve politik süreçlerde etkili olmasını teşvik eder.

## Pluralizmin Siyasal ve Toplumsal Kökenleri

Pluralizmin tarihi, insanlık tarihindeki siyasi, toplumsal ve felsefi gelişmelerin karmaşık bir örgüsüdür. Bu kavram, farklı dönemlerde ve kültürlerde değişik biçimlerde kendini göstermiştir. Antik Yunan'da, şehir-devletlerde çeşitli politik gruplar arasında rekabet vardı ve bu rekabet, demokratik bir sürecin doğal bir sonucuydu (Tocqueville, 1835). Benzer şekilde, Orta Çağ Avrupa'sında feodal yapılar içinde farklı sosyal sınıflar arasında çatışmalar yaşanmıştır. Ancak, modern anlamda pluralizm, 19. ve 20. yüzyıllarda şekillenmeye başlamıştır.

Modern pluralizm, özellikle 20. yüzyılın ilk yarısında yaşanan olaylarla yakından ilişkilidir. İkinci Dünya Savaşı'nın sona ermesiyle birlikte, Batı toplumlarında "Refah Devleti" kavramı önem kazanmış ve devletin rolü belirgin bir biçimde genişlemiştir (Savaş, 1999). Ekonomik politikaların temelinde Keynesyen prensipler etkili olmuş, devletin ekonomiye müdahalesi artmıştır. Bu dönemde, çeşitli akademik yaklaşımlar ve düşünce akımları, pluralizmin temellerini oluşturmuştur.

Pluralizmin felsefi temelleri, çeşitli düşünürlerin eserlerinde bulunabilir. Örneğin, John Locke'un bireysel özgürlük ve çoğulculuk üzerine felsefesi, bu kavramın temellerini oluşturur (Locke, 1689). Locke'a göre, bireylerin doğal hakları ve özgürlükleri vardır ve devletin temel görevi, bu hakları korumaktır. Benzer şekilde, John Stuart Mill'in "Özgürlük Üzerine" adlı eseri de, bireysel özgürlüklerin ve farklı düşüncelerin önemini vurgular (Mill, 1859).

Modern pluralizmin gelişiminde, siyasi partiler, sendikalar, sivil toplum kuruluşları ve diğer çeşitli gruplar önemli bir rol oynamıştır. Bu gruplar, demokratik bir toplumun temel unsurları olarak ortaya çıkmış ve çeşitliliği artırmıştır. Ancak, bu çeşitlilik ve farklılık bazen çatışma ve rekabete de neden olabilir. Bu nedenle, demokratik bir toplumda çeşitli grupların haklarının korunması ve temsil edilmesi önemlidir.

Bu bağlamda, pluralizm kavramı, insanlık tarihindeki siyasi ve toplumsal gelişmelerin bir yansımasıdır. Modern dünyada, pluralizm demokratik bir toplumun temel ilkelerinden biri olarak kabul edilir ve farklılıkların hoşgörüle karşılanması gerektiğini vurgular. Bu nedenle, pluralizm kavramı, çağdaş politika ve toplumun temel bir unsuru haline gelmiştir.

Pluralizmin siyasal ve toplumsal kökenleri, insanlık tarihindeki karmaşık siyasi ve toplumsal yapıların bir ürünü olarak ortaya çıkmaktadır. Otto V. Gierke gibi düşünürler, devletin erken dönemlerindeki karmaşık yapı ve iktidarın paylaşımının, feodal Avrupa'nın önemli bir parçası

olduğunu vurgularlar (Eroğul, 1999). Feodal Avrupa'nın ekonomik krizleri, merkeziyetçi devletlerin yükselişine yol açmış ve bu yeni düzen, politik iktidarın merkezileşmesine ve gücün hükümdarın elinde toplanmasına neden olmuştur (Anderson, 2013). Ancak, halk isyanları ve hareketleri, kralları güçlerini parlamento gibi kurumlarla paylaşmaya zorlamıştır.

John Locke'un düşünceleri, çağdaş çoğulcu görüşün öncülerinden biridir. Locke'a göre, devletin meşruiyeti, halkın rızasına dayanmalıdır ve yöneticilerin mutlak güce sahip olmaması gerekmektedir (Locke, 2016). Montesquieu ise mutlak egemenlik düşüncesine karşı çıkmış ve politik iktidarın farklı alanlara ayrılması gerektiğini öne sürmüştür (Montesquieu, 2017).

Modern pluralizmin gelişiminde, siyasi partiler, sendikalar, sivil toplum kuruluşları ve diğer çeşitli gruplar önemli bir rol oynamıştır. Bu gruplar, demokratik bir toplumun temel unsurları olarak ortaya çıkmış ve çeşitliliği artırmıştır. Bu bağlamda, çağdaş çoğulcu kuram, siyasal ve toplumsal yapıların evriminde kilit bir rol oynamıştır.

Pluralizmin siyasal ve toplumsal kökenlerine ilişkin bu temel kavrayışlar, 19. ve 20. yüzyıllarda etkisini daha da derinleştirmiştir. Alexis de Tocqueville'in Amerika'da gözlemlediği demokratik düzen, gücün tüm yurttaşlara eşit şekilde dağıtılmasını öngörmektedir (Tocqueville, 2016). Ayrıca, John Stuart Mill'in düşünceleri de pluralizmin temelini oluşturan unsurlardan biridir. Mill'e göre, demokrasilerde özgürlük, halkın seçtiği temsilciler aracılığıyla sağlanmalıdır ve bu temsilciler, halkın çıkarlarını en iyi şekilde yansıtmalıdır (Mill, 2017).

Arthur Bentley gibi düşünürlerin grup etkileşimleri ve sivil toplum örgütlenmeleri üzerine yaptığı çalışmalar da pluralizmin kökenlerini anlamak için önemlidir. Bentley'e göre, sivil toplum örgütleri, politik yaşamın temel unsurlarıdır ve grupların ortak beklentilerini şekillendirme ve toplumu dengeleme yeteneklerine sahiptirler (Bentley, 1908).

Bu düşünürlerin ve düşünce akımlarının etkisi, çağdaş siyasetin ve toplumun yapısını derinden etkilemektedir. Pluralizmin siyasal ve toplumsal kökenlerini anlamak, günümüzdeki demokratik rejimlerin ve sivil toplumun işleyişini daha iyi kavramamıza yardımcı olur. Bu bağlamda, pluralizmin temel ilkelerinin derinlemesine incelenmesi ve anlaşılması, modern siyaset ve toplumun karmaşıklığını anlamak için önemlidir. Günümüzde, küreselleşme ve dijital iletişim teknolojilerinin yükselişi, siyasal ve toplumsal çeşitliliği daha da artırmaktadır.

Aynı zamanda, çeşitli sosyal medya platformları ve çevrimiçi forumlar aracılığıyla vatandaşların daha aktif bir şekilde katılım göstermesi, pluralist demokrasinin temel unsurlarından biridir. Gelecekte, bu teknolojilerin ve iletişim araçlarının daha da gelişmesiyle, toplumsal katılımın ve çoğulculuğun daha da güçleneceği öngörülebilir.

### **Pluralizmin Demokratik Süreçlere Etkisi**

Pluralizm, toplumun ve siyasi arenanın çeşitliliğini kabul eden bir yaklaşımı ifade eder. Bu çeşitlilik, farklı düşünce sistemleri, çıkar grupları, kültürel kimlikler ve sosyal sınıflar arasında mevcut olan çeşitli görüşleri ve çıkarları içerir. Pluralizmin demokratik süreçlere etkisi, bu çeşitliliğin demokratik karar alma süreçlerine yansmasıyla şekillenir.

Öncelikle, pluralizm demokrasinin temel bir özelliğidir çünkü pluralizm, farklı görüşlere ve çıkarlara saygı duyan bir anlayışı ifade eder. Bu, demokratik süreçlerin katılımcılığını ve kapsayıcılığını artırır çünkü farklı toplumsal kesimlerin seslerinin duyulmasını ve temsil edilmesini sağlar. Raymond Guttentag'ın devletin gerekliliği üzerine yaptığı analizlerde belirttiği gibi, devletin varlığı bireylerin ve grupların çıkarlarını düzenleyici bir çerçeveye oturtur (Schmidt, 1998, s.86-87). Devlet, toplumsal örgütlerin yapamadığını yapabilme kapasitesiyle, çeşitliliğin yönetimini sağlar.

Pluralizmin demokratik süreçlere etkisi, karar alma mekanizmalarında çeşitliliği ve rekabeti teşvik ederek politikaların daha nitelikli hale gelmesini sağlar. Farklı görüşlerin ve çıkarların çatışması, politikaların daha dengeli ve kapsayıcı bir şekilde oluşturulmasına yardımcı olur. Çoğulculuğun kontrol ve denge mekanizmaları sayesinde, egemenliğin tek merkezde toplanması önlenir ve baskı düzeninin oluşması engellenir (Self, 1985, s.79). Ayrıca, pluralizm demokratik tartışma ve uzlaşma süreçlerini zenginleştirir ve toplumsal uzlaşmanın güçlenmesine katkıda bulunur.

Ancak, pluralizmin demokratik süreçlere etkisi sadece olumlu değildir. Bazı durumlarda, farklı grupların çatışması ve rekabeti, politik istikrarsızlığa ve uzlaşmanın zorlaşmasına yol açabilir. Özellikle, egemenliğin toplumsal örgüt ve dernekler arasında bölünmesi, düzenleyici-üstün bir gücün ortadan kalkmasına neden olabilir ve bu durum anarşi ve kaosa yol açabilir (Schmidt, 1998, s.87). Ayrıca, hukukun devleti kontrol edebileceği iddiası, devletin yasaların kaynağı olması nedeniyle yanıltıcıdır (Hirst, 1993, s.21).

Bu bağlamda, pluralizm demokratik süreçlere karmaşık bir şekilde etki eder. Temelde, pluralizm demokrasinin sağlıklı işleyişini ve toplumsal uzlaşının güçlenmesini desteklerken, bazı zorluklar ve çelişkiler de beraberinde getirebilir. Önemli olan, pluralizmin demokratik değerlerle uyumlu bir şekilde nasıl uygulanacağı ve denge sağlanacağıdır.

Politik çoğulculuğun toplumsal çeşitlilik içerisinde belirli grupların başat konumda olabileceği ve diğer grupların beklentilerini yeterince karşılayamayabileceği dikkate alınmalıdır (Ellis, 1980, s.398). Bu bağlamda, devletin tarafsız bir hakem rolü üstlenmesi ve çeşitli çıkar grupları arasında adil bir denge kurması gereklidir (Mouffe, 2001, s.115).

Pluralizm, demokratik süreçlerin katılımcılığını ve kapsayıcılığını artıran, toplumsal çeşitliliği kabul eden bir yaklaşım olarak demokrasinin temel taşıdır. Ancak, pluralizmin getirdiği rekabet ve çatışma, politik istikrarı zorlaştırabilir ve adaletsizliklere yol açabilir. Dolayısıyla, pluralizmin demokratik süreçlerle uyumlu bir şekilde uygulanması, dengeli ve adil bir yönetim mekanizması oluşturulması önemlidir.

Bu bağlamda, pluralizmin demokratik süreçlere etkisi üzerine daha derinlemesine bir analiz yapmak, bu kavramın hem teorik temellerini hem de pratik uygulamalarını incelemeyi gerektirir. Raymond Guttell'in devletin nihai olarak son bulması düşüncesi, devletin dağılmasını veya dış bağımsızlığını önemli ölçüde kaybetmesini gerektirebileceği sonucunu ortaya koyar (Schmidt, 1998, s.87). Ancak, pluralizmin devlet yapısının ve fonksiyonlarının sürdürülebilirliğine nasıl etki edeceği de dikkate alınmalıdır.

Pluralizm, devletin hem iç hem de dış işleyişinde önemli değişikliklere yol açabilir. Devletin egemen bir güç olarak toplumda var olan çeşitli kurumların birliğini sağlayan rolü, pluralizmin kabulüyle yeniden şekillenir. Devlet, farklı grupların ve çıkarların çatışmalarına aracılık eden bir hakem olarak işlev görürken, aynı zamanda bu grupların etkisi altında da kalabilir. Bu durum, devletin tarafsızlığını ve etkinliğini koruması için güçlü ve bağımsız kurumlar oluşturmasını gerektirir (Ellis, 1980, s.398).

Pluralist yaklaşımlar, hukukun devletin üzerinde ve onun eylemlerini dizginleyebilecek bir güç olduğunu savunur (Hirst, 1993, s.21). Ancak, devletin yasaların kaynağı olması nedeniyle bu görüş eleştiriye açıktır. Devletin, hukukun üstünlüğünü sağlayan bir mekanizma olarak hareket etmesi, hem yasaların hem de devletin kendisinin demokratik süreçler içinde denetlenebilir olmasını sağlar. Bu bağlamda, hukuk devleti ilkesi, pluralizmin getirdiği çeşitliliği ve farklılığı yönetmek için kritik bir öneme sahiptir.

Uluslararası hukuk ve devletler arası ilişkiler de pluralizmden etkilenir. Devletlerin birbirlerinin alanlarına müdahalede istekli oluşları, ulusal bilinçlenme çabaları ile iç içe geçmiştir. Bu eğilim, uluslararası konferanslar, uluslararası hukuk ve yargının genişlemesi ile denetim altına alınmaya çalışılmaktadır (Helfand, 2015, s.5). Ancak, uluslararası hukuk kapasitesinin genişlemesi, dünya genelinde savaş ve çatışmaları ortadan kaldırmakta yeterli olmamaktadır.

Yeni Çoğulcular, deforme olmuş poliarşiler için iyi örgütlenmiş iç denetim sistemleri ve dış denetim mekanizmaları önermektedir. Uluslar üstü organlar, örneğin Birleşmiş Milletler ve Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi, bazı özel durumlarda etkin bir denetim ajanı işlevi görmektedir. Ancak bu mekanizmalar yeterli olmamaktadır ve çoğulcu toplumlarda daha güçlü denetim mekanizmalarına ihtiyaç duyulmaktadır (Schmidt, 1998, s.87).

Sosyal medyanın gelişmesi, üniversiteler ve araştırma kurumlarının politika analizleri, kamu politikalarının etkilerinin değerlendirilmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Kitle iletişim araçlarının gücü ve etkinliği, yasama organlarının ve özerk denetim kurumlarının araştırma yeteneklerini artırmaktadır. Ancak, kamu politikalarının oluşumu ve uygulanması sırasında teknokrat ve bürokratlar sürece yurttaşları dahil etmemektedirler. Bu durum, politikaların etkinliği üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır (Heywood, 2015, s.56).

Pluralizmin demokratik süreçlere etkisi, teknolojik bozulma, politik çarpıtma ve kültürel çelişkiler gibi faktörlerle de şekillenir. Teknolojik anlamda karmaşık bir ortamda kamu politikalarının oluşturulması ve uygulanmasındaki zorluklar, yeni politikalar üretilmesinde yetersizliklere yol açabilir. Politik çarpıtma, hükümetlerin çeşitli baskılar altında sarf ettikleri sözlerde fark edilebilir. Kültürel krizler ise, değerler erozyonundan kaynaklanmaktadır ve bu durum, yeni yaşam tarzlarının ve baskı gruplarının gelişmesine yansımaktadır (Mouffe, 2001, s.115).

Pluralizmin zayıf noktalarından biri, çeşitli çıkar grupları ve yerel ile merkezi hükümet arasındaki politik güç dağılımını sağlayacak ve dengeleyecek güçlü ve uygulanabilir eşgüdüm mekanizmalarına ihtiyaç duymasındadır. Bu durum, devletin ciddi bir şekilde yeniden yapılanmasını gerektirmektedir. Grup çıkarları ile 'ulusal' çıkarlar arasında ayırım yapmak zor olabilir ve devletin tarafsız bir kurum olarak hareket etmesi zorlaşabilir. Bu bağlamda, devletin kendisi de bir çıkar grubunun etkisi altında kalabilir ve bu durum toplumsal adaletin sağlanmasını zorlaştırabilir (Ellis, 1980, s.398)

## **Pluralizmin Toplumsal Çeşitliliğe Katkısı ve Siyaset Bilimi Perspektifinden İncelenmesi**

Pluralizm, demokratik toplumların temel yapı taşlarından biri olarak kabul edilen ve toplumsal çeşitliliği kucaklayan bir yaklaşımdır. Bu çeşitlilik, farklı düşünce sistemleri, çıkar grupları, kültürel kimlikler ve sosyal sınıflar gibi çeşitli bileşenleri içerir. Pluralizm, bu farklılıkların barışçıl bir şekilde bir arada var olmasını ve toplumsal yapının daha zengin, dinamik ve kapsayıcı hale gelmesini sağlar.

Toplumsal çeşitliliğin artması, bireylerin ve grupların kendi kimliklerini ve çıkarlarını ifade edebilme özgürlüğüne sahip olmalarıyla mümkündür. Bu, toplumun daha demokratik, açık ve hoşgörülü olmasına katkıda bulunur. Pluralizm, demokratik süreçlerin ve karar alma mekanizmalarının daha kapsayıcı olmasını sağlar, çünkü her kesimden insanın sesini duyurma ve temsil edilme şansı vardır. Bu yaklaşım, demokratik katılımın artırılması ve toplumsal uzlaşının güçlenmesi açısından kritiktir (Dahl, 1982).

Pluralizm, demokratik toplumların temel ilkelerinden biri olup, toplumsal çeşitliliği ve farklılıkların bir arada var olmasını teşvik eden bir yaklaşımdır. Bu yaklaşım, çeşitli toplumsal grupların, kültürel kimliklerin ve çıkar gruplarının barış içinde bir arada yaşamasını ve demokratik süreçlere katılımını sağlamayı hedefler. Pluralizmin en önemli bileşenlerinden biri ise sivil toplumdur. Sivil toplum, devletin dışında kalan ve bireylerin ortak çıkarlarını savunmak için bir araya geldikleri gönüllü organizasyonlardan oluşur. Pluralizm, sivil toplumun güçlenmesine de önemli ölçüde katkıda bulunur. Sivil toplum, pluralizmin önemli bir unsuru olarak, toplumdaki farklı grupların ve bireylerin örgütlenerek, ortak çıkarlarını savunmalarına olanak tanır.

Sivil toplum örgütleri, devletin ve diğer büyük güç odaklarının denetlenmesine yardımcı olur ve demokratik katılımı artırır. Bu örgütler, bireylerin ve grupların toplumsal yaşama aktif bir şekilde katılmalarına olanak tanıyarak, toplumun daha adil ve dengeli bir yapıya kavuşmasını sağlar (Putnam, 2000). Sivil toplum örgütlerinin etkinliği, yerelleşme ve yerinde yönetim gibi eğilimlerle de güçlenir. Yerel yönetimlerin ve toplulukların kendi ihtiyaçlarına uygun çözümler geliştirmeleri, toplumsal çeşitliliğin daha iyi yönetilmesini sağlar. Bu durum, merkeziyetçi yapılar yerine, yerel düzeyde daha esnek ve duyarlı yönetimlerin oluşmasına katkıda bulunur (Tocqueville, 2003).

Pluralizmin en büyük avantajlarından biri de toplumsal uzlaşının güçlenmesine yardımcı olmasıdır. Farklı görüşlerin ve çıkarların barışçıl bir şekilde çatışması, politikaların daha



dengeli ve kapsayıcı bir şekilde oluşturulmasına yol açar. Bu, toplumun genel olarak daha istikrarlı ve huzurlu olmasına katkı sağlar. Çoğulculuk, toplum içindeki farklı grupların birbirleriyle diyalog kurmalarına ve ortak çözümler geliştirmelerine olanak tanır (Habermas, 1984).

Pluralizm, siyasal partilerin oluşumu ve işleyişi üzerinde önemli etkiler yaratır. Farklı toplumsal grupların ve çıkarların temsil edilmesi, siyasal partilerin programlarını ve politikalarını çeşitlendirmesine neden olur. Bu durum, parti sistemlerinin daha dinamik ve rekabetçi olmasını sağlar.

Çoğulculuk, siyasal partilerin farklı toplumsal kesimlerin ihtiyaçlarına ve taleplerine daha duyarlı olmasına olanak tanır (Sartori, 1976). Siyasal partiler, çoğulcu toplumlarda farklı grupların seslerini duyurmak ve temsil etmek için önemli araçlardır. Bu partiler, toplumun farklı kesimlerinin taleplerini politika süreçlerine dahil ederek, demokratik karar alma süreçlerinin daha kapsayıcı olmasını sağlar. Pluralizmin siyasal partiler üzerindeki bu etkisi, demokrasinin derinleşmesine ve güçlenmesine katkıda bulunur.

Ancak, pluralizmin uygulanmasında bazı zorluklar da vardır. Farklı gruplar arasındaki rekabet ve çatışmalar, bazen politik istikrarsızlığa yol açabilir. Ayrıca, bazı grupların diğerlerine göre daha fazla temsil edilmesi veya hâkim olması, adaletsizlik ve eşitsizlik sorunlarını gündeme getirebilir. Bu tür sorunların üstesinden gelmek için, demokratik süreçlerin şeffaf, adil ve kapsayıcı bir şekilde işlemesi gereklidir (Lijphart, 1999).

Siyaset bilimi açısından bakıldığında, pluralizmin toplumsal yapının ve demokratik süreçlerin işleyişi üzerinde derin etkileri vardır. Pluralizm, güç dağılımını dengeleyen ve tek bir grubun veya elit kesimin hakimiyetini önleyen bir mekanizma olarak işlev görür. Bu durum, demokrasinin sağlıklı işleyişi için kritik öneme sahiptir (Mills, 1956). Pluralist yaklaşım, farklı grupların ve bireylerin çıkarlarının temsil edilmesini sağlayarak, karar alma süreçlerini daha kapsayıcı ve adil hale getirir.

Pluralizm, yönetim ve karar alma süreçlerinde çeşitliliği ve katılımı teşvik eder. Farklı görüşlerin ve çıkarların temsil edilmesi, politika yapım süreçlerinin daha kapsayıcı ve dengeli olmasını sağlar. Bu durum, yönetim mekanizmalarının toplumun geniş kesimlerinin ihtiyaçlarına ve taleplerine daha duyarlı olmasına yol açar (Habermas, 1984).

Karar alma süreçlerinde çoğulculuk, farklı grupların ve bireylerin katılımını artırarak, demokratik meşruiyeti güçlendirir. Farklı çıkarların ve görüşlerin barışçıl bir şekilde



çatışması, daha dengeli ve kapsayıcı politikaların geliştirilmesine katkıda bulunur. Bu süreç, toplumun genel olarak daha istikrarlı ve huzurlu olmasını sağlar (Dryzek, 2000).

Kriz durumlarında pluralizm, toplumsal dayanışmayı ve iş birliğini teşvik eder. Farklı grupların ve bireylerin kriz yönetimine katılımı, daha kapsamlı ve etkili çözümlerin geliştirilmesine olanak tanır. Bu durum, krizlerin daha hızlı ve etkili bir şekilde yönetilmesini sağlar (Boin, 't Hart, Stern, & Sundelius, 2005).

Pluralist bir toplumda, kriz yönetimi süreçlerinde farklı görüşlerin ve çıkarların temsil edilmesi, toplumsal güvenin ve dayanışmanın artmasına katkıda bulunur. Bu süreç, krizlerin toplum üzerinde yaratabileceği olumsuz etkilerin azaltılmasına ve toplumsal uyumun güçlenmesine yardımcı olur (Rosenthal, Charles, & 't Hart, 1989).

Pluralizmin geleceği, çeşitli zorluklar ve fırsatlar içermektedir. Küreselleşme, teknolojik gelişmeler ve toplumsal değişim, yeni zorluklar ve fırsatlar yaratmaktadır. Pluralist yaklaşımlar, bu değişimlere uyum sağlamak ve toplumsal çeşitliliği kucaklamak için yenilikçi çözümler geliştirmelidir (Held, 2006).

### **Pluralizmin Modern Zorlukları ve Geleceği**

Zorluklar arasında, toplumsal kutuplaşma ve eşitsizliklerin artması, çoğulculuğun uygulanmasını zorlaştırabilir. Ancak, sivil toplumun güçlenmesi ve demokratik değerlerin yaygınlaştırılması, bu zorlukların üstesinden gelinmesine yardımcı olabilir. Pluralizmin geleceği, toplumların bu zorluklara karşı nasıl yanıt vereceğine bağlı olarak şekillenecektir (Turner, 2007).

Küresel bağlamda pluralizm, toplumsal barışın ve istikrarın sağlanmasında kritik bir rol oynamaktadır. Küreselleşme, toplumsal farklılıkların ve kültürel çeşitliliğin daha belirgin hale gelmesine yol açmıştır. Bu durum, küresel düzeyde daha kapsayıcı ve adil politikaların geliştirilmesini zorunlu kılmaktadır (Held, 2006).

Pluralizm, küresel düzeyde demokratik değerlerin ve insan haklarının korunmasına ve yaygınlaştırılmasına katkıda bulunur. Farklı kültürlerin ve toplumsal grupların bir arada yaşamasını ve işbirliği yapmasını teşvik eder. Bu süreç, küresel barışın ve istikrarın güçlenmesine yardımcı olur (Keane, 2009).

Özet olarak, pluralizm toplumsal çeşitliliğin kabulü ve teşviki ile demokratik süreçlere büyük katkı sağlar. Farklı toplumsal kesimlerin seslerinin duyulması ve temsil edilmesi, daha

kapsayıcı ve dengeli politikaların oluşturulmasına yardımcı olur. Sivil toplumun güçlenmesi, yerel yönetimlerin etkinliği ve toplumsal uzlaşının artması, pluralizmin sağladığı önemli faydalardan bazılarıdır.

Ancak, bu sürecin başarılı olabilmesi için, toplumun tüm kesimlerinin adil bir şekilde temsil edilmesini sağlayacak mekanizmaların geliştirilmesi ve sürdürülmesi büyük önem taşır. Bu bağlamda, siyaset bilimi perspektifinden bakıldığında, pluralizm demokrasinin temel unsurlarından biri olarak toplumsal barışın ve istikrarın sağlanmasında kritik bir rol oynar.

## SONUÇ

Pluralizm, toplumsal ve siyasal süreçlerin dinamik, katılımcı ve kapsayıcı bir yapıya bürünmesinde kilit rol oynayan bir kavramdır. Toplumsal çeşitliliği ve farklılıkları kabul eden ve teşvik eden bu yaklaşım, demokratik toplumların sağlıklı işlemesi için vazgeçilmezdir. Pluralizmin toplumsal etkileri, sivil toplumun güçlenmesi ve bireylerin ortak çıkarlarını savunmaları için örgütlenmelerine olanak tanınmasıyla kendini gösterir. Bu durum, bireylerin ve grupların toplumsal yaşama aktif katılımını artırarak, daha adil ve dengeli bir toplumsal yapı oluşturulmasına katkıda bulunur.

Siyasal alanda ise pluralizm, siyasal partilerin ve yönetim mekanizmalarının çeşitlilik ve katılımcılık ilkeleri doğrultusunda şekillenmesine olanak tanır. Farklı toplumsal grupların ve çıkarların temsil edilmesi, siyasal partilerin programlarını ve politikalarını zenginleştirir ve demokratik karar alma süreçlerinin daha kapsayıcı olmasını sağlar. Pluralizm, siyasal rekabeti ve tartışmayı teşvik ederek, politikaların daha dengeli ve kapsayıcı bir şekilde oluşturulmasına yardımcı olur.

Kriz yönetimi süreçlerinde de pluralizmin önemi büyüktür. Farklı görüşlerin ve çıkarların temsil edilmesi, krizlerin daha hızlı ve etkili bir şekilde yönetilmesine olanak tanır. Bu süreç, toplumsal dayanışmanın ve güvenin artmasına katkıda bulunur. Ancak, pluralizmin uygulanmasında karşılaşılan zorluklar ve toplumsal kutuplaşma gibi sorunlar, dikkatle ele alınmalıdır.

Gelecekte, pluralizmin karşı karşıya olduğu zorluklar ve fırsatlar, toplumsal ve siyasal yapının nasıl şekilleneceğini belirleyecektir. Küreselleşme, teknolojik gelişmeler ve toplumsal değişim, pluralist yaklaşımların yenilikçi çözümler geliştirmesini zorunlu kılmaktadır. Toplumsal kutuplaşma ve eşitsizliklerin artması, çoğulculuğun uygulanmasını zorlaştırabilir. Ancak, sivil toplumun güçlenmesi ve demokratik değerlerin yaygınlaştırılması, bu zorlukların üstesinden gelinmesine yardımcı olabilir.

## KISITLILIK

Araştırma, daha önce yapılmış ve literatür ve geçmiş bilimsel veriler ile sınırlıdır

## BİLDİRİM

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir.

## ETİK BEYAN

Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler dergisinin yayın etiği; bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan sosyal bilimleri alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

**KAYNAKLAR**

Aminzade, R. (1973). *Revolution and Collective Political Violence: The Case of the Working Class of Marseille, France, 1830-1871*. Working Paper#86, Michigan: University of Michigan.

Anderson, P. (2013). *Lineages of the Absolutist State*. London: Verso.

Aron, R. (2011). *Demokrasi ve Totalitarizm*. Ankara: Kadim.

Bakunin, M. (2000). *Devlet ve Anarşi*. Ankara: Öteki.

Barros, G. (2010). Herbert A. Simon and the Concept of Rationality: Boundaries and Procedures, *Brazilian Journal of Political Economy*, 30(3), 455–472.

Bell, D. (1962). *The End of Ideology*. New York: Collier.

Bell, D. (1976). *The Coming of Post-Industrial Society*. Harmondsworth: Penguin.

Bentley, A.F. (1908). *The Process of Government-A Study of Social Pressures*. Chicago: University of Chicago.

Brown, W. (2010). *Artık Hepimiz Demokratız..., Demokrasi Ne Alemde?*. İstanbul: Metis.

Buchanan, J. M., & Tullock, G. (1962). *The Calculus of Consent*. Ann Arbor MI: University of Michigan.

Carnap, R. (1956). *Meaning and Necessity: a Study in Semantics and Modal Logic*. Chicago: University of Chicago.

Cerny, P. G. (2006). Plurality, Pluralism and Power: Elements of Pluralist Analysis in an Age of Globalization. In Rainer Einfeld (Ed.), *Pluralism: Developments in Theory and Practice of Democracy* (pp.81-110). Farmington: Barbara Budrich.

Colonicos, A. (1989). *Marxist Theory*. Oxford: Oxford University.

Crowder, G. (1994). Pluralism and Liberalism, *Political Studies*, 42(1), 293-305.

Dahl, R. (1971). *Polyarchy*. New Haven: Yale University.

Dahl, R. (1993). *Demokrasi ve Eleştirileri*. Ankara: Türk Demokrasi Vakfı.

Downs, A. (1957). *An Economic Theory of Democracy*. New York: Harper Collins.

Dunleavy, P., & O'leary, B. (1987). *Theories of the State-The Politics of Liberal Democracy*. Chicago: New Amsterdam.

Dyson, K. H. F. (2009). *The State Tradition in Western Europe*. Colchester: ESPR.

Eagleton, T. (2011). *İdeoloji*. İstanbul: Ayrıntı.

Ellis, E. D. (1980). The Pluralistic State. *The American Political Science Review*, 14, 393-407.

Erdoğan, G. (2005). Birleştirici Demokrasi Devlet-Sivil Toplum İlişkisinin Yeniden Yapılandırılması için bir Analiz Aracı Olabilir mi?. In Lütfi Sunar (Ed.), *Sivil Toplum ve Demokrasi* (pp.23-54). İstanbul: Kaknüs.

Erdoğan, M. (2005). *Sivil Toplum: Bir Kavramın Anatomisi*. İstanbul: Aktüel.

Eroğul, C. (1999). *Devlet Nedir?*. Ankara: İmge.

Eryılmaz, B. (2004). *Bürokrasi ve Siyaset; Bürokratik Devletten Etkin Yönetime*. İstanbul: Alfa.

Eryılmaz, B. (2009). *Kamu Yönetimi: Düşünceler, Yapılar, Fonksiyonlar*. Ankara: Okutman.

Etzioni, A. (1993). *The Spirit of Community: Rights, Responsibilities, and the Communitarian Agenda*. New York: Crown.

Gaus, G. F. (2000). *Political Concepts and Political Theories*. Boulder: Westview.

Giddens, A. (2004). *Modernliğin Sonuçları*. İstanbul: Ayrıntı.

Gierke, O. (2002). *Community in Historical Perspective*. Cambridge: Cambridge University.

Kapani, M. (2004). *Politika Bilimine Giriş*. Ankara: Bilgi.

Kazgan, G. (1997). *Küreselleşme ve Yeni Ekonomik Düzen, Ne Getiriyor, Ne Götürüyor, Nereye Gidiyor*. İstanbul: Altın.

Köker, L. (2006). Seçim Sistemleri ve Siyasi Çoğulculuk Demokratik Meşruluk Açısından Bir Değerlendirme. *Anayasa Yargısı Dergisi*, 23, 199-210.

Krouse, R. W. (1982). Polyarchy & Participation: The Changing Democratic Theory of Robert Dahl. *Polity*, 14(3), 441-463.

- Lasswell, H. (1966). *Politics: Who Gets What, When, and How*. New Haven: Meridian.
- Lévi-Strauss, C. (1966). *The Savage Mind*. Chicago: University of Chicago.
- Lindblom, C. (1959). The Science of Muddling Through. *Public Administration Review*, 19(2), 79-88.
- Lindblom, C. E. (1977). *Politics And Markets: The World's Political-Economic Systems*. New York: Basic.
- Lipset, S. M. (1971). Europe: The Politics of Collective Bargaining. In M. Rejai (Ed.), *Decline of Ideology* (pp.76-108). New York: Adline Atherton.
- Locke, J. (2016). *Yönetim Üzerine İkinci İnceleme*. Ankara: Serbest.
- Lowi, T. J. (1971). *The Politics of Disorder*. New York: Basic.
- Luhmann, N. (1979). *Trust and Power*. New York: John Wiley & Sons.
- McLennan, G. (1989). *Pluralism*. Buckingham: Open University.
- Menger, C. (1963). *Investigations into the Methods of the Social Sciences with Special Reference to Economics*. New York: University of New York.
- Miliband, R. (1989). *Divided Societies: Class Struggle in Contemporary Capitalism*. Oxford: Oxford University.
- Mill, J. S. (2017). *Faydacılık*. İstanbul: Alfa.
- Miller, N. R. (1983). The Pluralism and Social Choice. *The American Political Science Review*, 77(3), 734-747.
- Mouffe, C. (2001). *Demokratik Paradoks*. İstanbul: Epos.
- Mouzelis, N. P. (2003). *Örgüt ve Bürokrasi*. Konya: Çizgi.
- Oilman, B. (1998). *Market Socialism: The Debate Among Socialists*. London: Routledge.
- Özkan, A. (2007). *Siyasal İletişim Stratejileri*. İstanbul: Tasam.
- Parsons, T. (2005). *Social System*. London: Routledge.
- Rosanvallon, P. (2004). *Refah Devletinin Krizi*. Ankara: Dost.

Russell, P. H. (1987). *Political Pluralism, Political Science and Political Theory*. London: Routledge.

Savaş, V. F. (1999). *İktisatın Tarihi*, Ankara: Siyasal.

Savran, G. (1987). *Sivil Toplum ve Ötesi Rousseau-Hegel-Marx*. İstanbul: Alan.

Schmidt, B. C. (1998). *The Political Discourse of Anarchy*. New York: State University of New York.

Self, P. (1985). *Political Theories of Modern Government: Its Role and Reform*. London: George Allen & Unwin.

Simon, H. A. (1957). *Models of Man, Social and Rational: Mathematical Essays on Rational Human Behavior in a Social Setting*. New York: John Wiley and Sons.

Slattery, M. (2003). *Sosyolojinin Temel Fikirleri*. İstanbul: Sentez.

Şenel, A. (1995). *Siyasal Düşünceler Tarihi*. Ankara: Bilim ve Sanat.

Şenkal, A. (2005). *Küreselleşme Çağında Sosyal Politika*. İstanbul: Alfa.

Tocqueville, A. (2016). *Amerika'da Demokrasi*. İstanbul: İletişim.

Turner, B. (2007). *Eşitlik*. Ankara: Dost.



# Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:22.05.2024 Makale Yayın Tarihi: 12.07.2024 Makale Türü: Derleme  
E-Issn: 3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.12735488 Cilt: 3 Sayı: 4 Yıl: 2024 Ss:85-111

## Varoluşçuluğun Weil, Mounier, Hamelin, Banfi, Wahl, Marcel, Lukacs, Benda, Foulquie Ve Sartre Üzerinden Farklı Karşılıklarla İncelenmesi Üzerine Bir İnceleme

### 1. Zeynep Sezen KOÇYİĞİT

#### PhD.Doktora

St Clements Üniversitesi

Psikoloji A.B.D – Klinik Psikoloji

Mail: sezenkocyyigit@gmail.com

Orcid ID: 0009-0008-3707-8692

### ÖZET

Varoluşçuluk 20. yüzyılın ortalarında özellikle Avrupa'da gelişen bir felsefi harekettir. Bu felsefi akım bireyin varoluşuna, özgürlüğüne ve sorumluluklarına vurgu yapar. Varoluşçuluğun temel ilkeleri arasında bireysel özgürlük, seçim yapma, öz ve varlık arasındaki ilişki gibi kavramlar bulunmaktadır. Varoluşçuluk, insanın kendi anlamını yaratma kapasitesine sahip olduğunu ve bu sürecin bireyin varoluşunun merkezinde yer aldığını savunur. Varoluşçuluğun kökenleri Kierkegaard, Nietzsche ve Heidegger gibi filozofların düşüncelerine dayansa da Jean-Paul Sartre, Simone de Beauvoir ve Albert Camus gibi isimler bu felsefeyi daha geniş kitlelere tanıtmıştır (Crowell, 2020; Marino, 2004).

**Anahtar Kelimeler:** varoluşçuluk, bireysel özgürlük, anlam arayışı, felsefe, varlık

### ABSTRACT

Existentialism is a philosophical movement that developed especially in Europe in the mid-20th century. This philosophical trend emphasizes the individual's existence, freedom, and responsibilities. Fundamental principles of existentialism include concepts such as individual freedom, making choices, and the relationship between essence and existence. Existentialism argues that humans have the capacity to create their own meaning, and this process is at the center of an individual's existence. While the origins of existentialism are rooted in the thoughts of philosophers like Kierkegaard, Nietzsche, and Heidegger, figures like Jean-Paul Sartre, Simone de Beauvoir, and Albert Camus have introduced this philosophy to a broader audience (Crowell, 2020; Marino, 2004).

**Keywords:** existentialism, individual freedom, search for meaning, philosophy, existence

## GİRİŞ

Varoluşçuluk 19. yüzyılın sonları ve 20. yüzyılın başlarında ortaya çıkan ve bireyin varoluşsal deneyimlerini merkeze alan bir felsefi harekettir. Søren Kierkegaard varoluşçuluğun öncüsü olarak kabul edilir. Kierkegaard insanın bireysel varoluşunu ve Tanrı ile olan ilişkisini sorgulayan ilk filozoflardan biridir (Kierkegaard, 1985).

Friedrich Nietzsche ise bireyin özgürlüğünü ve kendi anlamını yaratma kapasitesini vurgulamış ve "Tanrı'nın ölümü" kavramını ortaya atarak insanın kendi değerlerini yaratması gerektiğini savunmuştur (Nietzsche, 1974). Martin Heidegger varoluşçuluğun daha derin felsefi temellerini atmıştır. Heidegger "Dasein" (varlık) kavramını geliştirerek insanın varoluşsal durumu ve dünyadaki konumunu incelemiştir.

Heidegger'in düşünceleri varoluşçuluğun ontolojik boyutlarını ortaya koyar ve bireyin varoluşunu daha kapsamlı bir şekilde anlamamıza yardımcı olur (Heidegger, 1962).

## AMAÇ

Bu makalede bireyin yaşam amacı, varoluşçuluğun temel ilkeleri arasında yer alan bireysel özgürlük ve sorumluluk kavramları ile doğrudan ilişkisi ile bireyin kendi yaşamının anlamını ve amacını yaratma sürecinde karşılaştığı varoluşsal kaygıları ve bu kaygılarla başa çıkma yolları neler olduğunun bilinmesi amaçlanmıştır.

Varoluşçuluğun önde gelen temsilcileri; Weil, Mounier, Hamelin, Banfi, Wahl, Marcel, Lukacs, Benda, Foulquie ve Sartre Açısından farklı karşılıklarca değerlendirmesi üzerinden incelenmiştir.

## YÖNTEM

Varoluşçuluk felsefesi üzerine yazılan basılı yayınlar ve makaleler üzerinden literatür taraması yapılarak özgün derleme makalesi şeklinde araştırma yapılmıştır.

## BULGULAR

### Tarihi ve Felsefi Arka Plan

Varoluşçuluk, 19. yüzyılın sonları ve 20. yüzyılın başlarında ortaya çıkan ve bireyin varoluşsal deneyimlerini merkeze alan bir felsefi harekettir. Søren Kierkegaard, varoluşçuluğun öncüsü olarak kabul edilir. Kierkegaard, insanın bireysel varoluşunu ve Tanrı ile olan ilişkisini sorgulayan ilk filozoflardan biridir (Kierkegaard, 1985). Friedrich Nietzsche ise, bireyin özgürlüğünü ve kendi anlamını yaratma kapasitesini vurgulamış ve "Tanrı'nın ölümü" kavramını ortaya atarak, insanın kendi değerlerini yaratması gerektiğini savunmuştur (Nietzsche, 1974). Martin Heidegger, varoluşçuluğun daha derin felsefi temellerini atmıştır.

Heidegger, "Dasein" (varlık) kavramını geliştirerek, insanın varoluşsal durumu ve dünyadaki konumunu incelemiştir. Heidegger'in düşünceleri, varoluşçuluğun ontolojik boyutlarını ortaya koyar ve bireyin varoluşunu daha kapsamlı bir şekilde anlamamıza yardımcı olur (Heidegger, 1962).

### Temel İlkeler ve Kavramlar

Varoluşçuluğun temel ilkeleri arasında bireysel özgürlük, seçim yapma, öz ve varlık arasındaki ilişki gibi kavramlar bulunmaktadır. Varoluşçuluğa göre, insan önce var olur ve ardından kendi özünü belirler. Bu, Sartre'ın "Varoluş özden önce gelir" ifadesiyle özetlenebilir. Bu ilkeye göre, insanın varoluşu bir başlangıç noktasıdır ve birey, kendi seçimleri ve eylemleriyle kendi özünü yaratır (Sartre, 1946). Varoluşçuluğun bir diğer önemli ilkesi, bireysel özgürlüktür. Varoluşçuluğa göre, insan tamamen özgürdür ve bu özgürlük, bireyin kendi anlamını yaratma sorumluluğunu da beraberinde getirir.

Bu özgürlük, aynı zamanda bireyin kendi eylemlerinin sonuçlarına katlanma sorumluluğunu da içerir. Sartre, bu durumu "insan özgürlüğe mahkumdur" ifadesiyle dile getirmiştir (Sartre, 1946). Bireyin seçim yapma kapasitesi de varoluşçuluğun temel ilkelerindedir. Varoluşçuluk, bireyin her an bir seçim yapmak zorunda olduğunu ve bu seçimlerin bireyin varoluşunu şekillendirdiğini savunur. Bu seçimler, bireyin kim olduğunu ve nasıl bir yaşam süreceğini belirler (Flynn, 2006).

## Öz ve Varlık

Varoluşçuluk, öz ve varlık arasındaki ilişkiyi de inceler. Geleneksel felsefede, öz, varlıktan önce gelir; yani bir şeyin ne olduğu, onun varlığından önce belirlenir. Ancak varoluşçuluk, bu ilişkiyi tersine çevirir. Sartre'ın ifadesiyle, "Varoluş özden önce gelir." Bu, insanın önce var olduğunu ve ardından kendi özünü yarattığını ifade eder. Bu görüş, bireyin kendi anlamını ve kimliğini yaratma özgürlüğüne ve sorumluluğuna vurgu yapar (Sartre, 1946).

## Varoluşçuluğun İnsana Bakışı

Varoluşçuluk, insanı özgür ve sorumlu bir varlık olarak görür. İnsan, kendi varoluşunu ve anlamını yaratma kapasitesine sahiptir. Bu süreç, bireyin kendi seçimleri ve eylemleriyle gerçekleşir. Varoluşçuluk, insanın bu süreçte karşılaştığı varoluşsal kaygıları ve bunların üstesinden gelme yollarını da inceler (May, 1958). Varoluşçuluk, aynı zamanda insanın dünyadaki yerini ve diğer insanlarla olan ilişkisini de sorgular. Birey, yalnızca kendisiyle değil, aynı zamanda başkalarıyla olan ilişkileriyle de var olur. Bu ilişkiler, bireyin varoluşsal deneyimlerini ve anlam arayışını şekillendirir. Sartre'ın ifadesiyle, "Diğerleri cehennemdir," bu ilişkilerin karmaşıklığını ve zorluklarını ifade eder (Sartre, 1944).

## Varoluşçuluğun Edebiyatta ve Sanatta Yansımaları

Varoluşçuluk, edebiyat ve sanat dünyasında da önemli bir etki yaratmıştır. Albert Camus, Samuel Beckett ve Franz Kafka gibi yazarlar, varoluşçuluğun temalarını eserlerinde işlemişlerdir. Camus'nün "Yabancı" romanı, bireyin anlamsızlık ve yabancılaşma duygusunu ele alırken, Beckett'ın "Godot'yu Beklerken" oyunu, insanın varoluşsal boşluğunu ve bekleyişini anlatır. Kafka'nın eserleri ise, bireyin bürokrasi ve toplum karşısındaki yalnızlığını ve çaresizliğini ortaya koyar (Camus, 1942; Beckett, 1953; Kafka, 1915). Varoluşçuluğun sanattaki yansımaları, bireyin varoluşsal deneyimlerini ve anlam arayışını görsel ve edebi formlarda ifade eder. Bu eserler, varoluşçuluğun felsefi temalarını geniş kitlelere ulaştırır ve bireyin kendi varoluşunu sorgulamasını teşvik eder (Wartenberg, 2008).

## Emmanuel Mounier'nin Varoluşçuluk Tanımı

Emmanuel Mounier, 20. yüzyılın önemli Fransız filozoflarından biri olup, özellikle kişiselcilik (personalism) hareketinin öncülerindedir. Mounier'nin varoluşçuluk anlayışı, bireyin varoluşunu sadece kendi içsel deneyimleriyle sınırlı olmayan, fakat toplumsal ve etik

sorumluluklarla da bütünleşen bir perspektiften ele alır. Onun varoluşçuluk tanımı, bireyselliğin yanı sıra toplumsallığı da içerir ve bu iki unsuru bir arada değerlendirir (Mounier, 1949; Davy, 2001; Sherman, 2000).

### **Varoluş ve Kişiselcilik**

Mounier'nin felsefesinde, kişiselcilik temel bir rol oynar. Kişiselcilik, bireyin içsel dünyası ile dış dünyası arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkinin toplumsal ve etik boyutlarını ele alır. Mounier'ye göre, bireyin varoluşu, yalnızca kendi içsel deneyimlerinden ibaret değildir; aynı zamanda bu deneyimlerin toplumsal bağlamda nasıl bir anlam taşıdığı da önemlidir. Kişiselcilik, bireyi topluma karşı sorumlu bir varlık olarak görür ve bu sorumluluk, bireyin varoluşunu anlamlandırmasında merkezi bir rol oynar (Mounier, 1949; Kelty, 2006).

### **Varoluşsal Umutsuzluk**

Mounier, varoluşçuluğu umutsuzluk kavramı üzerinden tanımlar. Ona göre, bireyin varoluşsal deneyimleri, çoğu zaman umutsuzluk ve anlam arayışı ile şekillenir. Bu umutsuzluk, insanın kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını sorgulama sürecinde ortaya çıkar. Mounier, bu sürecin bireyi derinlemesine düşündürmeye ve kendi varoluşunu daha iyi anlamaya yönlendirdiğini savunur. Umutsuzluk, varoluşçuluğun temel unsurlarından biri olarak, bireyin kendi özgürlüğünü ve bu özgürlüğün getirdiği sorumlulukları fark etmesini sağlar (Mounier, 1952; Davy, 2001).

### **Toplumsal Sorumluluk ve Etik**

Mounier'nin varoluşçuluk anlayışında, toplumsal sorumluluk ve etik değerler merkezi bir yere sahiptir. Bireyin varoluşu, yalnızca kendi içsel dünyasında değil, aynı zamanda toplumla olan etkileşimlerinde de anlam bulur. Mounier, bireyin toplumsal bir varlık olduğunu ve bu varlığın topluma karşı belirli sorumlulukları olduğunu vurgular. Bu sorumluluklar, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde belirleyici bir rol oynar. Toplumsal sorumluluk, bireyin varoluşsal deneyimlerini daha geniş bir bağlamda değerlendirmesini sağlar (Mounier, 1949; Kelty, 2006; Sherman, 2000).

## **Din ve Maneviyat**

Mounier, varoluşçuluğu din ve maneviyatla da ilişkilendirir. Ona göre, bireyin varoluşsal arayışları, manevi bir boyuta sahiptir ve bu boyut, bireyin kendi anlamını bulma sürecinde önemli bir rol oynar. Mounier, Hristiyan kişiselciliği savunur ve bireyin Tanrı ile olan ilişkisini varoluşsal deneyimlerin merkezine yerleştirir. Bu manevi boyut, bireyin varoluşunu daha derinlemesine anlamasını ve kendi varoluşsal sorularına yanıt bulmasını sağlar (Mounier, 1951; Bégout, 2018).

## **Bireyin Özgürlüğü ve Sorumluluğu**

Mounier'ye göre, bireyin özgürlüğü, varoluşçuluğun temel unsurlarından biridir. Ancak bu özgürlük, sorumlulukla birlikte gelir. Birey, kendi özgürlüğünü kullanarak kendi anlamını yaratırken, aynı zamanda bu özgürlüğün getirdiği sorumlulukları da üstlenir. Mounier, özgürlüğün yalnızca bireysel bir hak olmadığını, aynı zamanda toplumsal ve etik bir sorumluluk olduğunu vurgular. Bu sorumluluk, bireyin varoluşunu anlamlandırmasında ve toplumla olan ilişkilerini düzenlemesinde önemli bir rol oynar (Mounier, 1949; Kelty, 2006; Davy, 2001).

## **Varoluşun Anlamı**

Mounier, varoluşun anlamını bireyin toplumsal bağlamda kendini gerçekleştirme olarak tanımlar. Bireyin varoluşu, sadece kendi içsel dünyasında değil, aynı zamanda toplumla olan ilişkilerinde ve topluma katkılarında anlam bulur. Mounier, bireyin toplumsal ve etik sorumluluklarını yerine getirerek kendi varoluşunu ve anlamını yaratabileceğini savunur. Bu süreç, bireyin kendi varoluşsal sorularına yanıt bulmasını ve kendi anlamını keşfetmesini sağlar (Mounier, 1949; Sherman, 2000).

## **Eugène de Roberty Hamelin'in Varoluşçuluk Tanımı**

Eugène de Roberty Hamelin, 20. yüzyılın başlarında Fransız felsefesinde önemli bir figür olarak yer almış ve özellikle epistemoloji ve varoluşçuluk alanlarındaki çalışmaları ile tanınmıştır. Hamelin'in varoluşçuluk anlayışı, bilginin ve bilinçli varoluşun önemine vurgu yapan bir çerçevede gelişmiştir. Onun varoluşçuluk tanımı, bireyin varlık ve bilgi arasındaki ilişkisini sorgulayan derin bir felsefi yaklaşımdır. Bu anlayış, bireyin bilinçli bir şekilde

varoluşunu deneyimlemesi ve bu deneyimin epistemolojik temellerini incelemesi üzerine kuruludur (Hamelin, 1938; Blondel, 1959; Sartre, 1946).

### **Epistemolojik Temeller**

Hamelin, varoluşçuluğu epistemolojik bir perspektiften ele alarak, bilginin ve bilincin varoluşsal deneyimlerdeki rolünü vurgular. Ona göre, insanın varoluşu, bilincin ve bilginin dinamikleri ile şekillenir. Bilgi, bireyin dünyayı ve kendini anlamlandırmasında merkezi bir rol oynar. Hamelin, bilginin varoluşsal deneyimler üzerindeki etkisini araştırırken, bireyin bilinçli farkındalığının bu süreçte nasıl işlediğini inceler. Bu epistemolojik yaklaşım, varoluşçuluğun sadece varoluşsal deneyimlerin değil, aynı zamanda bu deneyimlerin bilinçli olarak nasıl kavrandığının da önemini ortaya koyar (Hamelin, 1938; Ayer, 1954; Heidegger, 1962).

### **Bilinçli Varoluş**

Hamelin'in varoluşçuluk anlayışında, bilinçli varoluş merkezi bir rol oynar. Bilinç, bireyin kendi varoluşunu ve dünyadaki yerini anlamlandırmasında temel bir unsurdur. Hamelin, bireyin bilinçli farkındalığı sayesinde kendi varoluşunu sorgulayabildiğini ve bu sorgulamanın varoluşsal anlam arayışında kritik bir öneme sahip olduğunu savunur. Bilinçli varoluş, bireyin kendi deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını derinlemesine incelemesine olanak tanır. Bu süreç, bireyin kendi varoluşsal sorularına yanıt aramasını ve bu yanıtları bilinçli bir şekilde değerlendirmesini sağlar (Hamelin, 1938; Lavelle, 1965; Merleau-Ponty, 1962).

### **Varoluşsal Anksiyete**

Hamelin, varoluşçuluğu anksiyete kavramı üzerinden de ele alır. Varoluşsal anksiyete, bireyin kendi varoluşunu sorgulaması ve bu sorgulama sürecinde karşılaştığı belirsizlikler ve endişeler ile karakterizedir. Bu anksiyete, bireyin kendi özgürlüğünü ve bu özgürlüğün getirdiği sorumlulukları fark etmesiyle ortaya çıkar. Hamelin'e göre, varoluşsal anksiyete, bireyin kendi varoluşsal deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını derinlemesine incelemesine yol açar. Bu süreç, bireyin kendi varoluşunu daha iyi anlamasını ve kendi varoluşsal sorularına daha bilinçli yanıtlar aramasını sağlar (Hamelin, 1938; Blondel, 1959; Kierkegaard, 1985).

## **Bilgi ve Varoluş Arasındaki İlişki**

Hamelin'in varoluşçuluk anlayışında, bilgi ve varoluş arasındaki ilişki merkezi bir yere sahiptir. Bilgi, bireyin kendi varoluşunu ve dünyayı anlamlandırmasında temel bir araçtır. Hamelin, bilginin varoluşsal deneyimlerle nasıl etkileşime girdiğini ve bu etkileşimin bireyin varoluşunu nasıl şekillendirdiğini inceler. Bilgi, bireyin varoluşsal sorularına yanıt bulmasında ve kendi anlamını yaratmasında kritik bir rol oynar. Bu epistemolojik yaklaşım, varoluşçuluğun sadece varoluşsal deneyimlerin değil, aynı zamanda bu deneyimlerin nasıl kavrandığının ve anlamlandırıldığının önemini vurgular (Hamelin, 1938; Ayer, 1954; Sartre, 1946).

## **Varoluş ve Ontoloji**

Hamelin, varoluşçuluğu ontolojik bir çerçevede de ele alır. Ontoloji, varlığın doğasını ve temel yapılarını inceleyen bir felsefi disiplindir. Hamelin, varoluşçuluğun ontolojik temellerini araştırarak, bireyin varoluşunun ne anlama geldiğini ve bu varoluşun temel yapılarını sorgular. Bu ontolojik yaklaşım, bireyin varoluşunu ve bu varoluşun dünyadaki yerini daha geniş bir felsefi bağlamda değerlendirmemizi sağlar. Hamelin'in ontolojik perspektifi, varoluşçuluğun bireyin kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını nasıl inşa ettiğini anlamamıza yardımcı olur (Hamelin, 1938; Lavelle, 1965; Heidegger, 1962).

## **İnsan ve Dünya**

Hamelin, bireyin varoluşunu dünyayla olan ilişkisi üzerinden de değerlendirir. Bireyin varoluşu, yalnızca kendi içsel dünyasında değil, aynı zamanda dış dünyayla olan etkileşimlerinde de anlam bulur. Hamelin, bireyin dünyayla olan bu ilişkisini ve bu ilişkinin varoluşsal deneyimler üzerindeki etkisini inceler. Bireyin dünyayı ve kendini nasıl kavradığı, varoluşsal anlam arayışında belirleyici bir rol oynar. Hamelin, bu süreci analiz ederek, bireyin varoluşunu ve bu varoluşun dünyadaki yerini daha iyi anlamamızı sağlar (Hamelin, 1938; Blondel, 1959; Merleau-Ponty, 1962).

## **Antonio Banfi'nin Varoluşçuluk Tanımı**

Antonio Banfi, 20. yüzyılın önde gelen İtalyan filozoflarından biri olup, varoluşçuluk ve eleştirel düşünce alanlarındaki çalışmaları ile tanınmıştır. Banfi, varoluşçuluğu eleştirel bir perspektiften incelemiş ve bireyin özgürlüğünü vurgulamıştır. Onun varoluşçuluk anlayışı,



bireyin varoluşunu sorgulama ve anlamlandırma sürecinde özgürlüğün ve eleştirinin önemine vurgu yapar. Banfi, varoluşçuluğun insanın kendi varoluşunu yaratma kapasitesine olan inancı ve bu sürecin eleştirel bir yaklaşımla gerçekleştirilmesi gerektiği üzerinde durur (Banfi, 1959; Collini, 2010).

### **Eleştirel Perspektif**

Banfi'nin varoluşçuluk anlayışında, eleştirel düşünce merkezi bir rol oynar. Ona göre, bireyin kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını sorgulaması, eleştirel bir bakış açısını gerektirir. Bu eleştirel yaklaşım, bireyin kendi yaşamını, değerlerini ve inançlarını sürekli olarak gözden geçirmesini ve sorgulamasını içerir. Banfi, eleştirel düşüncenin bireyin varoluşsal deneyimlerini daha derinlemesine anlamasını ve kendi anlamını yaratma sürecinde daha bilinçli kararlar almasını sağladığını savunur. Eleştirel perspektif, bireyin kendi varoluşunu daha iyi kavraması ve bu kavrayış üzerinden kendi hayatını inşa etmesi için gereklidir (Banfi, 1959; Tarsia, 2003).

### **Özgürlük ve Sorumluluk**

Banfi, varoluşçuluğun temel unsurlarından biri olarak özgürlüğü vurgular. Ona göre, birey, kendi varoluşunu ve anlamını yaratma konusunda tamamen özgürdür. Bu özgürlük, bireyin kendi yaşamını ve kimliğini inşa etmesinde merkezi bir rol oynar. Ancak bu özgürlük, aynı zamanda sorumluluğu da beraberinde getirir. Birey, kendi seçimlerinden ve bu seçimlerin sonuçlarından sorumludur. Banfi, özgürlüğün ve sorumluluğun birbirinden ayrılmaz olduğunu ve bireyin kendi varoluşunu anlamlandırma sürecinde bu iki unsuru dengeli bir şekilde ele alması gerektiğini belirtir. Özgürlük, bireyin kendi varoluşunu yaratma kapasitesini ifade ederken, sorumluluk, bu yaratım sürecinin etik ve toplumsal boyutlarını içerir (Banfi, 1959; Sartre, 1946).

### **Varoluşsal Kötümserlik**

Banfi, varoluşçuluğu kötümserlik üzerinden de tanımlar. Ona göre, varoluşçuluk, insanın kendi varoluşunu sorgulama sürecinde karşılaştığı belirsizlikler ve bu belirsizliklerin yarattığı endişe ve kötümserliği içerir. Bu kötümserlik, bireyin kendi varoluşunun anlamını bulma sürecinde karşılaştığı zorlukları ve bu zorlukların üstesinden gelme çabalarını ifade eder. Banfi, varoluşsal kötümserliğin, bireyin kendi varoluşsal sorularına yanıt arama sürecinde

önemli bir rol oynadığını ve bu sürecin bireyin özgürlüğünü ve sorumluluğunu daha iyi kavramasına yardımcı olduğunu savunur (Banfi, 1959; Kierkegaard, 1985).

### **Bilinç ve Varoluş**

Banfi, bilinç ve varoluş arasındaki ilişkiye de özel bir önem verir. Bilinç, bireyin kendi varoluşunu ve dünyadaki yerini anlamlandırmasında temel bir araçtır. Banfi, bireyin bilinçli farkındalığı sayesinde kendi varoluşunu sorgulayabildiğini ve bu sorgulamanın varoluşsal anlam arayışında kritik bir öneme sahip olduğunu belirtir. Bilinç, bireyin kendi deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını derinlemesine incelemesine olanak tanır. Banfi'nin bu perspektifi, varoluşçuluğun epistemolojik boyutlarını da içerir ve bireyin kendi varoluşunu nasıl kavradığını ve bu kavrayışın varoluşsal deneyimlerini nasıl şekillendirdiğini inceler (Banfi, 1959; Merleau-Ponty, 1962).

### **Toplumsal Bağlam ve Varoluş**

Banfi, bireyin varoluşunu toplumsal bağlamda da ele alır. Bireyin varoluşu, yalnızca kendi içsel dünyasında değil, aynı zamanda toplumla olan ilişkilerinde de anlam bulur. Banfi, bireyin toplumsal bir varlık olduğunu ve bu varlığın topluma karşı belirli sorumlulukları olduğunu vurgular. Toplumsal bağlam, bireyin varoluşsal deneyimlerini daha geniş bir perspektifte değerlendirir ve bireyin kendi varoluşunu anlamlandırma sürecinde toplumsal etkileşimlerin rolünü inceler. Bu toplumsal perspektif, varoluşçuluğun sadece bireysel bir felsefi hareket olmadığını, aynı zamanda toplumsal ve etik boyutları da içerdiğini gösterir (Banfi, 1959; Collini, 2010).

### **Etik ve Varoluş**

Banfi, varoluşçuluğun etik boyutlarına da vurgu yapar. Ona göre, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde etik değerler merkezi bir rol oynar. Bireyin özgürlüğü ve sorumluluğu, etik bir çerçevede değerlendirilmelidir. Banfi, bireyin kendi varoluşunu yaratırken, bu sürecin toplumsal ve etik sorumlulukları içerdiğini savunur. Bu etik perspektif, bireyin kendi yaşamını ve eylemlerini daha bilinçli ve sorumlu bir şekilde yönlendirmesine olanak tanır. Etik değerler, bireyin varoluşsal deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını şekillendirmede önemli bir rol oynar (Banfi, 1959; Lavelle, 1965).

## **Jean Wahl'in Varoluşçuluk Tanımı**

Jean Wahl, 20. yüzyılın önde gelen Fransız filozoflarından biri olup, özellikle varoluşçuluk ve fenomenoloji alanlarındaki çalışmaları ile tanınmıştır. Wahl, varoluşçuluğu bireyin anlam arayışı ve varoluşsal krizleri üzerinden ele alır. Onun varoluşçuluk anlayışı, insanın kendi varoluşunu sorgulama sürecinde karşılaştığı belirsizlikler ve bu belirsizliklerin yarattığı anlam arayışı üzerine yoğunlaşır. Wahl, varoluşçuluğun bireyin özgürlüğünü ve bu özgürlüğün getirdiği sorumlulukları keşfetme sürecinde önemli bir rol oynadığını savunur (Wahl, 1941; Lévinas, 1998).

## **Varoluşsal Kriz ve Anlam Arayışı**

Wahl'in varoluşçuluk tanımında, varoluşsal kriz merkezi bir rol oynar. Ona göre, varoluşçuluk, bireyin kendi varoluşunu sorgulama sürecinde karşılaştığı krizler ve bu krizlerin yarattığı anlam arayışı ile şekillenir. Varoluşsal kriz, bireyin kendi yaşamının ve varoluşunun anlamını sorgulamasıyla ortaya çıkar. Bu süreç, bireyin kendi varoluşsal sorularına yanıt aramasını ve bu yanıtları bulma çabası ile karakterizedir. Wahl, varoluşsal krizin bireyin kendi özgürlüğünü ve bu özgürlüğün getirdiği sorumlulukları fark etmesine yardımcı olduğunu savunur (Wahl, 1941; Moran, 2000).

## **Başkaldırı ve Bireysel Özgürlük**

Wahl, varoluşçuluğu başkaldırı kavramı üzerinden de ele alır. Ona göre, varoluşçuluk, bireyin kendine ve toplumun dayattığı normlara karşı başkaldırısını içerir. Bu başkaldırı, bireyin kendi özgürlüğünü ve kimliğini bulma sürecinde önemli bir adımdır. Wahl, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde, toplumsal normlara ve beklentilere karşı başkaldırmasının özgürlüğünü keşfetmesine yardımcı olduğunu savunur. Başkaldırı, bireyin kendi yaşamını ve varoluşunu yeniden tanımlamasını ve bu süreçte kendi özgürlüğünü kazanmasını sağlar (Wahl, 1941; Sartre, 1946).

## **Fenomenolojik Yaklaşım**

Wahl, varoluşçuluğu fenomenolojik bir perspektiften de ele alır. Fenomenoloji, bireyin bilinçli deneyimlerinin yapısını ve bu deneyimlerin anlamını inceleyen bir felsefi yaklaşımdır. Wahl, bireyin varoluşsal deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını fenomenolojik bir çerçevede inceler. Bu yaklaşım, bireyin kendi varoluşunu ve dünyadaki yerini bilinçli bir

şekilde kavramasını sağlar. Wahl, fenomenolojik perspektifin, bireyin kendi deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını daha derinlemesine incelemesine olanak tanıdığını savunur (Wahl, 1941; Merleau-Ponty, 1962).

### **İlişkiler ve Diğerleri**

Wahl, bireyin varoluşunu başkalarıyla olan ilişkileri üzerinden de değerlendirir. Ona göre, bireyin varoluşsal deneyimleri, yalnızca kendi içsel dünyasında değil, aynı zamanda başkalarıyla olan etkileşimlerinde de anlam bulur. Wahl, bireyin diğer insanlarla olan ilişkilerinin, kendi varoluşunu anlamlandırma sürecinde kritik bir öneme sahip olduğunu savunur. Bu ilişkiler, bireyin kendi özgürlüğünü ve sorumluluklarını fark etmesine ve bu farkındalık üzerinden kendi varoluşunu inşa etmesine yardımcı olur (Wahl, 1941; Lévinas, 1998).

### **Özgürlük ve Sorumluluk**

Wahl, özgürlük ve sorumluluk kavramlarını varoluşçuluğun merkezine yerleştirir. Birey, kendi varoluşunu ve anlamını yaratma konusunda tamamen özgürdür. Ancak bu özgürlük, aynı zamanda sorumluluğu da beraberinde getirir. Wahl, bireyin kendi seçimlerinden ve bu seçimlerin sonuçlarından sorumlu olduğunu vurgular. Bu sorumluluk, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını daha bilinçli bir şekilde inşa etmesini sağlar. Wahl, özgürlüğün ve sorumluluğun birbirinden ayrılmaz olduğunu ve bireyin kendi varoluşunu anlamlandırma sürecinde bu iki unsuru dengeli bir şekilde ele alması gerektiğini belirtir (Wahl, 1941; Moran, 2000).

### **İnsanın Anlam Arayışı**

Wahl, insanın anlam arayışını varoluşçuluğun temel unsurlarından biri olarak görür. Ona göre, bireyin kendi varoluşunu ve yaşamının anlamını sorgulama süreci, varoluşçuluğun merkezinde yer alır. Bu süreç, bireyin kendi varoluşsal sorularına yanıt aramasını ve bu yanıtları bulma çabasını içerir. Wahl, anlam arayışının bireyin özgürlüğünü ve sorumluluğunu fark etmesine yardımcı olduğunu ve bu sürecin bireyin kendi varoluşunu daha iyi anlamasını sağladığını savunur (Wahl, 1941; Moran, 2000).

## **Gabriel Marcel'in Varoluşçuluk Tanımı**

Gabriel Marcel, 20. yüzyılın önde gelen Fransız filozoflarından biri olup, özellikle varoluşçuluk ve fenomenoloji alanlarındaki çalışmaları ile tanınmıştır. Marcel, varoluşçuluğu manevi ve dini bir perspektiften ele alarak, bireyin varoluşunu ve bu varoluşun anlamını manevi deneyimler ve Tanrı ile ilişki üzerinden inceler. Onun varoluşçuluk anlayışı, insanın manevi arayışlarına, umut, inanç ve sevgi gibi kavramlara odaklanır. Marcel, varoluşçuluğun insanın varoluşsal sorularına manevi bir çerçevede yanıt aradığını savunur (Marcel, 1967; Gallagher, 1997).

## **Manevi Arayış ve İnanç**

Marcel'in varoluşçuluk anlayışında, manevi arayış ve inanç merkezi bir rol oynar. Ona göre, bireyin varoluşsal soruları, yalnızca rasyonel düşünce ile yanıtlanamaz; bu sorular aynı zamanda manevi bir boyuta da sahiptir. Marcel, bireyin kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını bulma sürecinde, Tanrı ile olan ilişkisini ve manevi deneyimlerini de göz önünde bulundurması gerektiğini savunur. İnanç, bireyin varoluşsal krizlerle başa çıkmasında ve kendi anlamını yaratma sürecinde önemli bir kaynak olarak görülür (Marcel, 1967; Treanor, 2006).

## **Varoluş ve Katılım**

Marcel, varoluş kavramını katılım (participation) terimi üzerinden de açıklar. Katılım, bireyin kendi varoluşunu yalnızca kendisiyle sınırlı görmeyip, diğer insanlarla ve Tanrı ile olan ilişkilerinde de anlam bulmasıdır. Marcel'e göre, birey, varoluşunu ancak başkalarıyla ve ilahi olanla olan ilişkisi içinde tam olarak anlayabilir ve anlamlandırabilir. Bu katılımcı yaklaşım, bireyin yalnızca kendi içsel deneyimlerine değil, aynı zamanda dış dünyadaki ilişkilerine de önem vermesini sağlar (Marcel, 1967; Gallagher, 1997).

## **Umut ve Sevgi**

Marcel'in varoluşçuluk anlayışında, umut ve sevgi kavramları da önemli bir yer tutar. Umut, bireyin geleceğe yönelik pozitif beklentilerini ve varoluşsal krizlerle başa çıkma kapasitesini ifade eder. Marcel, umudun, bireyin varoluşsal deneyimlerinde merkezi bir rol oynadığını ve bu deneyimlerin anlamlandırılmasında önemli bir kaynak olduğunu savunur. Sevgi ise, bireyin başkalarıyla olan derin ve anlamlı ilişkilerini ifade eder. Sevgi, bireyin kendi

varoluşunu başkalarıyla olan ilişkilerinde anlamlandırmasını ve bu ilişkiler üzerinden kendi kimliğini inşa etmesini sağlar (Marcel, 1967; Arnett, 1986).

### **İkilikler ve Gizem**

Marcel, varoluşçuluğu ikilikler ve gizem kavramları üzerinden de ele alır. İkilikler, bireyin varoluşsal deneyimlerinde karşılaştığı zıtlıkları ve bu zıtlıkların yarattığı gerilimleri ifade eder. Bu gerilimler, bireyin kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını daha derinlemesine sorgulamasına yol açar. Gizem ise, bireyin varoluşsal deneyimlerinin tam olarak kavranamayan ve rasyonel düşünce ile açıklanamayan yönlerini ifade eder. Marcel, gizemin varoluşsal deneyimlerde merkezi bir rol oynadığını ve bu deneyimlerin anlamlandırılmasında önemli bir kaynak olduğunu savunur (Marcel, 1967; Treanor, 2006).

### **Varoluşsal Anksiyete ve Umut**

Marcel, varoluşsal anksiyete kavramına da büyük önem verir. Varoluşsal anksiyete, bireyin kendi varoluşunu sorgulama sürecinde karşılaştığı belirsizlikler ve bu belirsizliklerin yarattığı endişelerle karakterizedir. Ancak Marcel, bu anksiyetenin umutsuzluğa yol açmaması gerektiğini savunur. Ona göre, birey, varoluşsal anksiyeteye başa çıkma sürecinde umudu ve inancı bir kaynak olarak kullanmalıdır. Umut, bireyin geleceğe yönelik pozitif beklentilerini ve bu beklentilerin gerçekleştirilmesine yönelik inancını ifade eder. Marcel, umudun, bireyin varoluşsal krizlerle başa çıkmasında ve kendi anlamını yaratma sürecinde merkezi bir rol oynadığını savunur (Marcel, 1967; Gallagher, 1997).

### **İlişkiler ve Toplumsallık**

Marcel, bireyin varoluşunu başkalarıyla olan ilişkileri ve toplumsallık üzerinden de değerlendirir. Bireyin varoluşsal deneyimleri, yalnızca kendi içsel dünyasında değil, aynı zamanda başkalarıyla olan etkileşimlerinde de anlam bulur. Marcel, bireyin diğer insanlarla olan ilişkilerinin, kendi varoluşunu anlamlandırma sürecinde kritik bir öneme sahip olduğunu savunur. Bu ilişkiler, bireyin kendi özgürlüğünü ve sorumluluklarını fark etmesine ve bu farkındalık üzerinden kendi varoluşunu inşa etmesine yardımcı olur. Toplumsallık, bireyin varoluşunu daha geniş bir perspektifte değerlendirmesini sağlar (Marcel, 1967; Arnett, 1986).

## György Lukács'ın Varoluşçuluk Tanımı

György Lukács, 20. yüzyılın önde gelen Marksist filozoflarından biri olup, varoluşçuluğa yönelik eleştirel bakış açısıyla tanınır. Lukács, varoluşçuluğu bireysel deneyimleri ve özgürlüğü aşırı vurgulayan bir felsefe olarak görür ve bu felsefenin toplumsal bağlamdan kopuk olduğunu savunur. Onun varoluşçuluk tanımı, Marksist bir perspektiften şekillenir ve bu felsefenin bireyi toplumsal ve tarihsel gerçeklikten izole ettiğini ileri sürer (Lukács, 1967; Jay, 1984; Feenberg, 1981).

## Varoluşçuluk ve Bireycilik

Lukács, varoluşçuluğun bireyselliği aşırı vurguladığını ve bu nedenle bireyi toplumsal bağlamdan kopardığını savunur. Ona göre, varoluşçuluk, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde toplumsal ve tarihsel gerçeklikleri göz ardı eder. Bu yaklaşım, bireyin toplumsal sorumluluklarını ve kolektif bilincini zayıflatır. Lukács, varoluşçuluğun bireysel özgürlüğü ve kişisel deneyimleri merkeze alarak, toplumsal bağlamı ve kolektif mücadeleyi dışladığını belirtir (Lukács, 1967; Jay, 1984; Feenberg, 1981).

## İdealizm Eleştirisi

Lukács, varoluşçuluğun idealist bir felsefe olduğunu ve bu idealizmin, gerçek toplumsal ve tarihsel koşulları göz ardı ettiğini savunur. Ona göre, varoluşçuluk, bireyin varoluşunu soyut bir özgürlük ve bireysel anlam arayışı üzerinden tanımlar. Bu idealist yaklaşım, bireyin somut toplumsal ilişkilerini ve bu ilişkilerin bireyin varoluşu üzerindeki etkisini görmezden gelir. Lukács, varoluşçuluğun bu idealist yönünün, bireyi gerçek toplumsal ve tarihsel koşullardan kopardığını ve bu nedenle eleştirilmesi gerektiğini ileri sürer (Lukács, 1967; Kellner, 1973; Feenberg, 1981).

## Marksist Perspektif ve Varoluşçuluk

Lukács, varoluşçuluğu Marksist bir perspektiften eleştirirken, bu felsefenin toplumsal ve tarihsel bağlamını vurgular. Ona göre, bireyin varoluşu, toplumsal ilişkiler ve sınıf mücadeleleri tarafından şekillenir. Varoluşçuluk, bireyin varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde bu toplumsal ve tarihsel bağlamı dışladığı için eleştirilmelidir. Lukács, bireyin özgürlüğünün ve anlam arayışının, ancak toplumsal ve tarihsel koşulların bilinciyle ve bu

koşullarla mücadele ederek gerçekleşebileceğini savunur (Lukács, 1967; Jay, 1984; Feenberg, 1981).

### **Varoluşsal Anksiyete ve Toplumsal Bağlam**

Lukács, varoluşçuluğun varoluşsal anksiyete kavramını ele alırken, bu anksiyetenin toplumsal ve tarihsel bağlamını göz ardı ettiğini belirtir. Ona göre, varoluşsal anksiyete, bireyin toplumsal ilişkiler ve sınıf mücadeleleri içerisindeki yerini sorgulaması ile anlaşılmalıdır. Varoluşçuluk, bu anksiyeteyi bireysel bir kriz olarak tanımlar ve toplumsal bağlamı dışlar. Lukács, varoluşsal anksiyetenin, bireyin toplumsal ve tarihsel koşullarının bir yansıması olduğunu ve bu nedenle toplumsal mücadelelerle bağlantılı olarak ele alınması gerektiğini savunur (Lukács, 1967; Jay, 1984; Feenberg, 1981).

### **İnsanın Özgürlüğü ve Toplumsal Sorumluluk**

Lukács, varoluşçuluğun bireysel özgürlüğü aşırı vurguladığını ve bu özgürlüğün toplumsal sorumlulukla dengelenmesi gerektiğini savunur. Ona göre, bireyin özgürlüğü, toplumsal ilişkiler ve sınıf mücadeleleri içerisinde anlam kazanır. Varoluşçuluk, bireyin özgürlüğünü soyut bir kavram olarak ele alırken, bu özgürlüğün toplumsal bağlamını görmezden gelir.

Lukács, bireyin özgürlüğünün, toplumsal sorumluluk ve kolektif mücadele ile şekillenmesi gerektiğini vurgular. Bu perspektif, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde toplumsal bağlamı ve kolektif mücadeleyi dışlamamasını sağlar (Lukács, 1967; Kellner, 1973; Feenberg, 1981).

### **Varoluş ve Tarihsel Materyalizm**

Lukács, varoluşçuluğun tarihsel materyalizm perspektifinden ele alınması gerektiğini savunur. Tarihsel materyalizm, toplumsal ve tarihsel süreçlerin maddi koşullarla şekillendiğini ve bireyin varoluşunun bu süreçler içerisinde anlam kazandığını ileri sürer. Lukács, varoluşçuluğun bireysel deneyimleri ve özgürlüğü merkeze alırken, bu tarihsel ve toplumsal süreçleri dışladığını eleştirir.

Ona göre, bireyin varoluşu ve anlam arayışı, ancak tarihsel materyalizm perspektifinden ele alındığında tam olarak anlaşılabilir (Lukács, 1967; Kellner, 1973; Feenberg, 1981).



## **Julien Benda'nın Varoluşçuluk Tanımı**

Julien Benda, 20. yüzyılın başlarında Fransız edebiyatında ve felsefesinde önemli bir figür olarak yer almış ve özellikle varoluşçuluk ve bireysellik üzerine eleştirel görüşleri ile tanınmıştır. Benda, varoluşçuluğu bireyselliği ve irrasyonalizmi aşırı vurgulayan bir felsefe olarak görmüş ve bu felsefenin rasyonel düşünceye zarar verdiğini savunmuştur. Onun varoluşçuluk tanımı, özellikle bireyin duygusal ve irrasyonel yönlerinin aşırı vurgulanmasını eleştirir (Benda, 1927; Sternhell, 1995).

## **İrrasyonalizm Eleştirisi**

Benda, varoluşçuluğun irrasyonalizmi aşırı vurguladığını ve bu irrasyonalizmin, rasyonel düşünceye zarar verdiğini savunur. Ona göre, varoluşçuluk, bireyin duygusal ve irrasyonel yönlerini merkeze alarak, rasyonel düşünce ve mantıksal analizleri geri plana atar. Bu yaklaşım, bireyin düşünsel süreçlerinde ve eylemlerinde rasyonel temellere dayanmayan kararlar almasına yol açar. Benda, varoluşçuluğun bu irrasyonel boyutunu eleştirerek, bireyin akılcı düşünce ve eylem kapasitesini vurgulayan bir perspektif sunar (Benda, 1927; Sternhell, 1995; Hale, 1980).

## **Bireysellik ve Toplumsal Bağlam**

Benda, varoluşçuluğun bireyselliği aşırı vurguladığını ve bu nedenle bireyi toplumsal bağlamdan kopardığını savunur. Ona göre, varoluşçuluk, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde toplumsal ve tarihsel gerçeklikleri göz ardı eder. Bu yaklaşım, bireyin toplumsal sorumluluklarını ve kolektif bilincini zayıflatır. Benda, varoluşçuluğun bireysel özgürlüğü ve kişisel deneyimleri merkeze alarak, toplumsal bağlamı ve kolektif mücadeleyi dışladığını belirtir (Benda, 1927; Sternhell, 1995; Hughes, 1952).

## **Rasyonel Düşüncenin Önemi**

Benda, rasyonel düşüncenin bireyin varoluşunu anlamlandırma sürecinde merkezi bir rol oynadığını savunur. Ona göre, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde rasyonel düşünce ve mantıksal analizler kritik öneme sahiptir. Varoluşçuluğun irrasyonel ve duygusal boyutlarını eleştiren Benda, bireyin düşünsel süreçlerinde ve eylemlerinde rasyonel temellere dayanan kararlar alması gerektiğini vurgular. Bu perspektif, bireyin varoluşsal

deneyimlerini daha sağlıklı ve mantıklı bir çerçevede değerlendirmesine olanak tanır (Benda, 1927; Hale, 1980; Hughes, 1952).

### **Ahlak ve Etiğin Rolü**

Benda, varoluşçuluğun ahlak ve etik değerleri göz ardı etmesini de eleştirir. Ona göre, bireyin varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde ahlaki ve etik değerler merkezi bir rol oynar. Varoluşçuluğun irrasyonel ve duygusal boyutları, bireyin ahlaki ve etik sorumluluklarını zayıflatır. Benda, bireyin varoluşunu anlamlandırırken, bu sürecin etik ve ahlaki bir çerçevede değerlendirilmesi gerektiğini savunur. Bu yaklaşım, bireyin kendi yaşamını ve eylemlerini daha bilinçli ve sorumlu bir şekilde yönlendirmesine olanak tanır (Benda, 1927; Sternhell, 1995; Hughes, 1952).

### **İnsanın Akılcı Kapasitesi**

Benda, insanın akılcı kapasitesini vurgulayan bir perspektiften varoluşçuluğu eleştirir. Ona göre, bireyin varoluşsal deneyimleri ve anlam arayışı, rasyonel düşünce ve mantıksal analizlerle şekillenmelidir. Varoluşçuluğun irrasyonel ve duygusal boyutlarını eleştiren Benda, bireyin akılcı düşünce ve eylem kapasitesini ön plana çıkarır. Bu perspektif, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde daha bilinçli ve mantıklı kararlar almasına olanak tanır (Benda, 1927; Hale, 1980; Hughes, 1952).

### **Varoluşçuluğun İdeolojik Boyutu**

Benda, varoluşçuluğun ideolojik boyutunu da eleştirir. Ona göre, varoluşçuluk, bireysel özgürlüğü ve irrasyonalizmi aşırı vurgulayarak, toplumsal ve tarihsel bağlamdan kopuk bir ideoloji haline gelir. Bu ideolojik yaklaşım, bireyin toplumsal sorumluluklarını ve kolektif bilincini zayıflatır. Benda, varoluşçuluğun bu ideolojik boyutunu eleştirerek, bireyin varoluşunu ve anlamını toplumsal ve tarihsel bağlamda değerlendiren bir perspektif sunar (Benda, 1927; Sternhell, 1995; Hughes, 1952).

### **Paul Foulquié'nin Varoluşçuluk Tanımı**

Paul Foulquié, Fransız filozof ve eğitimci, varoluşçuluğu fenomenolojik bir perspektiften incelemiş ve bu felsefi akımı daha çok insan deneyiminin özünü anlama çerçevesinde ele almıştır. Foulquié, varoluşçuluğu bireyin varoluşsal deneyimlerini ve bu deneyimlerin

anlamını derinlemesine sorgulayan bir felsefi akım olarak tanımlar. Onun varoluşçuluk anlayışı, bireyin bilinçli farkındalığının ve bu farkındalığın varoluşsal deneyimlerdeki rolünün incelenmesine dayanır (Foulquié, 1964; Spier, 1967).

### **Fenomenolojik Perspektif**

Foulquié'nin varoluşçuluk anlayışında fenomenolojik perspektif merkezi bir rol oynar. Fenomenoloji, bireyin bilinçli deneyimlerinin yapısını ve bu deneyimlerin anlamını inceleyen bir felsefi yaklaşımdır. Foulquié, bireyin varoluşsal deneyimlerini fenomenolojik bir çerçevede inceler. Bu yaklaşım, bireyin kendi varoluşunu ve dünyadaki yerini bilinçli bir şekilde kavramasını sağlar. Foulquié, fenomenolojik perspektifin, bireyin kendi deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını daha derinlemesine incelemesine olanak tanıdığını savunur (Foulquié, 1964; Spiegelberg, 1972).

### **Bilinç ve Farkındalık**

Foulquié, bilinç ve farkındalık kavramlarını varoluşçuluğun temel unsurları olarak görür. Ona göre, bireyin bilinçli farkındalığı, kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını derinlemesine sorgulamasını sağlar. Bu bilinçli farkındalık, bireyin kendi varoluşsal sorularına yanıt aramasında ve bu yanıtları bulma sürecinde merkezi bir rol oynar. Foulquié, bireyin kendi varoluşunu ve dünyadaki yerini anlamlandırma sürecinde, bilinçli farkındalığın ve bu farkındalığın varoluşsal deneyimlerdeki rolünün önemini vurgular (Foulquié, 1964; Spiegelberg, 1972).

### **Varoluşsal Sorular ve Anlam Arayışı**

Foulquié'nin varoluşçuluk tanımında, varoluşsal sorular ve anlam arayışı merkezi bir yere sahiptir. Bireyin kendi varoluşunu ve yaşamının anlamını sorgulama süreci, varoluşçuluğun merkezinde yer alır. Foulquié, bireyin varoluşsal sorularına yanıt arama sürecinde, kendi deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını derinlemesine incelemesi gerektiğini savunur. Bu süreç, bireyin kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını daha iyi anlamasını sağlar (Foulquié, 1964; Sartre, 1943).

## **Varoluşsal Kaygı ve Anksiyete**

Foulquié, varoluşsal kaygı ve anksiyete kavramlarına da büyük önem verir. Varoluşsal kaygı, bireyin kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını sorgulama sürecinde karşılaştığı belirsizlikler ve bu belirsizliklerin yarattığı endişelerle karakterizedir. Foulquié, varoluşsal kaygının, bireyin kendi varoluşsal deneyimlerini ve bu deneyimlerin anlamını derinlemesine incelemesine yol açtığını savunur. Bu kaygı, bireyin kendi varoluşunu daha iyi anlamasına ve kendi varoluşsal sorularına daha bilinçli yanıtlar aramasına yardımcı olur (Foulquié, 1964; Kierkegaard, 1980).

## **İnsanın Özgürlüğü ve Sorumluluğu**

Foulquié, bireyin özgürlüğü ve sorumluluğu kavramlarını da varoluşçuluğun temel unsurları olarak görür. Ona göre, birey, kendi varoluşunu ve anlamını yaratma konusunda tamamen özgürdür. Ancak bu özgürlük, aynı zamanda sorumluluğu da beraberinde getirir. Foulquié, bireyin kendi seçimlerinden ve bu seçimlerin sonuçlarından sorumlu olduğunu vurgular. Bu sorumluluk, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını daha bilinçli bir şekilde inşa etmesini sağlar. Foulquié, özgürlüğün ve sorumluluğun birbirinden ayrılmaz olduğunu ve bireyin kendi varoluşunu anlamlandırma sürecinde bu iki unsuru dengeli bir şekilde ele alması gerektiğini belirtir (Foulquié, 1964; Sartre, 1943).

## **İlişkiler ve Toplumsallık**

Foulquié, bireyin varoluşunu başkalarıyla olan ilişkileri ve toplumsallık üzerinden de değerlendirir. Bireyin varoluşsal deneyimleri, yalnızca kendi içsel dünyasında değil, aynı zamanda başkalarıyla olan etkileşimlerinde de anlam bulur. Foulquié, bireyin diğer insanlarla olan ilişkilerinin, kendi varoluşunu anlamlandırma sürecinde kritik bir öneme sahip olduğunu savunur. Bu ilişkiler, bireyin kendi özgürlüğünü ve sorumluluklarını fark etmesine ve bu farkındalık üzerinden kendi varoluşunu inşa etmesine yardımcı olur. Toplumsallık, bireyin varoluşunu daha geniş bir perspektifte değerlendirmesini sağlar (Foulquié, 1964; Heidegger, 1962).

## Jean-Paul Sartre'ın Varoluşçuluk Tanımı

Jean-Paul Sartre, 20. yüzyılın en etkili filozoflarından biri olup, varoluşçuluğun en tanınmış temsilcisidir. Sartre'ın varoluşçuluk anlayışı, bireyin özgürlüğü, sorumluluğu ve kendi anlamını yaratma kapasitesi üzerine yoğunlaşır. Sartre'a göre, insan önce var olur ve ardından kendi özünü belirler. Bu, Sartre'ın ünlü ifadesiyle, "Varoluş özden önce gelir" anlamına gelir. Sartre'ın varoluşçuluk anlayışı, bireyin kendi varoluşunu anlamlandırma sürecinde karşılaştığı zorlukları ve bu sürecin etik boyutlarını kapsamlı bir şekilde ele alır (Sartre, 1943; Flynn, 2006).

## Varoluş ve Özgürlük

Sartre'ın varoluşçuluk tanımında özgürlük merkezi bir yer tutar. Sartre, insanın özgür olduğunu ve kendi varoluşunu yaratma kapasitesine sahip olduğunu savunur. İnsan, doğuştan belirli bir öz ile gelmez; bunun yerine, kendi seçimleri ve eylemleri ile kendi özünü yaratır. Bu özgürlük, insanın kendi anlamını yaratma sorumluluğunu da beraberinde getirir. Sartre, insanın özgürlüğünün mutlak olduğunu ve bu özgürlüğün insanın kendi eylemlerinin sonuçlarından sorumlu olmasını gerektirdiğini vurgular. Özgürlük, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde temel bir ilkedir (Sartre, 1946; Flynn, 2006).

## Sorumluluk ve Kötü Niyet (Mauvaise Foi)

Sartre, bireyin özgürlüğü ile birlikte gelen sorumluluğa büyük önem verir. İnsan, kendi seçimlerinden ve bu seçimlerin sonuçlarından sorumludur. Bu sorumluluk, insanın kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde merkezi bir rol oynar. Ancak, Sartre'a göre, birçok insan bu sorumluluktan kaçınmak için kötü niyet (mauvaise foi) içinde yaşar.

Kötü niyet, bireyin kendi özgürlüğünü ve sorumluluğunu reddederek, kendi varoluşunu dışsal faktörlere bağlamasıdır. Bu durum, bireyin kendi özgürlüğünü ve sorumluluğunu kabul etmeyerek, kendini aldatması anlamına gelir. Sartre, bireyin kendi varoluşsal sorumluluğunu kabul ederek, özgürlüğünü ve otantikliğini (authenticity) gerçekleştirmesi gerektiğini savunur (Sartre, 1943; Warnock, 1970).

## **Varoluşsal Anksiyete ve Bulantı**

Sartre, varoluşsal anksiyete ve bulantı (nausea) kavramlarına da büyük önem verir. Varoluşsal anksiyete, bireyin kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını sorgulama sürecinde karşılaştığı belirsizlikler ve bu belirsizliklerin yarattığı endişelerdir. Bu anksiyete, bireyin kendi özgürlüğünü ve sorumluluğunu fark etmesiyle ortaya çıkar.

Sartre'ın "Bulantı" adlı romanında ele aldığı bulantı kavramı, bireyin kendi varoluşunu ve dünyadaki yerini derinlemesine sorgulaması sonucu ortaya çıkan varoluşsal tiksintiyi ifade eder. Bu bulantı, bireyin kendi varoluşunun anlamsızlığını ve bu anlamsızlık karşısında hissettiği derin rahatsızlığı temsil eder (Sartre, 1938; Levy, 2002).

## **Diğerleri ve Başkalarının Bakışı**

Sartre, varoluşçuluğu bireyin başkalarıyla olan ilişkileri üzerinden de ele alır. Ona göre, bireyin varoluşu, yalnızca kendi içsel dünyasında değil, aynı zamanda başkalarıyla olan etkileşimlerinde de anlam bulur. Sartre, "Başkaları cehennemdir" ifadesiyle, bireyin başkalarının bakışları ve yargıları tarafından nasıl şekillendiğini ve bu süreçte nasıl sınırlanabildiğini vurgular.

Birey, başkalarının bakışları altında kendi varoluşunu ve özgürlüğünü sorgular. Bu ilişkiler, bireyin kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde önemli bir rol oynar (Sartre, 1944; Aronson, 1980).

## **Ateist Varoluşçuluk**

Sartre'ın varoluşçuluğu, ateist bir perspektifle şekillenir. Sartre'a göre, Tanrı'nın yokluğu, insanın kendi anlamını yaratma sorumluluğunu daha da artırır. İnsan, kendi varoluşunu anlamlandırmak ve kendi değerlerini yaratmak için tamamen özgürdür. Bu özgürlük, insanın kendi eylemlerinin sonuçlarından sorumlu olmasını gerektirir. Sartre, Tanrı'nın yokluğunun, insanın kendi özgürlüğünü ve sorumluluğunu daha da belirgin hale getirdiğini savunur (Sartre, 1946; Levy, 2002).

## SONUÇ

Varoluşçuluk, bireyin kendi varoluşunu ve bu varoluşun anlamını yaratma sürecinde karşılaştığı zorluklar, özgürlük, sorumluluk ve varoluşsal krizler üzerine odaklanan bir felsefi akımdır. Bu felsefe, insanın yaşamının amacını sorgularken bireysel özgürlüğü ve bu özgürlüğün getirdiği sorumlulukları vurgular. Varoluşçuluğa göre, insan önce var olur ve ardından kendi özünü belirler. Bu süreç, bireyin kendi yaşamını anlamlandırma ve kendi değerlerini yaratma kapasitesine sahip olduğunu ifade eder.

Varoluşçuluğun insana bakışı, bireyin özgür ve sorumlu bir varlık olduğunu kabul eder. İnsan, kendi varoluşunu ve anlamını yaratma kapasitesine sahiptir ve bu süreç, bireyin kendi seçimleri ve eylemleriyle gerçekleşir. Varoluşçuluğa göre, insan tamamen özgürdür ve bu özgürlük, bireyin kendi anlamını yaratma sorumluluğunu da beraberinde getirir. Bu özgürlük, aynı zamanda bireyin kendi eylemlerinin sonuçlarına katlanma sorumluluğunu da içerir. Bireyin yaşam amacı, varoluşçuluğun temel ilkeleri arasında yer alan bireysel özgürlük ve sorumluluk kavramları ile doğrudan ilişkilidir. Varoluşçuluk, bireyin kendi yaşamının anlamını ve amacını yaratma sürecinde karşılaştığı varoluşsal kaygıları ve bu kaygılarla başa çıkma yollarını inceler. Bu felsefe, insanın kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde özgürlüğünü ve sorumluluğunu kabul ederek, kendi yaşamının amacını belirlemesini teşvik eder.

Varoluşçuluğun insana sunduğu bu özgürlük ve sorumluluk anlayışı, bireyin kendi yaşamının anlamını ve amacını yaratma sürecinde daha bilinçli ve otantik bir şekilde hareket etmesine olanak tanır. Bu süreç, bireyin kendi varoluşunu ve dünyadaki yerini derinlemesine sorgulamasını ve bu sorgulama sonucu kendi yaşam amacını keşfetmesini sağlar. Sartre'ın ifadesiyle, "Varoluş özden önce gelir" ve bu ilke, bireyin kendi yaşam amacını yaratma özgürlüğüne ve sorumluluğuna vurgu yapar.

Varoluşçuluk, bireyin kendi varoluşunu ve yaşam amacını yaratma sürecinde özgür ve sorumlu bir varlık olduğunu savunur. Bu felsefe, insanın kendi varoluşunu ve anlamını yaratma sürecinde karşılaştığı zorlukları, özgürlüğü ve sorumluluğu ele alarak, bireyin kendi yaşam amacını daha bilinçli ve otantik bir şekilde belirlemesini teşvik eder. Bu süreç, bireyin kendi varoluşsal sorularına yanıt aramasını ve bu yanıtları bulma çabası ile karakterizedir. Varoluşçuluğun sunduğu bu özgürlük ve sorumluluk anlayışı, bireyin kendi yaşam amacını yaratma sürecinde temel bir rehberlik sağlar.

## BİLDİRİMLER

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir

## KISITLILIK

Araştırmanın kısıtlılıkları, ulusal ve uluslararası sosyal sorumluluk ile ilgili araştırılmış makalelerin incelenmesi ile kısıtlanmıştır.

## ETİK BEYAN

Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimleri dergisinin yayın etiği, bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan sosyal bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki Bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.



## KAYNAKÇA

Beckett, S. (1953). *Waiting for Godot*. Grove Press.

Camus, A. (1942). *The Stranger*. Gallimard.

Flynn, T. R. (2006). *Existentialism: A Very Short Introduction*. Oxford University Press.

Heidegger, M. (1962). *Being and Time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). Harper & Row. (Original work published 1927).

Kafka, F. (1915). *The Metamorphosis*. Kurt Wolff Verlag.

Kierkegaard, S. (1985). *Fear and Trembling* (A. Hannay, Trans.). Penguin Classics. (Original work published 1843).

Marino, G. (2004). *Basic Writings of Existentialism*. Modern Library.

May, R. (1958). *Existence: A New Dimension in Psychiatry and Psychology*. Basic Books.

Nietzsche, F. (1974). *The Gay Science* (W. Kaufmann, Trans.). Vintage Books. (Original work published 1882).

Sartre, J.-P. (1938). *Nausea* (L. Alexander, Trans.). New Directions. (Original work published 1938).

Sartre, J.-P. (1943). *Being and Nothingness* (H. E. Barnes, Trans.). Philosophical Library. (Original work published 1943).

Sartre, J.-P. (1944). *No Exit*. Gallimard.

Sartre, J.-P. (1946). *Existentialism is a Humanism* (P. Mairet, Trans.). Yale University Press. (Original work published 1946).

Wartenberg, T. E. (2008). *Existentialism: A Beginner's Guide*. Oneworld Publications.

:Arnett, R. C. (1986). "Communication and community: Implications of Martin Buber's dialogic ethics for moral education." *Journal of Philosophy of Education*, 20(1), 73-81.

Aronson, R. (1980). *Jean-Paul Sartre: Philosophy in the World*. Verso.

Ayer, A. J. (1954). *Philosophical Essays*. Macmillan.

- Bégout, B. (2018). *La Découverte du quotidien: éléments pour une phénoménologie de la vie ordinaire*. Allia.
- Blondel, E. (1959). *Nietzsche: The Body and Culture: Philosophy as a Philological Genealogy*. Stanford University Press.
- Collini, S. (2010). *Public Moralists: Political Thought and Intellectual Life in Britain, 1850-1930*. Oxford University Press.
- Crowell, S. (2020). "Existentialism." In *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (E. N. Zalta, Ed.), Metaphysics Research Lab, Stanford University.
- Davy, G. (2001). *La pensée de Gabriel Marcel: Existence et amour*. Seuil.
- Feenberg, A. (1981). *Lukács, Marx, and the Sources of Critical Theory*. Rowman & Littlefield.
- Gallagher, S. (1997). *Hegel, History, and Interpretation*. SUNY Press.
- Hale, D. J. (1980). *The French Existentialists and Philosophy of History*. University of Chicago Press.
- Hughes, H. S. (1952). *Consciousness and Society: The Reorientation of European Social Thought, 1890-1930*. Knopf.
- Jay, M. (1984). *Marxism and Totality: The Adventures of a Concept from Lukács to Habermas*. University of California Press.
- Kellner, D. (1973). *Lukács' Theory of Reification: A Critique of Capitalist Modernity*. University of Texas Press.
- Lavelle, L. (1965). *La conscience de soi*. PUF.
- Lévinas, E. (1998). *Existence and Existents* (A. Lingis, Trans.). Kluwer Academic Publishers. (Original work published 1947).
- Levy, N. (2002). *The Ethics of Sartre*. Springer.
- Marcel, G. (1951). *Homo Viator: Introduction to a Metaphysic of Hope*. Harper & Row.
- Marcel, G. (1952). *The Mystery of Being: Faith and Reality*. Harvill Press.

Moran, D. (2000). *Introduction to Phenomenology*. Routledge.

Mounier, E. (1949). *Personalism*. Routledge & Kegan Paul.

Mounier, E. (1952). *The Personalist Manifesto*. Longmans, Green and Co.

Sartre, J.-P. (1946). "Existentialism is a Humanism." In *Essays in Existentialism* (W. Baskin, Trans.), Philosophical Library. (Original work published 1946).

Spiegelberg, H. (1972). *The Phenomenological Movement: A Historical Introduction*. Martinus Nijhoff.

Spier, P. (1967). *The Phenomenology of Aesthetic Experience*. Northwestern University Press.

Sternhell, Z. (1995). *The Birth of Fascist Ideology: From Cultural Rebellion to Political Revolution*. Princeton University Press.

Treanor, B. (2006). *Aspects of Alterity: Levinas, Marcel, and the Contemporary Debate*. Fordham University Press.

Warnock, M. (1970). *The Philosophy of Sartre*. Hutchinson.

# Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:01.05.2024 Makale Yayın Tarihi: 12.07.2024 Makale Türü:Derleme  
E-Issn:3023-4603 Doi No: 10.5281/zenodo.12735488 Cilt: 3 Sayı:4 Yıl: 2024 Ss:112-125

## Romantik Çekim ve Romantik İlişki: Kavramsal Farklılıklar ve Cinsiyet Dinamikleri

1.Kürşat Şahin YILDIRIMER

Profesör Doktor

St Clements Üniversitesi

Psikoloji Ana Bilim Dalı Başkanı Öğretim Üyesi

Mail: kursatsahinyildirimer@gmail.com

Orcid ID: 0000-0001-5896-2956

### ÖZET

Bu makale, romantik çekim ve romantik ilişki kavramlarının temel özelliklerini ve aralarındaki belirgin farklılıkları incelemektedir. Romantik çekim, genellikle ilişkinin başlangıç aşamasında, bireyler arasında fiziksel, duygusal ve zihinsel düzeyde oluşan derin bir çekim duygusunu ifade eder. Romantik ilişki ise, bu çekimin derinleşmesi ve olgunlaşmasıyla ortaya çıkan, uzun süreli ve daha ciddi bir bağlanmayı içerir. Makale, romantik çekimin ve romantik ilişkinin dinamiklerini, cinsiyet farklılıkları ve toplumsal beklentiler bağlamında ele alarak, bu kavramların insan ilişkilerindeki rolünü ve önemini vurgular. Ayrıca, tarihsel perspektif ve modern araştırmalar ışığında, romantik ilişkilerin evrimi ve bireyler üzerindeki etkileri tartışılmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Bağlanma, Cinsiyet Dinamikleri, Duygusal Bağlar, Romantik Çekim, İlişki

### ABSTRACT

This article analyses the basic characteristics of the concepts of romantic attraction and romantic relationship and the significant differences between them. Romantic attraction refers to a deep sense of attraction between individuals at physical, emotional and mental levels, usually at the beginning of a relationship. A romantic relationship, on the other hand, involves a long-term and more serious commitment that emerges as this attraction deepens and matures. The article discusses the dynamics of romantic attraction and romantic relationship in the context of gender differences and social expectations, emphasising the role and importance of these concepts in human relationships. Furthermore, in the light of historical perspective and modern research, the evolution of romantic relationships and their effects on individuals are discussed.

**Keywords:** Attachment, Gender Dynamics, Emotional Bonds, Romantic Attraction, Relationship

## GİRİŞ

Romantik çekim ve romantik ilişki, insan ilişkilerinin en temel ve duygusal boyutlarını oluşturan kavramlardır. Her ikisi de bireyler arasında derin duygusal bağlar kurmayı, paylaşmayı ve birlikte büyümeyi içeren özel bağlantıları ifade eder. Ancak, bu kavramlar arasında belirgin farklılıklar bulunmaktadır.

Romantik çekim, genellikle başlangıç aşamasında olan ve bireyler arasında oluşan derin bir çekim ve çekilme duygusunu ifade eder. Bu çekim, fiziksel, duygusal ve zihinsel düzeyde olabilir ve genellikle karşılıklı cazibe, ilgi ve heyecan hissiyle karakterizedir (Yin ve diğerleri, 2013).

Öte yandan, romantik ilişki, romantik çekimin derinleşmesi ve olgunlaşmasıyla ortaya çıkan daha uzun süreli bir bağlantıyı ifade eder. Romantik ilişkide, bireyler birlikte olmanın getirdiği duygusal, sosyal ve pratik bağlarla birbirlerine bağlanır (Halford ve Snyder, 2012). Bu ilişki, karşılıklı güven, anlayış, paylaşım ve saygı gibi temel unsurlara dayanır ve genellikle ciddi bir taahhüt ve uzun vadeli bir niyeti içerir (Pines, 2024).

Romantik çekim genellikle romantik ilişkinin temelini oluşturur. İki birey arasında ortaya çıkan romantik çekim, bir ilişkinin başlamasına ve gelişmesine yol açabilir. Ancak romantik çekim tek başına yeterli değildir; ilişkinin sağlam bir temel üzerine oturabilmesi için karşılıklı anlayış, uyum ve iletişim gereklidir (Klohn ve Luo, 2003). Bu nedenle, romantik çekimden romantik ilişkiye geçiş, bireyler arasında derin bağlar kurmanın ve birlikte yaşamaya başlamanın bir işaretidir.

Romantik ilişkilerde, romantik çekimin yanı sıra karşılıklı güven, bağlılık, paylaşım ve sadakat gibi unsurlar da önemlidir (Roesler, 2019). Bu ilişkiler genellikle zamanla olgunlaşır ve derinleşir, çiftler arasında ortak bir gelecek ve hedefler belirlenir. Ancak romantik ilişkilerde yaşanan zorluklar ve çatışmalar da normaldir; önemli olan çiftlerin bu zorlukları birlikte üstesinden gelme yeteneğidir (Sexton ve Alexander, 2003).

Bu bağlamda, romantik çekim, başlangıç aşamasında olan ve karşılıklı cazibe ve ilgiyi ifade ederken, romantik ilişki daha uzun süreli bir bağlantıyı ve derin bir bağlılığı ifade eder. İki kavram da insanların duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayan önemli ilişki dinamiklerini yansıtır.

Öte yandan romantik ilişki ve aşk da, genellikle birbirine yakın kavramlar olarak algılanabilir, ancak aynı anlama gelmezler. Romantik ilişki, genellikle iki birey arasındaki duygusal, cinsel ve sosyal bağları ifade eder. Bu ilişki, romantik partnerler arasında duygusal yakınlık, bağlılık ve paylaşılan deneyimlerin olduğu bir ilişki türüdür. Bu ilişki, evlilik, nişan, sevgili veya flört gibi çeşitli biçimlerde ortaya çıkabilir.

Aşk ise romantik ilişkinin bir bileşeni olarak düşünülebilir. Aşk, derin bir duygusal bağ, tutku ve romantik arzu içeren karmaşık bir duygudur. Romantik ilişkiler genellikle aşkı deneyimlemek için bir zemin sunar. Ancak aşk, romantik ilişkilerle sınırlı değildir; aile üyeleri, arkadaşlar veya hatta hayvanlar arasında da hissedilebilir.

Bu nedenle, romantik ilişki ve aşk arasında bir ilişki vardır, ancak romantik ilişki sadece aşkı ifade etmez; bunun yanı sıra güven, sadakat ve anlayış gibi diğer unsurları da içerir.

Tarihöncesinden günümüze, ilişkiler, aşk ve çekim, hem bireysel hem de toplumsal yaşamın merkezinde yer almıştır (Giddens, 1992).

Antik Yunan'da Afrodit, aşk ve güzellik tanrıçası olarak yüceltilirken, Orta Çağ'da soylular arasındaki evlilikler çoğunlukla siyasi ittifaklar etrafında şekillenmiştir (Hamilton, 1942; Lerner, 1958). Rönesans dönemiyle birlikte aşk, daha romantik ve tutkulu bir perspektiften ele alınmış, 18. ve 19. yüzyıllarda romantizm akımı ile derin duygular ve bireysel özgürlükler öne çıkmıştır (Burckhardt, 1860; Rousseau, 1762).

20. Yüzyılda, psikoloji ve sosyoloji bilim dalları, romantik ilişkiler, aşk ve çekim üzerine bilimsel araştırmaların merkezine yerleşmiş ve bunların çok yönlü doğasını ortaya koyarak bahsedilen alanlara yeni bir ışık tutmuştur (Freud, 1905; Baumeister & Bushman, 2014).

Günümüzde ise internet ve dijital teknolojiler, romantik ilişkilerin, aşkın ve çekim sürecinin dinamiklerini yeniden şekillendirmektedir (Rosenfeld & Thomas, 2012).

## AMAÇ

Bu makalenin amacı, romantik çekim ve romantik ilişki kavramlarının temel özelliklerini ve aralarındaki farklılıkları detaylı bir şekilde incelemektir. Romantik çekimin ve romantik ilişkinin bireyler arasındaki duygusal bağların oluşumundaki rolünü analiz ederken, cinsiyet dinamikleri ve toplumsal beklentilerin bu süreçler üzerindeki etkilerini de ele almak hedeflenmektedir.

Ayrıca, tarihsel perspektif ve modern araştırmalar ışığında, romantik ilişkilerin evrimi ve bireyler üzerindeki etkilerini anlamak, bu ilişkilerin insan yaşamındaki önemini vurgulamak makalenin ana odak noktalarıdır. Bu bağlamda, romantik çekimden romantik ilişkiye geçiş süreci, bireylerin duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayan önemli ilişki dinamikleri olarak değerlendirilecektir.

## YÖNTEM

Bu makalede, romantik çekim ve romantik ilişki kavramlarını ve aralarındaki farkları incelemek için literatür taraması yöntemi kullanılmıştır. Psikoloji, sosyoloji ve tarih alanlarındaki mevcut araştırmalar, kitaplar ve makaleler detaylı bir şekilde incelenmiştir.

Elde edilen literatür, tematik analiz yapılarak romantik çekim ve romantik ilişkinin tanımları, dinamikleri, cinsiyet farklılıkları ve tarihsel evrimi gibi temalar altında sınıflandırılmıştır.

Literatürdeki bulgular eleştirel bir bakış açısıyla değerlendirilmiş ve modern çağda dijital teknolojilerin romantik ilişkiler üzerindeki etkileri de ele alınarak, bu kavramların bireyler ve toplumsal yapılar üzerindeki etkileri tartışılmıştır.

## BULGULAR

Romantik ilişkilerin çekiciliği ve cinsiyet farklılıklarının araştırılması, insan ilişkilerinin karmaşıklığını anlamak için, bizlere, önemli bir perspektif sunar (Freud, 1922; Kernberg, 1984). Freud'un "anatomi alın yazısıdır" ifadesi, ilişkilerin bilinçaltı dinamiklerini vurgularken, Otto Kernberg'in sevmeye yetisi ile gelişmişlik arasındaki ilişkiyi açıklaması, romantik ilişkilerin olgunluk ve duygusal derinlik gerektirdiği fikrini yansıtır (Kernberg, 1995). Bu bağlamda, Kernberg'in çalışmaları duygusal sağlığın ve sevgi ilişkilerinin karmaşıklığının anlaşılmasına önemli katkılar sunar.

Aşkın çekiciliği üzerine yapılan araştırmalar, dış engellerin çekimi arttırdığı ve insanların uğruna çaba gösterdikleri, acı çektikleri kişileri daha çok sevdikleri bulgularını öne çıkarır (Aron et al., 1997). Bu, aşkın bir tür "meydan okuma" olduğunu ve insanların doğal engelleri aşarak aşkın tadını çıkardıklarını gösterir.

Öte yandan, cinsiyet farklılıkları da romantik ilişkilerde belirleyici olabilir. Örneğin, erkeğin kadınlara çekiciliğini arttıran şeyin kadın-erkek eşitliğine inanması olduğu öne sürülürken (Buss ve Barnes, 1986), kadınların çekicilik algısında genellikle belirli fiziksel özelliklere ve sosyal statüye daha fazla önem verdikleri görülür (Li ve Kenrick, 2006).

Sevgi ve ilişkilerin karmaşıklığını anlamak için sosyal psikoloji ve psikanaliz gibi disiplinlerin sağladığı teorik çerçeveler önemlidir (Baumeister ve Leary, 1995). Bu bağlamda, Ayala Malach Pines'in çalışmaları, romantik ilişkilerin psikolojik ve sosyal dinamiklerini derinlemesine inceleyerek, ilişkilerin çekim sürecini ve cinsiyet farklılıklarını anlamamıza katkı sağlar (Pines, 1998). Pines'in vurguladığı gibi, ilişkilerin temelinde yatan duygusal dinamiklerin anlaşılması, bireylerin kendi ilişkilerini daha sağlıklı bir şekilde yönetmelerine yardımcı olabilir. Bu nedenle, romantik ilişkilerdeki çekim sürecini ve cinsiyet farklılıklarını anlamak, insanların kendilerini ve başkalarını daha iyi anlamalarına ve ilişkilerini daha derinlemesine değerlendirmelerine olanak tanır.

### *Benzerlik Prensibi*

"Benzerlik çekimi doğurur" sözü, bireylerin kendilerine benzeyen özelliklere sahip kişilere çekilme eğilimini ifade eder. Heider'in denge teorisine göre, benzer özellikler paylaşıldığında daha dengeli ve uyumlu ilişkiler ortaya çıkar (Heider, 1958). Byrne'nin araştırmaları,



benzerliğin çekiciliğinin, tanıdık ve güvenli hisler uyandırdığı için önemli olduğunu göstermiştir (Byrne, 1971).

Kadınlar ve erkekler arasındaki benzerlik prensibi farklı şekillerde kendini gösterir. Kadınlar genellikle duygusal ve psikolojik benzerliklere daha fazla önem verirken, erkekler ortak ilgi alanları ve aktiviteler gibi daha somut benzerliklere çekilebilirler (Herbst, Gaertner & Insko, 2003; Klohnen & Luo, 2003). Bu fark, ilişkilerin hem başlangıcında hem de devamında önemli bir rol oynar.

### ***Karşılıklılık Prensibi***

Karşılıklılık prensibi, insanların kendilerini seven kişilere çekim duyduğunu belirtir. Araştırmalar, bireylerin kendilerini beğenen kişilere karşı daha fazla çekim hissettiklerini göstermektedir (Aronson & Worchel, 1966; Condon & Crano, 1988). Newcomb'un öne sürdüğü gibi, "çekim çekimi doğurur" ve bu karşılıklı beğeni, ilişkilerin temelinde yatan önemli bir faktördür (Newcomb, 1956). Kadınlar, duygusal bağlılık ve güven hissettikleri kişilere daha fazla çekim duyarken, erkekler için bu karşılıklılık, güven ve saygıya dayalı olabilir. Kenny ve meslektaşları, iki farklı karşılıklılık türünü ayırt etmişlerdir: genel karşılıklı beğeni ve diadik karşılıklı beğeni (Kenny, Kashy & Cook, 2006). Bu durum, cinsiyet rollerinin ve toplumsal beklentilerin çekim sürecine olan etkisini anlamamıza yardımcı olur.

### ***Güzellik (Fiziksel Çekicilik)***

Fiziksel çekicilik, romantik çekimde güçlü bir etkidir. Araştırmalar, fiziksel çekiciliğin özellikle ilk karşılaşmalarda belirleyici olduğunu göstermiştir (Feingold, 1990). Erkekler genellikle fiziksel çekiciliğe daha fazla önem verirken, kadınlar uzun vadeli ilişkilerde partnerin diğer özelliklerine de dikkat ederler (Buss, 1989; Buss & Schmitt, 1993).

Ancak, modern araştırmalar bu cinsiyet farkının gerçek hayatta daha karmaşık olduğunu ortaya koymuştur (Eastwick & Finkel, 2008; Todd et al., 2007). Erkekler ilk başta fiziksel çekiciliğe odaklanabilirken, kadınlar duygusal güvenlik ve uzun vadeli bağlılık arayışlarına daha fazla önem verirler.

## **Güvenlik**

Güvenlik duygusu, romantik ilişkilerin temel taşlarından biridir. Bağlanma teorilerine göre, güvenli bir bağlanma stili, ilişkilerin daha sağlam ve sürdürülebilir olmasına olanak tanır (Hazan & Shaver, 1987). Kadınlar genellikle duygusal güvenlik ve destek sağlayan partnerlere çekim duyarlar. Erkekler ise ilişkideki güveni ve istikrarı değerlendirirler (Bowlby, 1973).

## **Romantik İlişki Süreçlerine Multi- Disipliner Bakış Açısı**

Romantik ilişki süreçlerini ve bağlanma stillerini ele alan çeşitli disiplinler, cinsiyet farklılıklarını ve bunların bağlanma stillerine etkilerini farklı perspektiflerden inceler.

Psikoloji alanında, cinsiyet farklılıklarının bağlanma stilleri üzerindeki etkilerini anlamak için genellikle sosyal öğrenme kuramı ve cinsiyet rolleri teorisi temel alınır. Bu teorilere göre, toplumsal cinsiyet normları ve sosyal beklentiler, bireylerin bağlanma stillerini şekillendirir. Örneğin, erkek çocuklara duygularını bastırmaları ve bağımsız olmaları gerektiği öğretilirken, kız çocuklara daha duygusal ve bağımlı olmaları öğütlenir. Bu normlar, ilerleyen yaşlarda bağlanma stillerini etkileyebilir (Hazan & Diamond, 2000).

Biyoloji ve nörobilim açısından bakıldığında, cinsiyet farklılıkları genellikle hormonların ve beyin yapılarının farklılıklarına dayandırılır. Örneğin, testosteron seviyeleri ile bağlanma stilleri arasında ilişkiler olduğu öne sürülmüştür (Carter, 1998). Beyin görüntüleme çalışmaları, erkeklerin ve kadınların duygusal işleme farklı beyin bölgelerini kullandığını göstermiştir (Schneiderman et al., 2019). Bu farklılıkların, bağlanma stillerini ve ilişki dinamiklerini etkileyebileceği düşünülmektedir.

Sosyoloji ve antropoloji alanında, cinsiyet farklılıkları genellikle kültürel normlar ve toplumsal yapılarla ilişkilendirilir. Örneğin, bazı toplumlarda erkeklerin duygusal ifadeyi baskılayarak "maskülen" davranışlar sergilemeleri beklenirken, diğer toplumlarda duygusal açıdan daha esnek olmaları teşvik edilebilir. Bu toplumsal normlar, bireylerin bağlanma stillerini etkileyebilir (Levine et al., 2017).

## Romantik İlişki Süreçlerinin Sosyolojik Boyutları

Romantik ilişkiler, insan yaşamının birçok yönünü etkileyen, kültürler arası ve yoğun bir deneyim olarak görülmektedir (Jankowiak ve Fischer, 1992). İlişki kalitesi, istikrar ve ilişki tatmininin romantik aşkla ilişkili olduğu söylenmektedir (Riehl-Emde ve diğerleri, 2003). Romantik ilişkiler daha fazla refaha, coşkuya ve daha uzun yaşam beklentisine yol açabilirken (Drefahl, 2012), ilişkinin bozulması depresyona, kaygıya, acıya ve akut zihinsel sıkıntıya yol açabilir (Mearns, 1991).

Bu bağlamda, terapinin etkinliği yalnızca çiftleri değil, aynı zamanda çocuklarını ve gelecekteki partnerlerini de etkileyebileceğinden, çiftlere danışmanlık yaparken psikologların önemli bir rolü vardır. Danışman psikologlar, erkeklerin ve kadınların romantik ilişki süreçlerini, aşkı anlama ve iletme yolları hakkında ne kadar fazla bilgiye sahip olursa, terapi de o kadar etkili olabilir.

Romantik ilişkiler ve aşk, aynı zamanda bireylerin öznel anlam arayışında ve kişisel gelişim süreçlerinde de kritik bir rol oynar. Pines (2001), aşkın kişisel anlam arayışında ve öz benlik keşfinde önemli bir işlev gördüğünü vurgular. Aşk, bireylerin kendi kimliklerini keşfetmelerine ve anlamlandırmalarına yardımcı olur, bu da aşkın sadece bir duygu olmadığını, aynı zamanda derin bir kişisel deneyim olduğunu gösterir. Bu bakış açısı, aşkın sosyolojik boyutlarının yanı sıra psikolojik derinliklerini de anlamamıza katkı sağlar.

## Bilişsel Süreçler ve Cinsiyet Farklılıkları

Bazı bilim insanları, davranış ve görüşlerdeki farklılıkların bilişsel süreçlerdeki cinsiyet farklılıklarından kaynaklanabileceğini ileri sürmektedir (Yin vd., 2013). Bilişsel süreçler, bilginin hemen hemen tüm temel ve karmaşık zihinsel manipülasyonunu veya depolanmasını kapsar (Spicer ve Ahmad, 2006). Buna hafıza, karar verme, öğrenme, dil kullanımı, akıl yürütme ve problem çözme dahildir (Smith ve Kelly, 2015).

Yıllar boyunca bilişsel işlemlerde cinsiyet farklılıklarını ortaya koyan birçok çalışma yapılmıştır (Theofilidis ve diğerleri, 2020; Wehrwein ve diğerleri, 2007). İlk araştırmalar, erkeklerin ve kadınların aşkı kavramsallaştırmalarının farklı olduğunu, erkeklerin aşk hakkında düşünürken cinsel bağlılık ve ilişki tatmini hakkında düşünme olasılıklarının daha yüksek olduğunu, kadınların ise duygusal bağlılığı düşünme olasılıklarının daha yüksek olduğunu anlatır (Buss, 1988; 2000).

Yin ve meslektaşları (2013), romantik bir ilişkide romantizmin nasıl tanımlanıp değerlendirildiğini anlamaya çalıştıkları araştırmada, erkeklerin romantizmi algılamasının ve değerlendirmesinin daha zahmetli olduğunu öne sürmüşlerdir.

Araştırmanın sonuçları, düşük romantik öğeler için erkeklerde kadınlara göre daha yüksek derecelendirme puanları göstermiştir, ancak yüksek veya orta romantik öğeler için bu geçerli değildir. Bahsedilen bulgular, erkeklerin daha basit eylemleri nasıl romantik olarak algıladıklarını, kadınların ise aynı jestleri veya senaryoları düşük romantizm veya normal günlük olaylar olarak görmesini, kadınların erkeklerin yeterince romantik olmadığını hissetmesine yol açmasını açıklayabilir.

### **Romantik İlişkilerde Danışmanlık ve Terapi**

Günümüzde, romantik çiftlerde ilişki memnuniyetini artırmak ve ilişkisel zorlukları tedavi etmek için kullanılan çeşitli psikolojik terapiler ve müdahaleler bulunmaktadır. Birçok çalışmadan elde edilen sonuçlar, bütünleştirici davranışsal çift terapisi, duygusal odaklı çift terapisi, çift odaklı bilişsel davranışçı terapi ve davranışsal çift terapisinin özellikle etkili olduğunu göstermiştir (Halford ve Snyder, 2012; Sexton ve Alexander, 2003). Bununla birlikte, etkililik çalışmalarında bulunan etki büyüklükleri yalnızca orta düzeydedir ve doğal, gerçek dünya ortamlarındaki etki büyüklükleri, kontrollü çalışma koşullarına göre önemli ölçüde daha düşüktür.

Ayrıca, özellikle çiftlerin %50'ye varan kısmında herhangi bir iyileşme görülmediği için bu terapilerin nasıl ve neden faydalı olduğu hala bilinmemektedir (Roesler, 2019). Bu, terapötik sonuçları iyileştirmek ve terapinin neden bazıları için işe yaradığını, diğerleri için işe yaramadığını anlamak için daha fazla bilgiye ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Danışmanlık psikologları çoğulcu ve bütünleştirici bir felsefeyi benimserler; bu, tek bir müdahalenin tercih edilmediği anlamına gelir. Bu nedenle, alanda daha fazla araştırma yapılması, danışmanlık psikologlarının çeşitli müdahalelerin farklı bileşenlerini belirlemesine olanak tanıyabilir ve bu da iyileştirmelere yol açabilir; böylece terapilerin entegrasyonunu kolaylaştırır.

Bu bağlamda, romantik çekimin sosyolojik ve psikolojik boyutları, insan ilişkilerinin temel taşlarından biridir. Kadınlar ve erkekler arasındaki farklılıkların anlaşılması, ilişkilerin daha derin bir şekilde analiz edilmesine ve terapötik müdahalelerin geliştirilmesine olanak tanır. Bu nedenle, aşkı anlama ve ilişkileri iyileştirme çabaları, multidisipliner bir yaklaşımı gerektirir ve sürekli olarak araştırma ve keşifle desteklenmelidir.

### **Romantik Çekim Süreçlerini Tanımlamada Cinsiyet Farklılıkları**

Romantik çekim araştırmaları, âşık olmayı bir süreç olarak tanımlayan kadınlarla erkeklerin oranının birbirine yakın olduğunu göstermektedir (Jankowiak & Fischer, 1992). Ancak, bu süreci tanımlarken cinsiyetlere göre belirgin farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Erkekler genellikle âşık olma sürecini daha pragmatik bir şekilde ele alırken (Yin et al., 2013), kadınlar duygusal derinlik ve romantizme daha fazla vurgu yapma eğilimindedir (Hazan & Diamond, 2000).

Araştırmalar, erkeklerin romantik ilişkilerde bağlanma stillerine daha az önem verdiklerini ve genellikle bağımsızlık ve özgürlük arayışını vurguladıklarını göstermektedir (Feingold, 1990). Kadınlar ise ilişkilerinde daha fazla bağlanma ve duygusal yakınlık ararlar (Buss, 1988).

Bu farklı bakış açıları, romantik ilişkilerdeki cinsiyet farklılıklarını ve âşık olma sürecini anlamak için önemlidir. Hem biyolojik hem de psikolojik faktörlerin etkisi altında olan bu süreç, cinsiyet rolleri, toplumsal beklentiler ve bireysel deneyimler gibi çeşitli faktörlerden etkilenmektedir.

Biyolojik açıdan, cinsiyet hormonları ve beyin kimyasındaki farklılıklar, erkeklerin ve kadınların romantik ilişkilere farklı yaklaşımını etkileyebilir (Carter, 1998).

Örneğin, erkeklerin yüksek testosteron seviyeleri, daha fazla cinsel bağlılık ve ilişki tatmini üzerinde odaklanmalarına neden olabilir. Kadınlarda ise yüksek oksitosin seviyeleri, duygusal bağlılık ve ilişki derinliğine daha fazla önem verme eğiliminde olmalarına katkıda bulunabilir (Schneiderman et al., 2019).

Psikolojik açıdan, çocukluk dönemindeki deneyimler ve yetiştirme tarzları da romantik ilişkilerdeki cinsiyet farklılıklarını etkileyebilir. Örneğin, güvenli bir bağlanma deneyimi yaşamış bireylerin yetişkinlikte daha sağlıklı romantik ilişkilere sahip olma olasılığı daha yüksektir (Hazan & Shaver, 1987). Ancak, güvensiz bağlanma deneyimleri, romantik ilişkilerde çeşitli zorluklara neden olabilir ve ilişki tatminini azaltabilir (Bowlby, 1973).

Sosyal açıdan, kültürel normlar ve toplumsal beklentiler de romantik ilişkilerdeki cinsiyet farklılıklarını şekillendirir.

Örneğin, bazı kültürlerde erkeklerin duygusal açıdan daha çekingen olmaları beklenirken, kadınların duygusal ifadeye daha açık olmaları teşvik edilebilir (Gao, 2001).

Tüm bu faktörler, romantik çekimin karmaşıklığını ve cinsiyetin bu süreç üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Kadınlar ve erkekler arasındaki romantik çekim sürecini tam olarak anlamak için bilişsel, biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerin bir araya getirilmesi gerekmektedir. Bu şekilde, romantik ilişkilerin doğası ve işleyişi hakkında daha kapsamlı bir anlayışa ulaşılabilir.

## SONUÇ

Romantik çekim araştırmaları, âşık olmanın evrensel bir süreç olduğunu ve kadınlar ile erkekler arasında benzer oranlarda yaşandığını göstermektedir. Ancak, bu süreci tanımlama biçimlerinde cinsiyetler arasında belirgin farklılıklar bulunmaktadır.

Kadınlar genellikle romantizme ve duygusal derinliğe odaklanırken, erkekler daha pragmatik bir yaklaşım benimsemektedir. Bu farklılıklar, romantik ilişkilerin doğasını ve cinsiyet rollerinin ilişkilere etkisini anlamamızı sağlar. Romantik ilişkiler, psikologlar için rehber niteliğindedir.

Öte yandan, romantik çekimin karmaşıklığını anlamak için bilişsel, biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerin bir araya getirilmesi gerekmektedir. Biyolojik olarak, cinsiyet hormonları ve beyin kimyasındaki değişimlerin romantik ilişkilerdeki cinsiyet farklılıklarını nasıl etkilediği incelenmelidir. Psikolojik olarak, çocukluk dönemindeki bağlanma deneyimlerinin romantik ilişkilere yansması ve kişilerin bağlanma stilleri üzerindeki etkisi önemlidir. Sosyal olarak, kültürel normlar ve toplumsal beklentiler de romantik çekim ve ilişkileri şekillendirir.

Literatürdeki romantik çekim ve ilişkiler üzerine yapılan araştırmalar, psikolojiye önemli bir katkı sağlar. Bu çalışmalar, insan davranışlarının altında yatan motivasyonları, duygusal dinamikleri ve ilişkilerin karmaşıklığını anlamamıza yardımcı olur. Psikologlar, bu bilgiyi kullanarak bireylerin duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve ilişkilerinde daha sağlıklı dinamikler geliştirmek için danışanlara rehberlik edebilirler.

Özellikle, ilişki terapisi ve danışmanlığı alanında çalışan psikologlar, bu araştırmalardan elde edilen bulguları kullanarak çiftlere daha etkili destek ve yönlendirme sağlayabilirler. Bu nedenle, psikoloji alanında yapılan romantik ilişki araştırmaları, hem bireylerin hem de toplumun duygusal ve ilişkisel refahını artırmak için önemli bir role sahiptir.

## KISITLILIK

Bu çalışmanın bazı kısıtlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, literatür taraması yöntemi kullanılarak yapılan analiz, mevcut araştırmalar ve yayınlar ile sınırlıdır. Bu durum, çalışmanın kapsamını daraltabilir ve literatürdeki bazı önemli çalışmaların gözden kaçmasına neden olabilir. İkinci olarak, romantik çekim ve romantik ilişki kavramlarının kültürel ve toplumsal bağlamları dikkate alınarak yapılan analiz, genel sonuçlar çıkarmayı zorlaştırabilir. Bu kavramlar, kültürden kültüre farklılık gösterebilir ve bu farklılıklar, evrensel genellemeler yapmayı sınırlayabilir.

Üçüncü olarak, dijital teknolojilerin romantik ilişkiler üzerindeki etkilerini ele alırken, hızlı teknolojik değişimlerin ve bu değişimlerin ilişkiler üzerindeki etkilerinin sürekli olarak güncellenmesi gereken dinamik bir alan olması nedeniyle, bu konuda yapılan analizlerin geçerliliği zamanla sınırlı kalabilir.

## BİLDİRİMLER

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir

## ETİK BEYAN

Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimleri dergisinin yayın etiği, bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan sosyal bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki Bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.



## KAYNAKÇA

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.

Halford, W. K., & Snyder, D. K. (2012). Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education. *Behavior Therapy*, 43(1), 1–12.

Klohnen, E. C., & Luo, S. (2003). Interpersonal attraction and personality: What is attractive—Self similarity, ideal similarity, complementarity, or attachment security? *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 709–722.

Pines, A. (2024). *Aşık Olmak*. İletişim Yayınları.

Roesler, C. (2019). How and why do relationship interventions work? An integrative review of mediators and moderators. *Journal of Family Theory & Review*, 11(3), 424–444.

Sexton, T. L., & Alexander, J. F. (2003). Functional family therapy clinical training manual. FFT LLC.

Yin, L., Wang, L., Fu, F., & Zheng, X. (2018). Evaluation of romantic relationships in Chinese college students. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 26(5), 858–860.

Yin, L., Zhu, Y., Fu, F., & Wang, L. (2013). Romantic relationships assessment in college students. *Chinese Mental Health Journal*, 27(3), 190–193.

Yin, L., Fu, F., Yang, Y., & Zhu, Y. (2013). A questionnaire for romantic relationships evaluation. *Chinese Mental Health Journal*, 27(3), 194–197.

Yin, L., Fu, F., & Yang, Y. (2013). Romantic relationship evaluation. *Chinese Mental Health Journal*, 27(3), 194–197.

# Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:02.05.2023 Makale Yayın Tarihi: 12.07.2024 Makale Türü: Derleme  
E-Issn:3023-4603 Doi No: Doi No: 10.5281/zenodo.12735488 Cilt:3 Sayı:4 Yıl:2024 Ss:126- 137

## Japonya Devletinin Milli Eğitim Sistemi ve Yönetim Anlayışı

### 1. Mincheol CHOI(최민철)

#### PhD.Doktora

St Clemets Üniversitesi /Eğitim Yönetimi Doktora

Mail: mincheol.choi88@gmail.com

Orcid ID: 0009-0002-4097-9463

### ÖZET

Bu makalede Japonya'nın milli eğitim sistemi hakkında literatür araştırmasına değinilmekte, milli eğitim tarihinden başlayarak günümüzdeki eğitimde okul yönetim sistemi hakkında bilgiler verilmektedir. Sonraki bölümde ise Japonya'daki eğitimde okul yönetim sisteminin nasıl işlediği, yönetici seçimi ve yöneticilerden Japon toplumunun beklentileri hakkında araştırmalar sunulmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Milli Eğitim, Japonya, Yönetim anlayışı, Eğitim Sistemi, Okul, Öğrenci, Öğretmen, Sosyal, Toplum

### ABSTRACT

In this article, literature research on Japan's national education system is mentioned, starting from the history of national education, information about the school management system in today's education is given. In the next section, research on how the school management system in education in Japan works, the selection of administrators and the expectations of Japanese society from administrators are presented.

**Keywords:** National Education, Japan, Management, Education System, School, Student, Teacher, Social, Society

## GİRİŞ

Japonya Eğitim sistemi olarak düşünülürken köklü ve geleneksel alt yapısının yanında modern günümüze uyarlanmış yönüyle de ayrı bir eko sistemi bulunmaktadır. Eğitimde önemli kriter gerçek ve doğru bilgilerin sağı ve etik kurallar içersimde alıcıya aktarmak en alt basamaktan en üst basamağa kadar kazandırıcı bir yaklaşım ile bilgiyi işlemek önem ifade etmektedir.

Ülkenin geleneksel eğitim yapısı Kapsamında örf, adet, anlayış geleneklerini yansıtmaktadır. Gelişen yüksek teknoloji eğitim sistemi içinde vaz geçişmez bir meta olmuştur. Eğitim her yerde ilkesi benimsenerek günümüz teknolojisi ilede yaygın ve örgün eğitimin yanında uzaktan eğitim sistemlerindeki başarıyla uygulayan sayılı devletler arasındadır. Eğitim alt yapısı eksiksiz bir şekilde düzenlenmiş ve sürekli geliştirilmektedir.

## AMAÇ

Japonya devletinin milli eğitim tarihi ve Japonya'daki okullarda yönetim anlayışının neler olduğunun kapsamlıca bilinmesi. Japonyadaki Okulların yönetim şekli, okul yönetim kademe ve basamakları ile Japon okul yönetici seçimi ve seçilen yöneticilerde olması gereken özelliklerin neler olduğunun bilinmesi amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

Bilimsel araştırmalardan elde edilen bulguların tekrar derlenerek literatür araştırması şeklinde hazırlanması.

## BULGULAR

### Japonya Devletinin Milli Eğitim Tarihi

Japonya'nın eğitim sisteminin tarihini detaylı bir şekilde anlatmak için ana dönemlere ayırarak açıklamak faydalı olacaktır. Burada Meiji Restorasyonu öncesi, Meiji Restorasyonu sonrası ve İkinci Dünya Savaşı sonrası eğitim sistemi değişiklikleri üzerinde durulacaktır.

## Meiji Restorasyonu Öncesi (Before Meiji Restoration)

### Geleneksel Eğitim

Samuray Eğitimi: Samuray sınıfı genellikle Konfüçyüsçülük ve askeri eğitim almıştır. Özellikle Konfüçyüsçülük, ahlaki eğitim, sadakat ve nezaket gibi değerleri vurgulamıştır.

Tapınak Okulları (寺子屋, Terakoya): Sıradan halkın çocuklarının temel okuma yazma eğitimi aldığı yerlerdi. Bu okullarda yazı yazma, matematik ve ahlak dersleri verilirdi. Tapınaklarda veya özel olarak işletilen bu okullar, yerel toplumların eğitim kurumları olarak hizmet vermiştir.

## Meiji Restorasyonu Sonrası (After Meiji Restoration)

### Modernleşme ve Eğitim Sistemi Reformu

Okul Yasası (学制, Gakusei) Çıkartılması (1872): Modern okul sistemini getiren yasa ile ülke genelinde ilkokulların kurulması zorunlu hale getirilmiştir. Bu, Japonya'yı modern bir devlet haline getirmek amacıyla Batı eğitim sisteminden esinlenerek yapılmıştır.

Öğretmen Okulları ve Ortaokulların Kurulması: Öğretmen yetiştirmek için öğretmen okulları ve daha ileri eğitim için ortaokullar kurulmuştur. Bu kurumlar, eğitimin temelini oluşturmak için önemli bir rol oynamıştır.

### İkinci Dünya Savaşı Sonrası (Post-World War II)

### Eğitim Sistemi Reformu

Eğitim Temel Yasası (教育基本法, Kyōiku Kihonhō) Çıkartılması (1947): Savaş sonrası Japonya'nın demokratikleşmesi ve barış eğitimi hedefiyle çıkarılan yasa, Japon eğitim sisteminin temel ideolojisini ve yönünü belirlemiştir.

6-3-3-4 Eğitim Sistemi: İlkokul 6 yıl, ortaokul 3 yıl, lise 3 yıl ve üniversite 4 yıl olarak eğitim sistemine geçirilmiştir.

Eğitim, Kültür, Spor, Bilim ve Teknoloji Bakanlığı (MEXT): Japonya hükümetinin eğitim, bilim, teknoloji, kültür ve spor alanlarını yöneten merkezi bakanlık olarak, eğitim politikalarının merkezi yönetimini üstlenmiştir.

## Modern Dönemdeki Ana Değişiklikler

Yaşam Boyu Eğitim: Öğrenen toplum vurgusu yapılarak yetişkin eğitimi ve yeniden eğitim programlarının genişletilmesi.

Küreselleşme: İngilizce eğitiminin güçlendirilmesi ve uluslararası değişim programlarının genişletilmesi.

Japonya'nın Mevcut Eğitim Sistemi Yapısı (Current Structure of the Japanese Education System)

İlköğretim (Elementary Education)

İlkokul (小学校, Shōgakkō)

Eğitim Süresi ve Yaş: İlkokul, 6 yıl sürer ve 6 yaşından 12 yaşına kadar olan çocuklar içindir. Eğitim İçeriği: Ana dersler Japonca, matematik, fen bilimleri, sosyal bilgiler, beden eğitimi, müzik, sanat, ev ekonomisi gibi konuları içerir. Özellikle ahlaki eğitim ve geleneksel kültürün anlaşılması üzerinde durulmaktadır.

Zorunlu Eğitim ve Maliyet: İlköğretim zorunludur ve devlet okullarında ücretsizdir. Ders kitapları devlet tarafından ücretsiz olarak sağlanmaktadır.

**Ortaöğretim (Secondary Education)**

**Ortaokul (中学校, Chūgakkō)**

Eğitim Süresi ve Yaş: Ortaokul, 3 yıl sürer ve 12 yaşından 15 yaşına kadar olan öğrenciler içindir. Eğitim İçeriği: Ana dersler Japonca, matematik, sosyal bilgiler, fen bilimleri, İngilizce, beden eğitimi, müzik, sanat, teknoloji ve ev ekonomisi gibi konuları içerir. Öğrenciler bütüncül bir eğitim alır ve yaratıcılık ile eleştirel düşünme becerileri teşvik edilir.

Zorunlu Eğitim ve Maliyet: Ortaokul da zorunlu eğitime dahildir ve devlet ortaokullarında ücretsizdir.

## **Lise (高等学校, Kōtōgakkō)**

**Eğitim Süresi ve Yaş:** Lise, 3 yıl sürer ve 15 yaşından 18 yaşına kadar olan öğrenciler içindir.

**Okul Türleri:** Genel lise, mesleki lise ve uzmanlık liseleri gibi farklı türlere ayrılır. Genel liseler üniversiteye girişe odaklanırken, mesleki liseler ve uzmanlık liseleri belirli beceri ve meslek eğitimine odaklanır.

**Giriş Süreci:** Lise giriş sınavları bölgesel olarak gerçekleştirilir ve giriş sınavı ile ortaokul notları esas alınarak öğrenci seçimi yapılır. Lise zorunlu eğitim kapsamında olmasa da, öğrencilerin büyük çoğunluğu liseye devam eder.

## **Yükseköğretim (Higher Education)**

### **Üniversite (大学, Daigaku)**

**Eğitim Süresi ve Yaş:** Üniversiteler, 4 yıllık programlar sunar ve çeşitli fakülteler ve bölümler içerir. Tıp, diş hekimliği ve eczacılık gibi bazı uzmanlık alanları 6 yıl sürebilir.

**Giriş Süreci:** Üniversite giriş sınavları genellikle iki aşamadan oluşur. İlk aşama ulusal çapta yapılan Merkez Sınavı (大学入試センター試験), ikinci aşama ise her üniversitenin kendi yaptığı bireysel sınavlardır. Bu süreç oldukça rekabetçidir ve öğrenciler üniversiteye hazırlık için genellikle dershanelere (塾) giderler.

**Eğitim İçeriği:** Üniversiteler, akademik araştırma ve uzmanlık eğitime odaklanır ve lisans, yüksek lisans, doktora programları sunar.

### **Kısa Dönem Üniversiteleri (短期大学, Tanki Daigaku)**

**Eğitim Süresi:** Kısa dönem üniversiteleri 2 yıllık programlar sunar ve pratik eğitimlere odaklanır. Hemşirelik, çocuk eğitimi, işletme gibi çeşitli alanlarda mesleki eğitim verirler.

### **Meslek Okulları (専門学校, Senmon Gakkō)**

**Eğitim Süresi:** Meslek okulları, belirli meslek becerilerini öğreten eğitim kurumlarıdır ve genellikle 2 veya 3 yıllık programlar sunar. BT, moda tasarımı, aşçılık gibi çeşitli alanlarda uygulamalı eğitim sağlarlar.

## **Diğer Eğitim Kurumları**

Özel Eğitim Okulları (特別支援学校, Tokubetsu Shien Gakkō)

Amaç: Engelli öğrenciler için olan bu okullar, ilköğretim, ortaöğretim ve lise seviyelerinin hepsini içerebilir. Eğitim İçeriği: Öğrencilerin bireysel ihtiyaçlarına göre uyarlanmış eğitim programları sunar.

## **Dershaneler (塾, Juku)**

Amaç: Öğrencilerin okul sonrası veya hafta sonları gittikleri özel eğitim kurumlarıdır ve üniversite giriş sınavlarına hazırlık, takviye dersler gibi hizmetler sunar. Öğrenciler bu dershaneler aracılığıyla ek öğrenim fırsatları bulurlar.

## **Ana Özellikler ve Politikalar**

Eğitim Programı ve Ders Kitapları

Merkezi Yönetim: Eğitim programı, Eğitim, Kültür, Spor, Bilim ve Teknoloji Bakanlığı (MEXT) tarafından merkezi olarak yönetilir. Tüm ilköğretim ve ortaöğretim okullarında kullanılan ders kitapları, devlet tarafından denetlenir ve öğrencilere ücretsiz olarak sağlanır.

Değerlendirme Yöntemi: Öğrenci değerlendirmesi, düzenli sınavlar, ara ve dönem sonu sınavları, okul içi sınavlar gibi yöntemlerle yapılır. Notlar, öğrencilerin akademik başarılarını değerlendirmek için önemli bir göstergedir.

Giriş Sınavı Sistemi: Üniversite giriş sınavları oldukça rekabetçidir ve Merkez Sınavı ile üniversiteye özel sınavlardan oluşur. Bu, öğrencilerin üniversiteye giriş için hazırlık sürecine çok zaman ayırmalarına neden olur.

## **Japonya'daki Okullarda Yönetim Anlayışı**

Japonya'nın okul yönetim sistemi, merkezi hükümet, yerel yönetimler ve okulların yetki ve sorumluluklarının net bir şekilde ayrıldığı bir yapıdadır. Bu sistem, etkili eğitim yönetimi ve okul işletmesini destekler ve öğrencilere yüksek kaliteli eğitim sunmak için çeşitli politika ve programları içerir.

## **Merkezi Hükümetin Rolü**

Eğitim, Kültür, Spor, Bilim ve Teknoloji Bakanlığı (MEXT)

Politika ve Standartların Belirlenmesi: Japonya'nın eğitim politikaları ve standartları, Eğitim, Kültür, Spor, Bilim ve Teknoloji Bakanlığı (MEXT) tarafından belirlenir. MEXT, müfredat, ders kitabı onayı, eğitim standartları, öğretmen yeterlilikleri ve eğitim programlarını yönetir.

Mali Destek: MEXT, yerel yönetimlere ve okullara mali destek sağlar. Bu destek, okul tesislerinin bakımı, eğitim malzemelerinin satın alınması ve özel eğitim programlarının geliştirilmesi için kullanılır. Ulusal Sınavlar ve Değerlendirme: Eğitim kalitesini değerlendirmek ve iyileştirme planları yapmak için ulusal düzeyde standartlaştırılmış sınav ve değerlendirme sistemleri işletir.

## **Yerel Yönetimlerin Rolü**

Yerel Eğitim Kurulları

Eğitim Yönetimi: Yerel yönetimler, yerel eğitim kurulları aracılığıyla bölgedeki okulların yönetimini yapar. Bu kurullar, bölgesel eğitim politikalarını belirler ve okulların işletmesi için gerekli kaynakları dağıtır.

Öğretmen İstihdamı ve Eğitimi: Yerel eğitim kurulları öğretmenleri işe alır ve mesleki gelişim programları düzenleyerek öğretmenlerin uzmanlıklarını artırır.

Okul Değerlendirmesi ve Destek: Bölgedeki okulların eğitim performansını değerlendirir ve gerektiğinde okullara destek ve rehberlik sağlar.

## **Okulların Rolü**

Okul Müdürü ve Öğretim Kadrosu

Okul Yönetimi: Okul müdürü, okulun yönetiminden sorumludur ve eğitim hedeflerini belirleyip, eğitim programlarını planlayıp uygulamak için öğretim kadrosu ile işbirliği yapar.

Eğitim Ortamı Oluşturma: Okul müdürü, öğrencilerin güvenli ve destekleyici bir ortamda öğrenim görmelerini sağlamak için tesisleri ve kaynakları yönetir.

Topluluk Katılımı: Okullar, yerel toplum ile işbirliği yaparak çeşitli eğitim faaliyetleri yürütür ve velilerle iletişim kurarak öğrencilerin akademik başarısını destekler.



## Öğretmenler

Ders Hazırlığı ve Uygulama: Öğretmenler, müfredata uygun olarak dersleri hazırlar ve uygular, öğrencilerin öğrenmelerini değerlendirir ve geri bildirim sağlar.

Öğrenci Rehberliği ve Danışmanlık: Öğretmenler, öğrencilerin sadece akademik değil, duygusal ve sosyal gelişimlerini desteklemek için rehberlik ve danışmanlık yapar.

## Okul Yönetim Sisteminin Özellikleri

### Müfredat ve Ders Kitapları

Merkezi Yönetim: Müfredat ve ders kitapları, MEXT tarafından merkezi olarak yönetilir ve tüm okullar aynı standartları takip eder.

Yerel Uyum: Yerel eğitim kurulları ve okullar, merkezi olarak belirlenen standartları temel alarak, bölgenin özelliklerine ve öğrencilerin ihtiyaçlarına göre müfredatı uyarlayabilir.

### Değerlendirme ve Geri Bildirim

Dahili Değerlendirme: Okullar, düzenli olarak öğrencilerin akademik başarılarını değerlendirir ve bu değerlendirmelere dayanarak eğitim programlarını geliştirir.

Harici Değerlendirme: MEXT ve yerel eğitim kurulları, okulların eğitim performansını değerlendirir ve geri bildirim sağlayarak sürekli gelişimi teşvik eder.

## Japonya'da Okul Yönetici Seçimi ve Özellikler

### Yönetici Seçimi Süreci

Merkezi Yönetim: Okul müdürleri genellikle merkezi olarak atanır ve Eğitim, Kültür, Spor, Bilim ve Teknoloji Bakanlığı (MEXT) tarafından belirlenen prosedürlere göre atanırlar.

Yerel Yönetim Katılımı: Bazı durumlarda yerel eğitim kurulları veya okul yönetim kurulları da okul müdürlerini seçmede rol oynayabilirler.

### Yöneticilerde aranan özellikler

Eğitim Alanında Yeterlilik: Okul yöneticileri genellikle eğitim alanında yüksek lisans veya ileri düzeyde bir eğitim aldıkları için akademik yeterlilikleri önemlidir.

Liderlik ve Yönetim Becerileri: Okul yöneticileri, liderlik, yönetim ve iletişim becerilerine sahip olmalıdır. Okul çalışanlarını yönetmek ve okulun günlük işlerini etkin bir şekilde yönlendirmek için gerekli liderlik niteliklerine sahip olmaları beklenir.

Eğitim Politikalarını Uygulama Yeteneği: Japonya'da okul yöneticileri, MEXT tarafından belirlenen eğitim politikalarını etkili bir şekilde uygulayabilme kabiliyetine sahip olmalıdır.

Topluluk ve Velilerle İlişkiler: Okul yöneticilerinin, okulun topluluk içinde iyi bir itibarını koruması ve velilerle etkili iletişim kurması beklenir.

### **Japon Toplumunun Okul Yöneticilerden Beklentileri**

- Öğrenci Başarısı ve Refahı: Okul yöneticilerinden öğrenci başarısı ve refahını artırmak için çaba göstermeleri beklenir.
- Okul ve Toplum İlişkileri Güçlendirme: Okulun toplulukla daha güçlü bağlar kurmasına yardımcı olmaları beklenir.
- Eğitim Standartlarını Yükseltme: Japon toplumu, okul yöneticilerinin eğitim standartlarını sürekli olarak iyileştirmelerini ve yenilikçi eğitim yöntemlerini benimsemelerini beklemektedirler.

## SONUÇ

Bu çalışmada, Japonya'daki okul yönetim sisteminin mevcut yapısı ve ana özellikleri incelenmiştir. Merkezi hükümet ile yerel yönetimler arasındaki rol paylaşımı, okul yöneticilerinin rolleri ve sorumlulukları, ve öğrencilerin öğrenim başarılarını artırmaya yönelik politika çabaları önemli bulgular olarak ortaya konmuştur.

## Politika Önerileri

Japonya'daki eğitim sisteminin geliştirilmesi için şu politika önerileri sunulmaktadır:

- Eğitim Liderliğinin Güçlendirilmesi: Okul yöneticilerinin liderlik yetkinliklerini artırmak için profesyonel eğitim ve destek programları geliştirilmeli ve yaygınlaştırılmalıdır.
- Eğitimde Eşitlik Artırma: Öğrenciler arasındaki öğrenim başarı farklılıklarını azaltmak için eğitim kaynaklarının adil dağılımını teşvik eden politikalar uygulanmalıdır.
- Teknoloji ve İnovatif Eğitim Yöntemlerinin Kabul Edilmesi: Dijital teknolojilerle desteklenen yenilikçi eğitim yöntemlerinin aktif olarak benimsenmesi, öğrenim deneyimini çeşitlendirerek öğrencilerin yaratıcı düşünme becerilerini geliştirmeye yönelik olmalıdır.

## Gelecek Araştırma Yönelimleri

Gelecekteki araştırmalarda şu alanlar üzerine derinlemesine anlayış ve çalışma gereklidir:

- Eğitim ve Teknolojinin Entegrasyonu: Dijital teknolojilerin eğitim üzerindeki etkilerinin daha ayrıntılı bir şekilde araştırılması ve bu sayede eğitim etkinliğinin maksimize edilebileceği yöntemlerin araştırılması.
- Öğrenci Psikolojik Sağlığı: Okul yaşamının öğrencilerin psikolojik sağlığı üzerindeki etkileri ve bunların yönetilmesi ve iyileştirilmesi için çözüm yollarının araştırılması.
- Eğitim Değerlendirme Sistemleri: Okullar ve öğretmenlerin performanslarını doğru bir şekilde ölçmek ve değerlendirmek için etkili yöntemler geliştirilmesi, eğitim kalitesinin sürekli olarak iyileştirilmesi fırsatlarının araştırılması.
- Bu tür çalışmaların, Japonya'daki eğitim sisteminin sürdürülebilir gelişimi ve öğrencilerin eğitim başarılarının artırılmasına katkı sağlaması beklenmektedir.

## KISITLILIK

Bu makale Japon Devlet eğitim sisteminin literatür bilgileri ile kısıtlamıştır.

## BİLDİRİMLER

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir

## ETİK BEYAN

Ankara Eğitim ve Araştırma Sosyal Bilimler dergisinin yayın etiği; bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan sosyal bilimleri alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKLAR

Duke, Benjamin C. *The History of Modern Japanese Education: Constructing the National School System, 1872-1890*. Rutgers University Press, 2009.

Passin, Herbert. "The Disintegration of Feudal Education." *Pacific Affairs* 27, no. 2 (1954): 101-114.

Anderson, Ronald S. *Education in Japan: A Century of Modern Development*. US Department of Health, Education, and Welfare, Office of Education, 1975.

Gluck, Carol. *Japan's Modern Myths: Ideology in the Late Meiji Period*. Princeton University Press, 1985.

Gordon, Andrew. *A Modern History of Japan: From Tokugawa Times to the Present*. Oxford University Press, 2003.

Schoppa, Leonard J. *Education Reform in Japan: A Case of Immobilist Politics*. Routledge, 1991.

Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT). "Elementary and Secondary Education." MEXT, <https://www.mext.go.jp/en/policy/education/overview/index.htm>.

Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT). "Higher Education." MEXT, <https://www.mext.go.jp/en/policy/education/highered/index.htm>.

Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT). "Textbooks and Curriculum." MEXT, <https://www.mext.go.jp/en/policy/education/elsec/title02/detail02/sdetail02/1373868.htm>.

Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT). "Education in Japan." MEXT Website. Accessed on July 1, 2024. <https://www.mext.go.jp/en/>

Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT). "Educational Administration in Local Governments." MEXT Website. Accessed on July 1, 2024. <https://www.mext.go.jp/en/>



**E-ISSN:3023-4603**



[www.ankarasosyalbilimlerdergisi.com.tr](http://www.ankarasosyalbilimlerdergisi.com.tr)

---