



International
SOCIAL SCIENCES
STUDIES JOURNAL



SSSjournal (ISSN:2587-1587)

Economics and Administration, Tourism and Tourism Management, History, Culture, Religion, Psychology, Sociology, Fine Arts, Engineering, Architecture, Language, Literature, Educational Sciences, Pedagogy & Other Disciplines in Social Sciences

Vol:5, Issue:45
sssjournal.com

pp.5260-5273
ISSN:2587-1587

2019
sssjournal.info@gmail.com

Article Arrival Date (Makale Geliş Tarihi) 06/08/2019 | The Published Rel. Date (Makale Yayın Kabul Tarihi) 28/09/2019
Published Date (Makale Yayın Tarihi) 28.09.2019

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

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

Farana KHALİGOVA

İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji A.B.D, Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul/TÜRKİYE



Article Type : Research Article/ Araştırma Makalesi

Doi Number : <http://dx.doi.org/10.26449/sss.1746>

Reference : Khaligova, F. (2019). “Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Beden İmaji Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki”, International Social Sciences Studies Journal, 5(45): 5260-5273.

ÖZ

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

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

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

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

ABSTRACT

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

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

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

Keywords: Childhood traumas, Self-esteem, Body image

1.GİRİŞ

Çocukluk dönemi travmalarını, “anne ve babaların ya da çocuktan sorumlu bireylerin girişmiş olduğu veya girişmeyi ihmal ettiği hareketler neticesinde çocukların kaza dışı zarar görmeleri” şeklinde tanımlamaktadırlar. Çocukluk dönemi travmaları, çocuğun psikolojik, sosyal, fiziksel gelişimine ket vuran, aileleri de hem tıbbi hem de adli yönden olumsuz etki bırakan bir durumdur. Çocuğun sağlığının, büyüme ve gelişmesinin negatif yönde etkilenmesine sebep olan her türlü fiziksel veya duygusal, cinsel, ihmal ya da ihmale sebep olacak ticari reklam amaçlı veya diğer tüm etkileme biçimleri de dâhil her türlü tutum ve davranışlara maruz kalması çocuk istismarı olarak kabul edilmektedir.

Benlik saygısı, bireyin kendini tüm özellikleri ile olduğu gibi hissetmesi, kendisine karşı bir güven hissini olmasının, kendini herkes kadar kıymetli ve sevmeye layık hissetmesini sağlayan olumlu ruh hali şeklinde tanımlanabilmektedir. Benlik saygısını oluşturan başlıca öge benlik kavramını benimsemektir.

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

Beden imajı, bedenın başka insanlara nasıl görüldüğü hakkında bireyin düşüncesi ya da kendi vücuduna karşı duyguları ve tavırları şeklinde tanımlanabilmektedir. Beden imajı, kimlik oluşturmak için büyük bir öneme sahiptir. Beden imajının en önemli özelliğı, oturmuş, kalıp bir yargı taşımamasıdır. Başka bir deyişle beden imajı devamlı değişim gösteren bir yapıdadır. Mevsimlere, yaşa, cinsiyete, kültüre, hayat olaylarına, medya ve zamanın modasına göre değişebilmektedir

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

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

2. TRAVMA

2.1. Tanımsal Olarak Çocuk Çağı Travmaları

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

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

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

2.2. Çocukluk Çağı Travmaları

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

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

Belirtileri

Travmadan sonra yaşanan stres bozukluğunun semptomları aşağıdaki gibi ifade edilmiştir:

A- Travmatik vakayı tekrar yaşamak:

1. Yaşanan hadiseyi istemsizce devamlı hatırlama,
2. Olay ile alakalı kâbuslar görme,
3. Travmatik olayın kimi unsurlarını tekrardan yaşıyormuş gibi hissetmek ve o şekilde davranmak (dissosiasyon),
4. Travmatik olayı anımsatan uyaranlara yönelik fizyolojik reaksiyon ve psikolojik sıkıntı

B- Kaçınma:

1. Travmayla alakalı düşüncelerden, konuşma ve duygulardan kaçınma,
2. Travmatik vakayı anımsatan, aktivite, kişi ve durumlardan kaçınmak,
3. Travmalar ile alakalı veya yakından bağlantılı, sıkıntı verebilecek hatıralar, duygular veya düşünceleri canlandıran dış uyarıcılardan (insanlar, konuşmalar, yerler, aktiviteler, nesnelere) kaçınmaya ya da bu şeylerden uzaklaşma gayretleri (DSM-V Tanı Ölçekleri).

C- Duygu ve bilişlerdeki kalıcı negatif değişiklikler:

1. Travmaya yol açan vakaların öneme sahip bir yanını hatırlayamama (dissosiyatif amnezi),
2. Kendi, başka insanlar ya da dünya ile alakalı bir şekilde, devamlı ve abartılı negatif inanış veya beklenti (ben iyi değilim, insanlara güven olmaz, dünya tamamıyla tehlike barındıran bir yer),
3. Travmaya yol açan vakaların sebepleri ve sonuçları ile alakalı olarak, bireyin kendisinde veya başka insanlarda suç bulmasına neden olan, devamlı olan, çarpık bilişler ve negatif duygusal durumlar (öfke, korku, utanma veya suçluluk duyguları),
4. Aktivitelere olan alaka veya katılımlarda gözle görülür azalmalar,
5. İnsanlara karşı yabancılaşma hissetme,
6. Devamlı bir şekilde, negatif duygular yaşama (mutlulukları, sevgi veya doyum hislerini yaşayamamak) (DSM-V Tanı Ölçekleri).

D- Aşırı Uyarılmışlık:

1. Uyumakta ve uykuya devam etmede zorluk çekme,
2. Devamlı tetik halinde olma, hemen irkilme, asabileşme veya öfke patlaması yaşama, konsantre zorluğu veya işleri tamamlamada zorluk çekme (Aker, 2012).

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

2.3. Çocukluk Çağı Travma Türleri

Travma türleri ile ilgili yapılan araştırmalarda insan-doğa ayrımıyla sık sık karşılaşırız. Klasik sınıflandırma dikkate alınarak travma; insan yapımı neticesi yaşanan travma ve doğal afetler neticesi yaşanan travma olmak üzere 2 başlıkta incelenmiştir. Deprem, sel, fırtına, tayfun gibi durumlar doğal afetler şeklinde incelenirken; savaş sonucu mecburi irtica, endüstriyel patlamalar, negatif kişisel müdahalelerse insanın sebep olduğu travmalar şeklinde ifade edilmektedir (Uluslararası Kızıllaç ve Kızılay Kurumları Birliği, 2013).

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

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

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

3. BENLİK SAYGISI

3.1. Benlik kavramı

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

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

3.2. Benlik Saygısının Tanımı

Benlik saygısı, bireyin kendini tüm özellikleri ile olduğu gibi hissetmesi, kendisine karşı bir güven hissini olmasa, kendini herkes kadar kıymetli ve sevmeye layık hissetmesini sağlayan olumlu ruh hali şeklinde tanımlanabilmektedir. Benlik saygısını oluşturan başlıca öge benlik kavramını benimsemektir. Birey kendisini değerlendirdikten sonra bir beğeni hali oluşur ve bu durum bireyin benlik kavramını tasdik etmesinden ileri gelmektedir. Pek çok kuramcı bireylerin özsaygılarını nasıl geliştirebileceklerine ilişkin açıklamalarda bulunmuştur. Lewin benlik saygısını ifade ederken yaşamı bir tiyatroya benzetmiştir. Hayatın bir oyun olduğunu belirtmiştir ve kişilerin bu oynadıkları oyundan almış oldukları hazzı benlik saygısı şeklinde tanımlamıştır. Cooley ve Mead'e göre benlik saygısı, ilişkili olduğu en büyük etken, kişinin kendinden daha yukarıda gördüğü bireylerden almış olduğu onaylardır. May ise öz saygının kişinin kendi benliğini kabul etme cesaretine bağlı olduğunu ifade etmiştir. Rogers'ın perspektifine göre bireyin içindeki gerçek kendiliğe varabilmesi için benlik saygısının yüksek olması gerekir (Temel ve Aksoy, 2001).

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

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

Yörükoğlu (1994) benlik saygısını ifade ederken sosyal, duygusal ve bilişsel olmak üzere ayırmıştır. Dolaylı olarak da fiziksel öğelerden oluştuğunu belirtmiştir. Bireyin kendisini saygı görmesi gereken bir

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

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

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

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

Açıklamalardan anlaşıldığı üzere, kişinin kendini sevmeye layık biri olarak görmesi, tüm niteliklerini olduğu gibi kabul etmesi, kendinden hoşnut olmasına benlik saygısı denir. Yapılan araştırmalar neticesinde benlik saygısı, bazı yerlerde bir ihtiyaç olarak görünmüş, bazı yerlerde başarının temel ilkesi olarak belirtilmiş, kimi yerlerdeyse ruh sağlığı hususunda önemli bir yer olarak görülmüş ve 4 temel öge üzerinde toplanmıştır. Bunlar sırası ile temel kabullenilme, duruma bağlı kabullenilme, gerçek ve ideal benlik arasında uyum ve kişinin başkalarına göre kendini değerlendirmesi halidir.

3.3. Benlik Saygısının Önemi ve Gelişimi

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

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

Geçtan'ın (1997) perspektifine göre, kişilerin kendileri ile yüzleşebilmesi için cesaretli ve güçlü olmaları gerekmektedir. Kusurlu ya da kötü olarak görmüş olduğumuz bir yönümüzü yok edebilmemiz için bununla yüzleşmemiz ve düzeltmek adına elimizden ne geliyorsa yapmamız gerekir. Şayet bu şekilde kendi kusurlarımızı ve kötü yönlerimizi hoş görmeyi veya değiştirmeyi başarabilirsek çevremizdeki diğer bireylerin de kötü yönlerini görmezden gelmemiz mümkün olacaktır. Kendini sevmeyen bir kişinin dış dünyadaki hiçbir canlıyı sevmeyeceği de bilinmelidir. İnsanlar kendilerine değer verildiği duygusunu karşısındaki bireye ya da bireylere yönelik tavrından değerlendirebilir. Karşımızdaki kişiyi kendimizden küçük görüp onu aşağılamamız demek kendimize yönelik yapmış olduğumuz en büyük hatalardan biridir demek. Horney ise bireyin özsaygısının olumsuz olduğu zaman neler olabileceğini incelemiştir. Şayet bir bireyin benlik saygısı zayıflar ise birey topluma karşı yabancılaşacaktır ve yaşantısına yön veremeyecek hale gelebilir. Bunun neticesinde birey olduğu kişi yerine, değişerek başka biri haline alacak ve idealin o olduğuna karar verecektir. Böylece hem kendisi ile hem de çevresi ile sorunlar yaşayacaktır (Tatlılıoğlu, 2014). Sonuç olarak, bireyin kendisini gerçekçi bir bakış açısı ile değerlendirmesi, kendini tanıması ve en

önemlisi kendine saygı duyması bireyin ruhsal olarak pozitif etkilenmesini sağlamaktadır. Kısacası sağlıklı bir kişinin, sağlıklı bir karakter sahibi olmasında belirleyici ilke kişinin kendini değerlendirebilecek bir benlik yapısına ihtiyaç duymasıdır. İnsan için temel ihtiyaçlardan biri olan benlik saygısının, bireyin duygularını, düşüncelerini, davranışlarını ve algılarını etkilediği bilinmektedir. Buna bağlı olarak hayatımızdaki birçok olaya etki etmekte ve insan gelişiminin her alanında önem taşıdığı görülmektedir.

4.BEDEN İMAJI

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

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

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

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

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

Beden imajı, kişilerin günlük stres ve tehdit eden olaylara karşı kendilerini savunmalarına katkıda bulunmaktadır. Bu sebeple kişilerin kendilerine olan güvenlerine, yetisine ve sınırlılığına dair algılarına da yardım etmektedir. Richardson Paxton ve Thomson'ın (2009) araştırmalarına sonucuna göre, negatif beden imajını taşıyan genç bayanların %70'ine, genç bayların %23'üne etki etmektedir. Kişiler yaşları büyüdükçe, 'genç' olma düşüncesinden uzaklaştıkça beden imajlarında negatife yönelme de görülebilmektedir. Çalışma bulguları genellikle orta yaşlardaki bayanların doğru bir kiloya ulaşmaktan ziyade her zaman daha zayıf bir bedene ulaşmayı istediklerini ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra ailenin vermiş olduğu desteğin, bireysel gelişim tamamlanması ve özgüvenin etkisiyle kişiler yaşlanmanın neden olduğu dış görünümdeki değişiklikleri kabullendiklerinde, bedenlerinde bir hoşnutsuzluk belirlenmemektedir (McLean, Paxton ve Wertheim, 2011).

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

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

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

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

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

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

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

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

5.BULGULAR

Çizelge 1: Beden İmajı, Rosenberg Benlik Saygısı ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ve Alt Ölçekleri Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi

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

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

Çizelge 2: Çocukluk Çağı Travmasının Benlik Saygısına Etkisi

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

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

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

Araştırmamızın bulgularına göre beden imajı puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Bu duruma erkeklerin beden imajı kadınlara göre anlamlı derecede yüksektir. Aslan (2004), Küçük (2007) ve Altıntaş ile Aşçı (2005) çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşmış, beden imajının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Kıvrak (2008) ve Aslan (2002) çalışmalarında kadınların beden imajının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bu durumun tersi sonuçlara ulaşmış çalışmalar da mevcuttur. Kadınlar üzerinde ideal beden simgesi fazla olmasına rağmen son dönemde erkeklerde idea vücut, kaslı form idealize durumlarından dolayı beden imajı baskısı hissetmektedir. İdeal beden imajı algısında cinsiyete göre beklenen bu fark bu nedenle günümüzde kapanmak üzeredir. Çalışmamızda elde edilen veriler bu şekilde yorumlanabilir.

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

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

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

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

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

Araştırmamızın bulgularına maddi durum memnuniyetine göre benlik saygısı puanları anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Benlik saygısı Maslow'un gereksinimler piramidinde 4. Basamakta yer almaktadır. Bu durumda temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılanmayan bireyler için maddi durumun benlik saygısı için bir stresör olacağı düşünülebilir. Bu durum örneklem içinde yer alan ve maddi durumundan memnun olmayan bireylerin yine de temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılayabildiği sonucunu ortaya çıkarabilir.

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

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

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

Araştırmanın bulgularına göre üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları benlik saygısı için arasında ilişki bulunmaktadır. Diğer bir ifade ile çocukluk çağı travmaları benlik saygısını etkilemektedir. Ortaya çıkan bu bulgu literatür ile uyumludur. Çocukluk çağı travmalarının düşük benlik saygısına neden olduğu araştırmalarda saptanmıştır (Özmert, 2006; Tıraşçı ve Gören, 2007). Yakın dönemde yapılan bir yurtiçi çalışmada istismar yaşayan bireylerin yaşamayanlara göre daha benlik saygısının daha düşük olduğu saptanmıştır (Eroğlu ve Türk, 2013). Ulusal alan yazımında 335 üniversite öğrencisi ile yapılan bir çalışmada duygusal ve fiziksel yönden ihmal edilen öğrencilerin benlik saygılarının istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha düşük olduğu rapor edilmiştir (Onat, Dinç, Günaydın, Uğurlu, 2016). Kişinin kendisi ile ilgili olumlu görüşleri, kendini yeterli ve değerli görmesi, beceri ve yeteneklerini olumlu algılaması kişinin benlik saygısının yüksek olduğunu gösterir. Birey yaşamının ilk dönemlerinde aile ilişkileri ile başlayan daha sonra bireyin sosyal çevresi tarafından katkı sunulan benlik saygısı bireylerin yaşamsal olaylarında önemli bir olgudur. Çocukluk çağı travmaları bu yaşamsal olayları etkileyen ve birçok

rahatsızlığın kaynağı olan bir durumdur. Bu nedenle travmaların benlik saygısını etkilemesi normal olarak karşılanır.

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

6. SONUÇ

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

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

KAYNAKÇA

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

- Campbell, W. K., Foster, C. A.** (2006). Narcissism And Commitment İn Romantic Relationships: An Investment Model Analysis, *Personality And Social Psychology Bulletin*, 28.
- Canpolat, B. I.** (2003). Ergenlerin kendilik algısında beden imajının ve beden kitle indeksinin rolü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara
- Cash, T., F. Ve Pruzinsky, T.** (2002). *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Corey, G., ve Corey, M. S.** (2006). *I never knew I had a choice explorations in personal growth*. United States of America: Thomson Brook/Cole.
- Çetinkaya B., Başbakkal Z.** (2005). Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniklerinde Çalışan Hemşirelerin Benlik Saygısı Düzeylerinin ve Çocuk Yetiştirme Tutumlarının İncelenmesi, *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 21(2), s. 47-57.
- Deniz, M. B.,** (2014). *Aile Hukuku*, T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile Eğitim Programı.
- Dittmar, H.** (2008). *Consumer culture, identity and well-being the search for the "good life" and the "body perfect"*. New York: Psychology Press.
- Doğan, S. Ö.** (2014). İlköğretim Öğrencilerinin Aile Bağları Ve Ailede Şiddet Görme Durumunun Benlik Saygısı Üzerine Etkisi, *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2014
- Doğan, T., Sapmaz, F. ve Totan, T.** (2011). Beden imgesi baş etme stratejileri Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 121-129.
- Ekşi, H., Sevim, E. ve Kurt, B.** (2016). Psikolojik Doğum Sırası İle Yetersizlik Duygusunun Yetişkin Bağlanma Stillerini Yordama Düzeyinin İncelenmesi, *Elementary Education Online*.15(3): 1054-1065.
- Eriş, Y.** (2013), Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri, *Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İzmir
- Erkal S. ve Pek, H.** (1993) Beden imajında değişimler ve hemşirenin rolü. *Hemşirelik Bülteni*, 7 (30), 61-71.
- Eroğlu, A.R.Ç. & Türk, S.B.** (2013). Ergenlerde çocukluk örselenme yaşantıları ve öfke ifade tarzları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 10 (1). 1422-1439.
- Eryılmaz, A.** (2009). Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Gazi Üniversitesi Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*.7 (4), s. 975- 989.
- Esnaola, I., Rodríguez, A. & Goñi, A.** (2010). Body dissatisfaction and perceived sociocultural pressures: Gender and age differences. *Salud Mental*, 33, 21-29.
- Geçtan, E.** (1997). *İnsan Olmak*, Remzi Kitabevi, İstanbul
- Göksan, B.** (2007). Ergenlerde beden imajı ve beden dismorfik bozukluğu. *Uzmanlık Tezi*, T. C Sağlık Bakanlığı Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, İstanbul, Türkiye.
- Gözaydın, Z.** (2017). Lise Çağı Ergenlerde Benlik Saygısı ile Öğrenilmiş Çaresizlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Haliç Üniversitesi, İstanbul, 2017
- Green, B. L.** (1990). Defining Trauma: Terminology and Generic Stressor Dimensions1. *Journal of Applied Social Psychology*, 20(20), 1632-1642.
- Grogan, S.** (2005). *Body image understanding body dissatisfaction in men, women and children*. USA: Routledge.
- Hamarta, E., Arslan, C., Saygın, Y. ve Özyeşil, Z.** (2009). Benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlar bakımından üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yaklaşımlarının analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(18), 25-42.
- Herbozo, S., ve Thompson, J. K.** (2010). The effects of ambiguous appearance-related feedback on body image, mood states, and intentions to use body change strategies in college women: an experimental study. *Body Image*, 7, 327-334.

- Hetherington, E. M., Parke, R. D., Gauvain, M. & Locke, V. O.** (2006). *Child psychology: a contemporary viewpoint*. Ney York: Mc Graw Hill.
- Kara, B., Biçer, Ü., Gökalp, A.S.** (2004). Çocuk İstismarı, *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 47: 140-151.
- Kempe, C.H. ve Helfer, R.E.** (1972). *Helping the Battered Child and His Family*, Lippincott, 1972.
- Kımtar, N.** (2012), *Benlik saygısı ve Din*, İstanbul: Kriter Yayınları.
- Koç, M., Çolak, T. S. ve Düşünceli, B.** (2012). Söylenme Zamanı ve Şekline Göre Travmaya Verilen Bilişsel, Duyuşsal ve Davranışsal Tepkiler (7-12 Yaş). *İlköğretim Online*, 11(1):75-84.
- Kulaksızoğlu, E.** (2010). *Dünü Bilmek Yarınları Aydınlatmak*, İstanbul Teknik Üniversitesi Mimarlık Fakültesi Baskı Atölyesi, İstanbul
- Kuzgun Meyvacioğlu, Y.** (1983). Benlik ve ideal benlik kavramlarının “tercih edilen meslek” kavramı ile ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 16(1), 1-10.
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H.** (2011). A body image and disordered eating intervention for women in midlife: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79 (6), 751-758.
- Merten, B. A., Lewinsohn, P. M., & Hops, H.** (1990). Sex differences and adolescent depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 99 (1), 55-63.
- Milot, T., St-Laurent, D., Éthier, L. S. and Provost, M. A.,** (2010). “Trauma-Related Symptoms in Neglected Preschoolers and Affective Quality of Mother-Child Communication” *Child Maltreatment*, 15(4):293-304.
- Mruk, C.,** (2006). *Self-esteem Research, Theory, And Practice: Toward A Positive Psychology Of Self-Esteem*, New York: Springer, 2006.
- Neff K.D., Vonk R.** (2009). Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways Of Relating To Oneself. *Journal Of Personality*, 77, s. 23–50.
- Neiss, M.B., Sedikides, C., Stevenson, J.,** (2002). Self-Esteem: A Behavioral Genetic Perspective, *European Journal of Personality*, 16, s. 351-367
- Neumark-Sztainer, D., Levine, M. P., Paxton, S. J., Smolak, L., Piran, N., & Wertheim, E. H.** (2006). Prevention of body dissatisfaction and disordered eating: What next? *Eating Disorders*, 14, 265-285.
- Oktan, V., ve Şahin, M.** (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 543- 556
- Onat, G., Dinç, H., Günaydın, S. ve Uğurlu, F.** (2016). Çocukluk döneminde yaşanan ihmal veya istismarın benlik saygısına etkisinin incelenmesi. 3(1), 9-15
- Onur, B.** (1995), *Ergenlik Psikolojisi*, Hacettepe TAŞ Kitapçılık, Ankara
- Örsel, S. K.** (2001). Düşünme İhtiyacı ve Beden Algısına İlişkin Özgüven. *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Özen, Y.** (2014). Kendilik, Kendilik Algısı ve Kendilik Algısına Bağlı Psikosomatik Bozukluklara Sosyal Psikolojik Bir Bakış, *Akademik Bakış* (40).
- Özkan, İ.** (1994). Benlik saygısını etkileyen etkenler. *Düşünen Adam*, 7 (3), 4-9.
- Özmert, E.N.** (2006). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-iii: aile. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, (49). 256-273.
- Plummer, D. M.** (2011), *Benlik Saygısı Çocuklarda Nasıl Geliştirilir* (1. baskı). Çev. Emel Aksay, İstanbul: Sistem Yayınları
- Polat O.** (2000). Çocukta Cinsel İstismar. *Adli Tıp Dergisi Yayınları*, İstanbul, 207-231
- Polat O.** (2001). *Çocuk ve Şiddet*. İstanbul: Derya Yayınları,.

- Preester, H. D., ve Knockaert, V.** (2005). Body image and body schema interdisciplinary perspectives on the body. Amsterdam: John Benjamins Publishing Company.
- Pullmann, H, Allik, J.,** (2008). Relations of Academic and General Self-Esteem To School' Achievement, *Personality and Individual Differences*, 45, s. 559-564.
- Rumsey, N. & Harcourt, D.** (2005). The psychology of appearance. Berkshire: Open University Press.
- Ruppert, F.,** (2011). *Travma, Bağlanma ve Aile Konstelasyonları*, (Çev., F. Zengin) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Sandoval, E. L.** (2008). Secure attachment, self-esteem and optimism as predictors of positive body image in women. *PhD thesis*, A&M University, Texas, ABD.
- Sanford, L., ve Donovan M. E.** (1999). Kadınlar ve benlik saygısı. (Çev.S. Kunt). Ankara: HYB, s. 475.
- Sayar, K. ve Bağlan, F.** (2010). *Koruyucu Psikoloji*, İstanbul, Timaş Yayınları.
- Slevec, J., & Tiggemann, M.** (2010). Attitudes toward cosmetic surgery in middle-aged women: Body image, aging, anxiety, and the media. *Psychology of Women Quarterly*, 34, 65–74.
- Stice, E., Rohde, P., Shaw, H., & Marti, C. N.** (2013). Efficacy trial of a selective prevention program targeting both eating disorders and obesity among female college students: 1- and 2-year follow-up effects. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81 (1), 183-189.
- Swami, V., Stieger, S., Harris, A. S., Nader, I. W., Pietschnig, J., Voracek, M., & Tov'ee, M. J.** (2012). Further investigation of the validity and reliability of the photographic figure rating scale for body image assessment. *Journal of Personality Assessment*, 94 (4), 404-409.
- Şendil, G. ve Kızıldağ, Ö.** (2005). *Evlilik çatışması ve çocuk, 'Çatışmalı evde çocuk büyütmek'*, İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Şenkal, İ.** (2013). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları Ve Bağlanma Biçiminin Depresyon Ve Kaygı Belirtileri İle İlişkisinde Aleksitiminin Aracı Rolünün İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tan, M., ve Karabulutlu, E.** (2004). Sürekli periton diyalizi uygulanan hastaların benlik saygısı ve beden imajlarını algılayışları. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 7(3), 63- 67.
- Taneli S, Albayrak C, Sivrioğlu Y.** (1999). *Küçük Çocuğun Cinsel Tacizi ve Tanı Zorlukları*, Ed. Eksi A., Ben Hasta Değilim. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi.
- Taner, Y. ve Gökler, B.** (2004). Çocuk İstismarı Ve İhmali: Psikiyatrik Yönleri, *Hacettepe Tıp Dergisi*, 35:82-86.
- Tarhan, S.** (1995). Lise Öğrencilerinin Beden İmajlarından Hoşnut Olma Düzeylerinin Özsaygıları Ve Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tatlıoğlu, K.** (2014). Üniversite Öğrencilerinin Beş Faktör Kişilik Kuramı'na Göre Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Tarih Okulu*, 7(XVII): 939-971.
- Taylor, L. K., Weems, C. F., Costa, N. M. and Carrión, V. G.,** (2009). Loss and the Experience of Emotional Distress in Childhood, *Journal of Loss and Trauma: International Perspectives on Stress & Coping*, 14(1):1-16
- Temel F. Ve Aksoy A.** (2010). *Ergen Ve Gelişimi*, Nobel Yayın Dağıtım. Acar Matbaacılık. Ankara, 2010.
- Tıraşçı, İ.Y. ve Gören, S.** (2007). Çocuk istismarı ve ihmali. *Dicle Tıp Dergisi*, 34 (1), 70-74.
- Tıraşçı, Y., ve Gören, S.** (2007). Çocuk İstismarı ve İhmali, *Dicle Tıp Dergisi*, 34 (1): 70-74.
- Tiggemann, M., ve Miller, J.** (2010). The internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Sex Roles*, 63, 79-90
- Tiggemann, M., ve Polivy, J.** (2010). Upward and downward: Social comparison processing of thin idealized media images. *Psychology of Women Quarterly*, 34, 356-364.

- Topbaş, M.** (2004), İnsanlığın Büyük Ayıbı: Çocuk İstismarı, *TSK Koruyucu Bülteni*, C.3, S.4, ss: 76-80.
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., ve Robins, R. W.** 'Stability Of Self-Esteem Across The Life Span', *Journal Of Personality And Social Psychology*, 84, 2003, s. 205–220
- Tunç, T.** (2011). Benlik Saygısı Ve Kaygının Çatışma Yönetim Stilleri Üzerindeki Etkileri: Bir Üniversite Hastanesi Örneği, *Doktora Tezi*, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Tylka, T. L.** (2011). Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image*, 8, 199– 207.
- Uyanık, B.** (2000), Farklı Sosyo Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı İle Ruhsal Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, SBE, Ankara
- Varlık, E.** (2006). Üniversite Öğrencilerinde 'Düşünce Davranış Kaynaşması' Ve 'Düşünce Beden Kaynaşması'nın Yeme Tutumları İle İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Volkan, V. D. ve Zintl, E.** (2010). *Gidenin Ardından*, (2). İstanbul: Oa yayınları.
- Wilhelm, S.** (2006). *Feeling good about the way you look a program for overcoming body image problems*. New York: The Guilford Press.
- Yılmaz, B.** (2008). Baş-boyun Kanseri Tanısı İle Ameliyat Olan Hastaların Ameliyat Öncesi ve Ameliyat Sonrası Beden İmajı Ve Benlik Saygısı. *Yüksek lisans tezi*, Marmara Üniversitesi, İzmir.
- Yılmaz, H.Ö.**, (2009), Obez Bireylere Verilen Beslenme Eğitiminin Beden İmgesiyle Uğraşıya, Beslenme Davranışına Ve Kilo Vermeye Etkisi, *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi, İstanbul.