



ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE CİNSEL MİTLERİN
ANKSİYETE DÜZEYİ VE BENLİK SAYGISINA ETKİSİ**

Emir KETECİ

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ

İstanbul, 2020

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE CİNSEL MİTLERİN
ANKSİYETE DÜZEYİ VE BENLİK SAYGISINA ETKİSİ**

Emir KETECİ
174102211

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ

İstanbul, 2020

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinde Cinsel Mitlerin Anksiyete Düzeyi ve Benlik Saygısına Etkisi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

27/09/2020

Emir KETECİ

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleŐtirilmesinde bana her zaman destek olan, kıymetli bilgilerini ve deneyimlerini benden esirgemeyen danıőman hocam Sayın Dr. Öğr. Üyesi Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ'e, çalıőmama gönüllü olarak katılan tüm katılımcılara, dünyaya geldiğim andan itibaren yaptığım her Őeyde arkamda duran, her kararımı destekleyen ve bana güvenen anneme, babama, kız kardeŐime ve tüm bu süreçte yanımda olan değerli arkadaşlarıma sonsuz teşekkür ederim.

Emir KETECİ

ÖZET

(KETEÇİ, Emir, Yüksek Lisans, İstanbul, 2020)

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE CİNSEL MITLERİN ANKSİYETE DÜZEYİ VE BENLİK SAYGISINA ETKİSİ

Araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde cinsel mitlerin anksiyete düzeyi ve benlik saygısına etkisinin incelenmesi ve elde edilen verilerin literatür doğrultusunda tartışılmasıdır. Ayrıca demografik özelliklere göre cinsel mit, anksiyete ve benlik saygısı düzenlerindeki farklılık durumları da incelenmiştir.

Araştırmanın örneklemini üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Yapılan araştırmaya toplamda 180 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan üniversite öğrencilerine Sosyodemografik Form, Cinsel Mitler Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır. Ölçekler Google Drive üzerinden katılımcılara ulaştırılmış olup, gerekli açıklamalar yapılmıştır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olanlar ise 01.03.2020- 11.06.2020 tarihleri arasında ölçeklere cevap vermiştir. Verilerin analizi SPSS 21 programı ile gerçekleştirilmiştir. Elde edilen verilerin normal dağıldığı belirlenmiş olup, Parametrik Testlerden, “t-testi” ile “One Way Anova” testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için korelasyon analizi uygulanmıştır.

Araştırmanın sonucunda cinsiyet, kardeş sayısı, birlikte yaşanan kişiler, anne-baba eğitim düzeyi değişkenlerine göre cinsel mitlere inanma düzeyi farklılık göstermektedir. Cinsiyete göre anksiyete düzeyi farklılaşırken; psikiyatrik hastalık durumu ve aile gelir düzeyine göre benlik saygısı düzeyi farklılık göstermektedir. Benlik saygısı ile cinsel mitler arasında istatistiksel olarak anlamsız korelasyon varken ($r=-,096$; $p>,05$); anksiyete ile cinsel mitler arasında pozitif yönde anlamlı korelasyon vardır ($r=,163$; $p<,05$).

Anahtar Kelimeler: Cinsel mit, anksiyete, benlik saygısı

ABSTRACT
(KETECI, Emir, Postgraduate, Istanbul, 2020)

**THE EFFECT OF SEXUAL MYTHS TO ANXIETY LEVEL AND TO
SELF-ESTEEM AMONG UNIVERSITY STUDENTS**

The aim of this study is to examine the effect of sexual myths to anxiety level and to self-esteem among university students and to discuss the collected data in accordance with the literature. In addition, differences in sexual myths, anxiety and self-esteem patterns were also examined with regards to demographical characteristics.

The sample of this research consists of university students. A total of 180 university students participated in the research. Sociodemographic Form, Sexual Myths Scale, Beck Anxiety Inventory and Rosenberg Self-esteem Scale were applied to university students who volunteered to participate in the study. The scales were delivered to the participants via Google Drive and necessary explanations were made. Those who volunteered to participate in the research responded to the scales between the dates of 01.03.2020- 11.06.2020. The analysis of the data was carried out with the SPSS 21 software. It was determined that the data obtained was distributed normally, and the Parametric Tests of “t-test” and “One Way Anova” test were used. Correlation analysis was applied to determine the relationship between the variables.

The research concludes that, the level of believing in sexual myths differs with respect to the variables of gender, number of siblings, co-living with others, and level of education of parents. While the level of anxiety differs in connection to gender; Self-esteem level differs with respect to psychiatric pathology and family income level. While there is nonsense correlation between self-esteem and sexual myths ($r = -, 096; p >, 05$); There is positive significant correlation between anxiety and sexual myths ($r = -, 163; p <, 05$).

Keywords: Sexual myth, anxiety, self-esteem.

İÇİNDEKİLER

Yemin metni.....	i
Teşekkür.....	ii
Özet.....	iii
Abstract.....	iv
İçindekiler.....	v
Tablolar.....	vii
Ekler.....	viii
BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Cümlesi.....	3
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	3
1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	4
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	4
1.5. Tanımlar.....	4
İKİNCİ BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	6
2.1. CİNSELLİK.....	6
2.1.1 Cinsel Yanıt Dönemleri.....	7
2.1.1.1. İstek / Uyarılma Evresi.....	7
2.1.1.1. Plato Evresi.....	8
2.1.1.1. Orgazm Evresi.....	8
2.1.1.1. Çözülme Evresi.....	8
2.1.2. Cinsel Mit.....	9
2.1.3. Cinsel Mitleri Etkileyen Faktörler.....	13
2.1.3.1. Eğitim.....	14
2.1.3.2. Cinsiyet.....	14
2.1.3.3. Cinsel Bilgileri Öğrenme Yeri.....	15
2.1.3.4. Cinsel Deneyim.....	15
2.1.3.5. Yaş.....	15
2.1.4. Cinsel Mitlere Yönelik Araştırmalar.....	16
2.2. ANKSİYETE.....	17
2.2.1. Anksiyetenin Nedenleri ve Belirtileri.....	19
2.2.2. Anksiyeteye Yönelik Araştırmalar.....	22
2.3. BENLİK SAYGISI.....	24
2.3.1. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler.....	29
2.3.2. Benlik Saygısına Yönelik Araştırmalar.....	31
2.4. CİNSEL MİTLER, ANKSİYETE VE BENLİK SAYGISI İLİŞKİSİ.....	34
2.4.1. Cinsel Mitlerin Anksiyete üzerindeki Etkisi.....	34
2.4.2. Cinsel Mitlerin Benlik Saygısı üzerindeki Etkisi.....	36
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM.....	39
3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	39
3.2. ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ.....	39
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	39
3.3.1. Sosyodemografik Form.....	39
3.3.2. Cinsel Mitler Ölçeği.....	39
3.3.3. Beck Anksiyete Ölçeği.....	40
3.3.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	40
3.4. VERİ ANALİZ YÖNTEMİ.....	40

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	41
4.1. ÖRNEKLEM GRUBUNUN DEMOGRAFİK BİLGİLERİNE YÖNELİK DAĞILIMI	41
4.2. ÖLÇEKLERDEN ALINAN PUANLARIN İNCELENMESİ.....	43
4.3. ÖLÇEKLERDEN ALINAN PUANLARIN KARŞILAŞTIRILMASI	44
4.4. KORELASYON ANALİZLERİ.....	54
BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER	55
5.1. TARTIŞMA	55
5.1. SONUÇ ve ÖNERİLER.....	62
KAYNAKÇA	67
EKLER	85

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular -1	41
Tablo 4.2. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular-2	42
Tablo 4.3. Ölçeklere İlişkin Betimleyici İstatistikler	43
Tablo 4.4. Cinsiyet Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	44
Tablo 4.5. Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	45
Tablo 4.6. Medeni Durum Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	45
Tablo 4.7. Ebeveyn Çalışma Durumu Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	46
Tablo 4.8. Anne Çalışma Sektörü Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	47
Tablo 4.9. Baba Çalışma Sektörü Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	47
Tablo 4.10. Birlikte Yaşanılan Kişiler Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	48
Tablo 4.11. Bağımlılık Yapıcı Madde Kullanım Durumu Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	49
Tablo 4.12. Psikiyatrik Hastalık Durumu Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	49
Tablo 4.13. Kullanılan Psikiyatrik İlaç Durumu Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	50
Tablo 4.14. Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	51
Tablo 4.15. Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	52
Tablo 4.16. Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	53
Tablo 4.17. Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanları Arasındaki İlişki Analizi	54

EKLER LİSTESİ

EK 1 Sosyodemografik Form

EK 2 Cinsel Mitler Ölçeği

EK 3 Beck Anksiyete Ölçeği

EK 4 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

EK 5 Özgeçmiş

EK 6 Bilimsel Etik Kurul Formu

BÖLÜM I

GİRİŞ

Cinsellik, bireyin hayatının her döneminde gelişim ve değişim gösteren, hayatın sonuna kadar devam eden bir süreçtir (Nusbaum and Rosenfeld, 2009). Bu durum cinselliğin, bireyin hayatında meydana gelen değişimlerden kolayca etkilenebilmesine yol açmaktadır. Bireyin yaşamının devam etmesi için zorunlu olmayan cinsellik, yaşam kalitesini önemli ölçüde etkilemektedir. Cinsel yaşamdaki değişiklikler bireylerin ruhsal, sosyal, biyolojik, dini, ekonomik, kültürel ve ahlaki boyutları etkilerken, bu alanlarda meydana gelen değişimler de cinsel yaşamı etkilemektedir (CETAD, 2006; Evcili ve Gölbaşı, 2017; Gülsün vd., 2009).

Cinsellik, bünyesinde birden fazla boyutu kapsayan bir olgudur. Cinselliğe ilişkin ilk görüş, cinsel birleşmenin olmasıdır. Yaşamın devamı için gereklilik arz etmeyen cinsellik, neslin devamı içinse gerekli bir eylemdir. Kadınlar açısından cinsellik arzu edilebilirlik, beden imajı ve doğurganlık gibi boyutları kapsamaktadır (Armağan ve Ergün, 2011).

Cinsellikte bireylerin eksik ya da hatalı bilgi edinmesi, yanlış inanışlara ve önyargılara yol açmaktadır. Bu durum cinsel beklentiler farklı olsa da bireylerde anksiyeteye, suçluluğa ve korkuya sebep olabilmektedir. Cinsel mitler bireylerin ruh sağlığını olumsuz etkileyebilirken aynı zamanda fizyolojik olarak da olumsuz etkileyerek cinsel işlev bozukluğuna sebebiyet verebilmektedir (CETAD, 2006; Güneş vd., 2016; Özmen, 1999).

Ülkemizde cinsellikle ilgili konularda konuşmaktan çekinilmektedir. Bu durum kulaktan dolma bilgilerin ve yanlış inanışların yayılmasını kolaylaştırmaktadır. Cinsellik, karşılanması gereken bir ihtiyaç olmasına rağmen, gizliliği esas alındığı için doğru kaynaklardan bilgilerin öğrenilmesi oldukça önemlidir (Kukulu, Gürsoy ve Ak, 2009; Torun, Torun ve Özaydın, 2011). Cinsel mitler, cinsel eylemlerdeki iletişimi engellerken cinsel işlev bozukluklarına yol açabilmektedir (Kadioğlu ve Şatıroğlu, 2011).

Anksiyete, tehdit eden durumlara yönelik endişe ve korku durumudur. Bireyler yaşamlarının belirli dönemlerinde anksiyete yaşayabilmektedir. Anksiyeteye sıklıkla bedensel tepkiler eşlik etmektedir (Sertbaş ve Bahar, 2004).

Anksiyeteye çeşitli duyular eşlik edebilmektedir. Kalp çarpıntısı, göğsün sıkışması, ağrı, çarpıntı ve tuvalet ihtiyacının olması anksiyeteye eşlik eden durumlardandır. Huzursuzluk, anksiyetenin en sık görülen belirtilerinden birisidir. Somut tehlikelerin olmadığı durumlarda anksiyetenin sık ve şiddetli yaşanması, bireyin işlevselliğini bozduğunda anksiyete bozukluğu kavramı da gündeme gelebilmektedir (Türkçapar, 2004).

Benlik saygısı bireylerin kendine yönelik algılarından oluşmaktadır. Bireylerin kendisini olumlu algılaması benlik saygısının yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bireylerin eksik yönleri olabilir buna ve bütün alanlarda kendisini olumlu algılamayabilir. Eksik yönlere rağmen benlik saygısı yüksek olabilir. Bu durum bireylerin kendisini olduğu gibi görebilmesi ve kabullenebilmesiyle ilişkilidir (Yörükoğlu, 2000).

İnsanların kendine saygı göstermesi, başkalarının saygıyı hak edecek birisi olarak algılanmasına yardımcı olmaktadır. Kendisini becerikli, değerli ve başarılı değerlendirmek önemli bir kişilik özelliği olarak görülmektedir. Kendisine olan saygısını düşük gören ve daha fazla olumsuz özelliklere sahip olduğunu düşünenlerin değersizlik eğilimleri daha fazladır (Dönmez, 1985). Bireylerin değerlilik algısı, ruh sağlığının göstergesi için önemli bir durumdur. Değersizlik hissinin artması ya da benlik saygısının düşmesi bireylerin depresif belirtiler yaşamasında önemli bir etken olduğu bildirilmektedir (Yıldız ve Çapar, 2010). Yapılan bu araştırmada üniversite öğrencilerinde cinsel mitlerin anksiyete düzeyi ve benlik saygısına etkisi incelenecektir.

1.1. PROBLEM CÜMLESİ

Üniversite öğrencilerinde cinsel mitlerin anksiyete düzeyi ve benlik saygısına etkisinin ne düzeyde olduğu sorusu, araştırmanın problem cümlesini oluşturmaktadır.

Hipotezler:

1. Üniversite öğrencilerinde cinsel mitler, anksiyete düzeyini etkilemektedir.
2. Üniversite öğrencilerinde cinsel mitler, benlik saygısı düzeyini etkilemektedir.

Alt Problemler:

1. Sosyodemografik özelliklere göre üniversite öğrencilerinin cinsel mit düzeyleri farklılık göstermektedir.
2. Sosyodemografik özelliklere göre üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri farklılık göstermektedir.
3. Sosyodemografik özelliklere göre üniversite öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri farklılık göstermektedir.

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI ve ÖNEMİ

Araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde cinsel mitlerin anksiyete düzeyi ve benlik saygısına etkisinin incelenmesi ve elde edilen verilerin literatür doğrultusunda tartışılmasıdır. Demografik özelliklere göre cinsel mit, anksiyete ve benlik saygısı düzeylerindeki farklılık durumları da incelenecektir.

Yapılan literatür taramasında cinsel mitlerin, anksiyete düzeyini etkilediğine yönelik çalışmalar bulunmaktadır. Yapılan araştırmalarda cinsel mitlerin düzeyi arttıkça bireylerin anksiyete düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir (İncesu, 1998; Kora, 2001;

Kukulu, Gürsoy ve Sözer, 2009; Özmen, 1999; Zilbergeld, 1999). Cinsel mitlerin benlik saygısına etkisine yönelik de çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Cinsel mitlerin, benlik saygısını düşürdüğü ifade edilmektedir (İncesu, 2004; Sungur ve Tarcan, 2006; Torun, Torun ve Özaydın, 2011; Zilbergeld, 1992). Yapılan bu araştırmada cinsel mitlerin, anksiyete ve benlik saygısı düzeyine etkisinin incelenmesiyle literatürde yer alan boşluğun doldurulabileceği ve ileride yapılacak olan çalışmalara referans olunabileceği öngörülmektedir.

1.3. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

- Bu araştırma üniversite öğrencisi olan 180 öğrenciyle sınırlandırılmıştır.
- Cinsel mit düzeyleri Cinsel Mitler Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle anksiyete düzeyi Beck Anksiyete Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle benlik saygısı ise Rosenberg Benlik Saygısının Envanteri'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.4. ARAŞTIRMANIN VARSAYIMLARI

- Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- Üniversite öğrencilerinin Cinsel Mitler Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısının Envanteri'ne samimi şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.5. TANIMLAR

Cinsel Mit: Cinsel mitler, cinsel konulardaki doğru olduğu düşünülen, abartılı inanış ve düşüncelerdir (Kayır, 2001).

Anksiyete: Anksiyete, bireylerin tehdit ve tehlikelere karşı önlem alabilmesini sağlayan uyarıcı ve duygusal açıdan acı veren tecrübelerdir (Beck and Emery, 2011).

Benlik Saygısı: Benlik saygısı kavramı bireylerin kendisini değerlendirmesiyle oluşan kişisel yargılardır (Heatheron et al., 2003).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. CİNSELLİK

Cinsellik bireyin sosyal ve düşünsel bütünlüğünü, karakter gelişimini, sevgi ve iletişimin paylaşılmasını sağlayan, verimliliği artıran sağlık durumudur. Cinsel ilişki yaşamak herkesin hakkı olsa da yaşamsal bir gereksinim değildir fakat bireylerin yaşam kalitesinin belirlenmesinde önemli bir etkisi vardır. Cinselliğin, bireylerin ruhsal, bedensel, kişilik özellikleri, iletişim ve sevginin verimliliğini artıran etkileri de bulunmaktadır (Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği (CETAD), 2006).

Cinselliğe yönelik ayrıntılı çalışmalar Kinsey ve arkadaşları (1938-1952) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmalar toplum üzerinde büyük ses getirmiş olup, çalışmalarda tabulaşan ve merak edilen cinsellik açıklanmaya çalışılmıştır. Değer yargılarından arındırılmış biçimde doğrular topluma aktarılarak, cinsellik dini olgudan uzaklaştırılmıştır (İncesu, 2001).

Ege ve arkadaşları (2010) cinselliğin ruhsal ve bedensel katılımlar gerçekleştiğini, üreme ve doyum amacı güden yaşantıları kapsadığını belirtmektedir. Biyolojik boyutta cinsellik ele alındığında fiziksel rahatlamayı sağlamaktadır. Psikolojik boyutta cinsellik ise doyuma ulaşma, yakınlık ve bütünleşme ihtiyacını giderebilmektedir. Cinselliğin sosyal boyutunda ilişkilerin derinleşebilmesi, kişinin kendisini kanıtlayabilmesi, sevgi, yakınlık ve güvenin kazanılmasını sağlayabilmesi yer almaktadır.

Cinsel eylemler fizyolojik yapı ile ruhsal sürecin etkileşimiyle karakterize olan kompleks davranışlardır. Cinsellik, çok çeşitli faktörlerden etkilenirken aynı zamanda bu faktörleri de etkilemektedir. Bu nedenle cinsellik tek başına incelenmemeli bütün faktörler bir arada değerlendirilmelidir (Gereklioğlu vd., 2010).

Ülkemizde cinselliğe yönelik algılar çeşitli öğelerden oluşmaktadır. Kadınların cinsel davranışları utanç verici olarak yorumlanırken, erkekler ise kadınlardan daha fazla hakka sahip görülmektedir. Erkekler evlilik öncesinde cinsel deneyim yaşadıklarında bu durum normal karşılanırken, kadınlarda ise cinsel deneyimler anormal görülmektedir (Şahin, Şimşek ve Seyisoğlu, 2006).

Toplumlarda cinselliğe ilişkin bilgi eksikliğinin olması fizyolojik ve ruhsal sağlıkta problemin olmamasına karşın, cinsel yaşamda sorunlara yol açabilmektedir. Ayrıca bireylerin cinsel deneyimleri yeterince yaşayamamaları, toplumun cinselliğe olumsuz bakış açısının olması, toplumda yasakların ve katı tutumların olması cinsel işlev bozukluklarına yol açabilmektedir (Kocagöz, 2008).

Her bireyin cinselliğe bakışı farklılık gösterebilmektedir. Bazı kişilere göre cinsellik yaşamlarının merkezindeyken bazılarına göre ise cinselliğe çok önem vermemektedir (Gülsün vd., 2009).

2.1.1. Cinsel Yanıt Dönemleri

İnsanların cinsel yanıt süreçleri birbirini takip eden dört aşamada açıklanmıştır.

2.1.1.1. İstek / Uyarılma Evresi

İstek/uyarılma evresinde bilişsel ve fiziksel uyarılar ile fanteziler bireye yeterli cinsel uyarıları verebilmektedir. Yeterli düzeyde uyarılarla karşılaşıldığında kadınların genital bölgesinde kan akışında artma, klitoriste kanlanma ve memelerde büyüme olmakta, vajina genişlemektedir. Erkeklerde ise penisinde ereksiyon, glansta büyüme ve deride gerilme yaşanmaktadır (Akan ve Doğan, 2011).

Bu evre cinsel yanıt sürecinin ilk evresidir ve cinsel uyarıcıyla gelişen cinsel uyarılmanın etkisiyle başlamaktadır. Cinsel uyarılmanın süresi ve yoğunluğunun durumuna göre verilen cinsel yanıtlarda da değişim olabilmektedir. Cinsel uyarılma yeterli süreye ve yoğunluğa ulaştığına istek/uyarılma evresi kısa sürebilmektedir. Eğer

yeterli düzeyde uyarılma gerçekleşmezse bu evre uzayabilmekte ya da kaybolabilmektedir (İncesu, 2004).

2.1.1.2. Plato Evresi

Cinsel uyarının devam ettiği etmesiyle erkek ya da kadınlar plato veresine girer. Plato evresi, bir önceki evrenin bir parçasıdır, bu evrede cinsel heyecan artmaktadır. Kadınlarda vajinal salgı oluşurken, erkekte ise ereksiyon oluşmaktadır (Karademir, 2005).

2.1.1.3. Orgazm Evresi

Orgazm evresinde hazzın yoğun yaşanmasıyla birlikte düzenli kasılmalar görülmektedir. Orgazm evresinde idrar kesesinin iç sfinkterleri, meni sıvısının kese içine doğru geriye kaçmasını önleyecek şekilde kapanmaktadır (CETAD, 2006).

Orgazm evresi, diğer evrelere göre daha kısa sürse de hazzın yoğun yaşandığı evredir. Bu evrede erkeklerde kasılmalarla birlikte boşalma olurken, kadınlarda da vajinada kasılmayla birlikte boşalma gerçekleşmektedir (Çavaş, 2008).

2.1.1.4. Çözülme Evresi

Çözülme evresi, cinsel yanıt evreleri arasında bulunan son evredir. Orgazmın sonunda çözülme evresi görülürken, orgazmın olmaması durumunda ise plato evresinin sonunda cinsel organdaki uyarıların hafiflemesi ve kaybolmasıyla ilişkilidir. Çözülme evresinin ardından kadınlar, yeterli cinsel uyarı ile karşılaştığında yeniden orgazm olabilirken, erkekler de ise bu durum yaş ve cinsel uyarının süresine göre farklılık gösterebilmektedir (Tashbulatova, 2007). Erkeklerin çözülme evresinden sonra yeniden cinsel yanıt dönemine girebilmesi için ek bir döneme ihtiyacı bulunmaktadır. Bu dönem yanıtız evre olarak adlandırılmaktadır (CETAD, 2006a).

2.1.2. Cinsel Mit

Mit, olağanüstü özellikler içeren, doğruluğu olmayan ve nesilden nesile yayılan duyumlardır (Kayır, 2001). Mitler, toplumlardaki olağan yapının devamı için türetilmektedir. Mitler sayesinde insanlar üzerindeki hüküm devam ettirilebilmektedir. Mitlerle birlikte insanlar manipüle edilebilirken, insanlar bu durumun farkına varamamaktadır (Mora, 2008). Mitler toplumlar tarafından sıkça kullanılmaktadır. Örneğin, büyüklere karşı gelindiğinden taş olunacağı miti, büyükler yanlış yapsa bile asla onlara karşı gelinmeyeceğini ve onlara karşı sürekli saygılı olunacağını ifade etmektedir. Cinsel mitler, cinsel konulardaki doğru olduğu düşünülen, abartılı inanış ve düşüncelerdir (Kayır, 1998). Cinsel mitler, toplumlarda en yaygın yer alan mitlerdir (Torun, Torun ve Özaydın, 2011).

Cinsel mitler, cinselliğe ilişkin davranışları ve tutumları etkilemektedir. Cinsel mitlerin ortaya çıkmasındaki en önemli sebep, cinselliğe ilişkin doğru olmayan kaynaklardan bilgi edinilmesi gösterilmektedir (Kukulu, Gürsoy ve Ak, 2009; Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016; Torun, Torun ve Özaydın, 2011).

Cinsel konularda elde edilen bilgiler ilk olarak arkadaş çevresinde öğrenilirken daha sonra aile, basın-yayın organları, internet, filmler ve pornografik materyallerden öğrenilmektedir. İnfomal kaynaklardan elde edilen bilgiler ise cinsel mitlerin oluşmasına yol açmaktadır (CETAD, 2006; Torun, Torun ve Özaydın, 2011). Cinsellikle ilgili ilk bilgilerin arkadaş çevresinden, filmlerden ve medya ortamlarından edinildiğini göstermektedir (Nyanzi, Nyanzi and Kalina, 2005). Resmi ve doğru kaynaklardan bilgilere ulaşamaması, cinselliğe ilişkin abartılı, yanlış ya da eksik bilgilerin öğrenilmesine yol açmaktadır. Doğru bilgilere erişilememesi cinselliğe yönelik önyargıları oluştururken, yanlış bilgilendirmeler cinsel mitlere yol açmaktadır (Apay et al., 2013).

Cinsellik, biyolojik bir gereksinim olmasına karşın, kültürel ve toplumsal etki yüzünden gizli ve mahrem görülebilmektedir. Ataerkil toplumlarda erkeklerin, kadınlardan daha fazla haklara sahip olduğunun düşünülmesi cinsellikte de aynı algıyı

yaratmaktadır. Evlilik öncesinde erkeklerin cinsel birliktelik yaşayabilmesinin kadınlardaki gibi yadırganmaması, erkeklerin aktif cinsel yaşantısının olmasına imkan tanımaktadır. Kadınlar ise cinsel birliktelik yaşadıklarında ahlaksız olarak etiketlenilmektedir ve bu davranışlar utanç verici olarak yorumlanmaktadır. Cinsellik doğu toplumlarında tabu olarak görülürken, gelişmiş toplumlarda ise rahatça konuşulabilmektedir (Apay, Akpınar ve Arslan, 2013; Torun, Torun ve Özaydın, 2011).

Cinsel mitler, doğruluğu olmayan abartılı inanış ve düşünceleri kapsarken, cinselliğe yönelik olumsuz tutumlara yol açmaktadır (Nyanzi, Nyanzi and Kalina, 2005). Cinsel mitler bireyin sağlıklı cinsel deneyim yaşamasının önünden büyük bir engel oluşturmaktadır (Apay, Akpınar ve Arslan, 2013; Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016).

Cinsel mitlerle ilgili çok sayıda araştırma bulunmaktadır ve bu araştırmalar sonucunda en yaygın görülen cinsel mitler şu şekilde belirlenmiştir (Apay ve Pasinlioğlu, 2007; Gölbaşı vd., 2016; Kadıoğlu ve Şatıroğlu, 2011; Kayır, 2001; Sungur ve Tarcan, 2006; Torun, Torun ve Özaydın, 2011).

1. “Cinsel ilişkiyi erkekler her zaman ister ve erkekler her zaman cinsel deneyim yaşamaya hazırdır”. Bu mit oldukça yaygın görülmektedir ve erkeklerin cinsel ilişkide her zaman başarılı olacağı düşüncesine yol açmaktadır. Sürekli başarı beklenen erkekler ise kaygı yaşayabilmekte, sonucunda ise cinsel işlev bozuklukları görülebilmektedir.

2. “Cinsellikte önemli olan penisin vajinaya girmesidir”. Bu mit, dini inançlarla bağlantılı görülmüştür. Yalnızca üremenin amaçlandığı, hazzın ve olumlu duyguların geri planda kaldığı bir mittir. Ön sevişme olmadan kadınların uyarılması engellendiğinden, kadınlarda orgazm olamamaya yol açabilmektedir. Bu mit erkeklerde penisin sertleşmesi gerektiğini ifade ettiğinden, erkeklerde anksiyeteye ve sertleşme problemine neden olabilmektedir.

3. “Oral seks yanlış ve pistir”. Partnerler karşılıklı onay verdiği ve hijyen koşullarına dikkat edildiği sürece, oral seksin uyarıcı yönü oldukça fazladır.

4. “Her yakınlaşma, cinsel birliktelikle sonuçlanmalıdır”. Çiftlerin yakınlaşması cinsel birliktelikle sonuçlanmayabilir. Karşılıklı dokunmak ve okşamak haz alınmasına yardımcı olur.

5. “Cinsel ilişkiyi başlatan kadınlar ahlaksızdır”. Bu mit geleneksel algıların sonucunda oluşmuştur. Kadınların kontrol edilmesi ve cinsel deneyim esnasında pasif kalmasına yol açmaktadır. Kadınların cinsel ilişkiyi başlatırsa ahlaksız olarak algılanması, sağlıklı cinsel deneyimin gerçekleşmesinin önünde bir engeldir.

6. “Çiftler birbirlerinin nasıl zevk alacağını çok iyi bilir”. Çiftlerin cinsellikle ilgili konuşarak, zevk aldığı durumları birbirlerine aktarması, cinsel işlevselliği artırmaktadır.

7. “Penis sertleştiğinde, boşalma hemen gerçekleşmelidir”. Bu durum erkeklerdeki anksiyeteyi ve stresi artırarak, sertleşme probleminin neden olabilmektedir.

8. “Penisin sertleşmemesi, partnerine olan ilgisini kaybettiği anlamına gelmektedir”.

9. “Erkeklerin penis büyüklüğü, cinsel birleşmenin kalitesini artırmaktadır”. Bu mite göre erkekler kendisini baskı altında hissedebilmekte ve anksiyete yaşayabilmektedir.

10. “Bütün cinsel birleşmelerde, partnerler orgazm olmalıdır, orgazm olmak cinsel birlikteliğin kalitesini göstermektedir”.

11. “Fanteziler oldukça yanlıştır”. Cinsel fanteziler sağlıklı cinsel deneyimlerim sağlayabilirken, fantezilerin uyarıcı etkisi vardır. Fanteziler çiftlerin mutluluğunu sağladığı sürece, haz alınmasını sağlamaktadır.

12. “Kadınlar, erkekler gibi cinsel istek duymazlar”.

13. “Cinsellikte evrensel doğrular vardır”. Partnerler karşılıklı onay verdiği sürece doğrular değişkenlik gösterebilir ve eylemler normal algılanmaktadır.

14. “Cinsellikle ilgili duygu ve düşünceler dışa vurulmamalıdır”. Bu mite göre duyguları açığa vurmak güçsüzlük olarak görülmüştür.

15. “Cinsel birleşme, kendiliğinden olmalıdır”.

16. “Mastürbasyon zararlı ve pistir”. Bu mit mastürbasyonun alışkanlık yapacağı düşüncesini içermektedir. Mastürbasyon bireylerin yaşayabileceği güzel tecrübelerden birisidir ve yeterli düzeyde yapıldığında haz alınmasını sağlamaktadır. İlişki sırasında mastürbasyon, orgazm olamayan partnere yardımcı olmaktadır.

17. “Erkeğin güçlü olanı, üst üste birkaç ilişkiye girebilir”. Çözülme evresinden sonra erkeklerde yanıtız evre bulunmaktadır. Yeniden cinsel yanıt döngüsüne girebilmesi için cinsel uyarana ihtiyacı vardır. Bu uyarıların yoğunluğu ve süresi oldukça önemlidir.

18. “Menopoza giren kadınların, cinsel yaşamı sona ermiştir”.

19. “Kadınlar sadece penisle orgazm olmak zorundadır”. Yapılan araştırmada kadınların %20-30 oranında vajinal hareketlerle orgazm olduğunu göstermektedir. Kadınların elle uyarılmaya ihtiyacı vardır ve elle uyarılarak orgazm olan kadınlar daha fazla haz alabilmektedir.

20. “Birey evlendiğinde mastürbasyonu bırakmalıdır”. Aksine mastürbasyon bireyin haz almasını sağlayan bir unsurdur.

21. “Penis vajinaya girdiğinde, oldukça acı verir”. Bu durum kadınların, sağlıklı cinsel aktivite gerçekleştirmesinin önünde büyük bir engel oluşturmaktadır.

22. “Hamileyken ilişkiye girmek, bebeğe zarar vermektedir”.

23. “Cinsel birliktelik doğaldır, öğrenilemez”. Bu mite göre çiftler cinsellikle ilgili konularda konuşmamalı ve mutlu olduğu cinsel deneyimleri paylaşmamalıdır. Sağlıklı cinsellik için karşılıklı konuşabilmek oldukça önemlidir.

Cinsel mitler bireylerin hatalı bilişsel şema oluşturmalarına neden olmaktadır. Bu şemalar ise bireylerin anksiyete, suçluluk, gerçekçilikten uzak beklentilerin oluşmasına ve başarısız olma korkusuna yol açarak cinsel işlev bozukluklarına sebep olabilmektedir (Keçe, 2013; Yaşan ve Gürgen, 2004).

Cinsel mitlerin oluşumunda ve yaygınlaşmasına cinsel deneyim ve bilgi eksikliği son derece etkili olmaktadır. Cinsel mitler abartılı beklentiye, özgüven düşüklüğüne, takıntılara, tecrübesizliğe ve bilgisizliğe yol açabilmektedir. Cinsellik kırılabilir bir yapıya sahip olduğundan, doğru bilgilerin elde edilememesi cinsel işlev bozukluklarının oluşmasında önemli bir etkiye sahiptir (İncesu, 2004; Torun, Torun ve Özyayın, 2011).

Ülkemizde cinsellik tabu olarak kaldığından yasak ve konuşulmaması gereken konuların başında gelmektedir (Kukulu, Gürsoy ve Ak, 2009). Ülkemizde cinsel mitlerin yaygınlığı eğitim düzeyinden bağımsız ilerlemektedir. Bu durum eksik ya da yanlış bilgilerin fazlalığından kaynaklanmaktadır (Yaşan ve Gürgen, 2004).

Kültürümüzde toplumsal cinsiyet ve namus kurallarının olması ve kadınların cinselliğinin kısıtlanması cinsel uyumsuzluğu artırmaktadır. Erkeklerin cinsel

deneyimlerinin rahatça ifade edilebilmesine izin verilmesi, kadınların ise cinsel deneyimlerinin utanç verici algılanması toplumun bakış açısını özetlemektedir (Aşkun ve Ataca, 2007).

Cinsel mitler kadınları ve erkekleri makineleştirerek sevgi, tutku, aşk ve heyecandan uzaklaştırmaktadır. Kadınları hor gören cinsel mitler, erkek ve kadınları da birbirinden uzaklaştırmaktadır (CETAD, 2006).

Yapılan araştırmada kadınların ve erkeklerin %70'den fazlasının kadınların onurlarının bekaretle ilişkili olduğunu ifade ettikleri bildirilmektedir. Yine aynı araştırmada erkeklerin %64'ünün cinsel deneyim yaşamamış kadınlarla evlenmek zorunda olduğunu ifade ettikleri belirlenmiştir. Bu durum kadınların cinsel deneyimleri sonucunda nasıl bir şekle büründüğünü göstermektedir (Yüksel ve Cindoğlu, 2006).

Vajinismus tanısı alan kadınlarla yapılan araştırmada kadınların %53'ünün cinselliğin yanlış olduğuna inandığını, kadınların %47'sinde cinsel ilişkinin oldukça acı vereceğine inandığı belirlenmiştir (Ward and Ogden, 1994).

Avcı ve Beji (2011) toplumumuzda kadınların görevinin, erkeklerin cinsel ihtiyacını gidermek olduğunun yaygın olarak kabul edildiğini bildirmektedir. Erkeklerin cinsel deneyimlere erken yaşta başlaması kabul edilebilirken, kız çocuklarının ise cinsellikle ilişkili sorularının cevap bulamadığı ifade edilmektedir.

Shokrollahi ve arkadaşları (1999) araştırmasında kadınlardaki cinsel işlev bozukluklarından olan vajinismusun, eksik ya da yanlış bilgi edinmeyle ilişkili olduğunu belirlemiştir.

2.1.3. Cinsel Mitleri Etkileyen Faktörler

Vicdan'a (1995) göre cinsellik yaşam için önemli bir olgudur. Cinselliğe ilişkin davranış ve tutumların belirlenmesinde çok çeşitli faktörler etkili olmaktadır. Ayrıca

bireyin yaşadığı sosyokültürel yapı, cinselliğe bakışı önemli ölçüde etkilemektedir. Cinsel mitleri etkileyen faktörler şu şekilde açıklanmaktadır:

2.1.3.1. Eğitim

Cinsel eğitimin yeterince alınmamış olması ya da hiç alınmaması, bilginin informal kaynaklardan öğrenilmesine ve cinsel mitlerin oluşmasına yol açmaktadır. Böylelikle bilgiler abartılan inanışlara dönüşmekte ve bireylerin cinsel yaşantısını önemli ölçüde etkilemektedir (Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016).

Yapılan araştırmalarda eğitim düzeyi düşük olanların, yüksek olanlara göre cinsel mitlere daha fazla inandığı belirlenmiştir. Eğitim düzeyi yüksek olanlarda da cinsel mitler görülebilmektedir. Bu durum eğitim düzeyi yüksek olan kişilerin çevresel yapısından ve bu yapının inanışlarından etkilendiğini göstermektedir (Kısa vd., 2013; Özmen, 1999; Torun, Torun ve Özaydın, 2011).

Torun, Torun ve Özaydın (2011), araştırmasında ortaokul ve altında eğitim düzeyine sahip bireylerin cinsel mitlere inanma düzeyinin, diğer eğitim düzeylerindeki göre anlamlı ölçüde yüksek olduğunu belirlemiştir.

2.1.3.2. Cinsiyet

CETAD (2006) araştırmasında erkeklerin, kadınlara göre cinsel mitlere daha fazla inandığı belirlenmiştir. Yapılan bir başka araştırmada ise kadınların cinsel bilgilerinin erkeklere göre daha düşük olduğu belirlenmiştir (Vural ve Temel, 2010). Yapılan diğer araştırmalarda ise cinsiyet değişkenine göre cinsel mitlerin farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Kora ve Kayır, 1996; Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016; Raizada, Gupta and Kumar, 1997; Torun, Torun ve Özaydın, 2011).

Cinsellik konusunda kadınlar değersiz görülürken, erkeklerde seksüel sürekli isteyen ve sekse hazır kişiler olarak gösterilmektedir. Bu durum kadınların ve erkeklerin sağlıklı cinsel yaşam oluşturmalarının önünde büyük bir engel oluşturmaktadır (CETAD, 2006; Kayır, 2001; Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016).

Erkeklerin egemen olduğu toplumlarda, kadınların cinsel yaşamlarına önem verilmemekte ve kadınlar yalnızca partnerini memnun etmek zorunda olan kişiler olarak gösterilmektedir (Ohl, 2007).

2.1.3.3. Cinsel Bilgileri Öğrenme Yeri

Cinsel bilgilerin doğru kaynaklardan öğrenilmemesi cinsel mitlere inanmayı kolaylaştırmaktadır. Yapılan araştırmada arkadaş kardeş, basın-yayın organları, pornografik yayın ortamından öğrenilen ilk cinsel bilgilerin cinsel ilişkileri olumsuz etkilerken, cinsel işlev bozukluklarına yol açabildiği belirlenmiştir (Özmen, 1999).

Torun, Torun ve Özaydın (2011), araştırmasında pornografik yayın ortamından öğrenilen cinsel bilgilerin diğer cinsel bilgi kaynaklarına göre daha fazla hatalı, abartılı ve yanlış düşüncelere yol açtığını belirlemiştir.

2.1.3.4. Cinsel Deneyim

Yapılan araştırmada cinsel deneyimi olan bireylerin cinsel mitlere inanma düzeyinin zamanla az da olsa azaldığı belirlenirken, cinsel partneri olmayanların cinsel mitlere inanma düzeyinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Yaşan ve Gürgen, 2004).

2.1.3.5. Yaş

Yapılan araştırmada 30 yaşın üzerinde olanların, 18-25 yaşları arasındakilere göre daha fazla cinsel mite sahip olduğu tespit edilmiştir (Şahbaz, 2017). Yapılan bir başka araştırmada yaş arttıkça cinselliğe yönelik tutuculuğun arttığı tespit edilmiştir (CETAD, 2006b).

Bireylerin yaşadığı bölgenin kültürel etkisi sebebiyle cinsel mitlere inanmak kolaylaşabilmektedir. Yapılan araştırmada ülkemizdeki bireylerle, yurtdışındaki bireyler

arasında cinsel mitlere inanma yönünden anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Ülkemizdeki bireylerin gelenek ve kültürel yapısı itibarıyla cinsel mitlere daha fazla inanıldığı bildirilmiştir (Civil ve Yıldız, 2010).

Tekeli (1995) kırsal kesimlerde yaşayan bireylerin cinselliği ifade etme noktasında daha pasif kaldığını belirlemiş ve kırsal kesimlerde yetişenlerin kentlerdekilere göre cinsel mit düzeyinin yüksek olduğu bulunmuştur.

2.1.4. Cinsel Mitlere Yönelik Araştırmalar

Yapılan araştırmada yaş, gelir düzeyi, yaşanan bölge ve ebeveyn eğitim durumuna göre cinsel mitlerin farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Aygin vd., 2017).

Yapılan araştırmada evli bireylerin cinsel mitlere inanma düzeyinin, bekarlara göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Cinsel eğitim düzeyi azaldıkça cinsel mitlere inanma düzeyinin arttığı saptanmıştır (Torun, Torun ve Özaydın, 2011).

Singh ve arkadaşları (2009) araştırmasında gelir düzeyine ve evlilik süresine göre cinsel işlev bozukluğunu incelemiştir. Araştırma sonucunda gelir düzeyi düştükçe ve evlilik süresi arttıkça cinsel işlev bozukluğunun arttığı belirlenmiştir.

Erkeklerin partnerini memnun etmek zorunda olması gerektiği ve erkeğin cinsel ilişkiyi başlatması gerektiği mitlerine inanmasının, cinsel işlev bozukluğu ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Kadınlarda ise yaş, beden algısı ve hazla ilişkili mitlerin cinsel işlev bozukluğu ile ilişkili olduğu bildirilmiştir (Nobre and Pinto, 2006).

Kocagöz (2008) tarafından gerçekleştirilen araştırmada cinsel mitlere inanma düzeyi ile cinsel işlev bozukluğu arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Cinsel mitlere inanma düzeyi arttıkça cinsel işlev bozukluğunun arttığı saptanmıştır.

Speckens ve arkadaşları (1995) cinsellikten beklentilerin, yaşama biçiminin ve cinsel yönelimdeki farklılıkların cinsel mitlere yol açabileceğini belirtmiştir.

Özkardeş ve arkadaşları (2003) cinsel bilgilerin ilk olarak ortalama 13 yaşlarında öğrenildiğini belirlemiştir. Ayrıca katılımcıların yarısından fazlasının ailesiyle cinselliğe dair hiçbir konuşma gerçekleştirmediği saptarken, eğitim düzeyine göre cinsel mitlere inanma düzeyini farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Aygin ve arkadaşları (2017) ile Bozkurt (2016) araştırmasında yeterli cinsel bilgiye sahip olmayan bireylerin cinsel mitlere inanma düzeylerinin yüksek olduğunu belirlemiştir. Barlow (1986) anksiyete bozukluğu yaşayan bireylerin cinsel isteksizliği olduğunu ve uyarılma sorunu yaşadıklarını bildirmiştir.

Yapılan araştırmalarda kültürel etkinin, cinsel değerlerin, abartılı bilgilerin ya da bilgi eksikliğinin, cinsel organın yeterince tanınmamasının, bekaret konusunda hassasiyet düzeyinin yüksek olmasının, hiçbir cinsel bilgiye sahip olmadan cinsel deneyim yaşamının cinsel işlev bozukluğuyla ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Çetin vd., 2008; Doğan ve Özkorumak, 2008).

2.2. ANKSİYETE

Anksiyete, bireylerin tehdit ve tehlikelere karşı önlem alabilmesini sağlayan uyarıcı ve duygusal açıdan acı veren tecrübelerdir (Beck and Emery, 2011). Anksiyete kavramını açıklamaya yönelik çeşitli tanımlamalar yapılmıştır. Anksiyete, sebebi belirli olmayan, belirsiz, korku, sıkıntı ve kötü bir şeyin olacağını düşünme duygusudur. Yaşanan duygular tehlikelere ya da tehlikenin oluşabileceği durumlarda ortaya çıkan tepkilerdir ve bireylerin işlevselliğini bozmaktadır. Anksiyete, bireyin yaşadığı duyguların rahatsızlığı yüzünden, diğer duygulardan ayrılmaktadır (Nolen-Hoeksema, 2009).

Anksiyete, kaynağı belirli olmayan tehlike beklentileri olduğu için korkudan ayrılmaktadır. Korkuda neden açık ve belirlidir. Ayrıca korkuyu yol açan düşünce ya da durumlar ortadan kaldırıldığında rahatlama sağlanabilmektedir. Anksiyete, korkuya göre

daha kalıcı olup; herhangi bir nesneye ya da duruma bağlı değildir. Anksiyete ayrıca çevresel unsurlardan daha az etkilenmektedir (Crooks and Stein, 1991; Akt. Kına, 2017).

Anksiyete bireylerin yeni durumlara adaptasyonunun sağladığından, bireye itici bir güç verebilmektedir. Bireyin adaptasyonunu sağlayabildiğini gibi ruh halini iyileştirebilmektedir. Bunun yanı sıra engelleyici işlevi de bulunan anksiyete bireyin gündelik yaşamındaki fonksiyonelliği kısıtlayabilmektedir (Karamustafalıoğlu ve Akpınar, 2010).

Anksiyetenin düzeyi bireysel farklılıklar gösterebilmektedir. Anksiyete atakları da aynı şekilde farklılaşabilmektedir. Bireylerin anksiyeteye verdiği tepkilerin daha iyi anlaşılabilmesi için duygusal, bilişsel, fiziksel ve davranışsal açılardan nasıl ifade edildiğinin tespit edilmesi son derece önemli bir durumdur (Clark and Beck, 2012).

Anksiyeteyi anlayabilmek için hastaların duygu ve düşüncelerinin yapısı ile düşünce ve hayallerin çözümlenmesiyle bilişsel bozuklukların aydınlatılması gerekmektedir. Anksiyete yaşayan bireyler, tehlikeli olmayan uyaranlara pek dikkat etmezken; tehlike yaratacak uyaranlara fazlasıyla dikkat etmektedir. Bu kişiler aşırı genelleme yaparlar ve keyfi çıkarımlarda bulunurlar. Ölüm düşünceleri vardır ve felaket ihtimalini düşünürler. Anksiyete hastaları, dışarıdan kolaylıkla anlaşılmamaktadır ve bu hastaların korkuları mantıklıdır. Hastanın kendisine göre felaket riski bulunmaktadır, tehlikeler gerçektir ve anksiyeteyi devam ettiren durum fark edilmedikçe kısır döngü içerisinde anksiyete devam etmektedir (Beck and Emery, 2011).

Anksiyetede hafif düzeyde tedirginlikten, gerginliğe ve panik yaşamaya kadar çeşitli düzeylerde belirtiler görülebilmektedir. Anksiyetede mantık dışı inançlar ve abartılmış düşünceler olabilmektedir. Bireyler kendisini koruyabilmek adına gerginliğe yol açan durumlardan kaçmaya çalışabilmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2011).

Bir durum ya da olayın zararlı ve tehlikeli olduğuna yönelik yargılamaları, anksiyeteye sebep olmaktadır (Riskind, 2007). Anksiyete genelde çarpıtılan ve abartılan, tehdit edici özelliğe sahip düşüncelerden oluşmaktadır (Leahy, 2007). Anksiyetenin

normalin üstünde şiddet göstermesi bireyin fizyolojik, duygusal, bilişsel ve davranışsal açıdan etkilenmesine yol açmaktadır. Anksiyete düzeyi yüksek olan bireyler, anksiyete düzeyi düşük olduğu dönemlere göre düşünme ve davranış biçimleri farklılık göstermektedir. Anksiyete yaşayan birey bu durumun farkında değildir ve değişen düşünce biçimi anksiyetenin devamının sağlanmasında ya da sona ermesinde etkili olmaktadır (Clark and Beck, 2012).

Anksiyetenin ne zaman ve hangi durumlarda uyumlu olduğu, ne zaman uyumsuz olduğunun belirlenmesi son derece önemlidir. Anksiyetenin bireyin performansını olumlu yönde etkilediği bir aralık bulunmaktadır. Bu aralık aşıldığında belirtilerle birlikte verimin düşmesine yol açan ve patolojik değerlendirilen anksiyete bozukluğu ortaya çıkabilmektedir (Karamustafalıoğlu ve Akpınar, 2010).

Anksiyete bireylerin aşırı düzeyde kaygı, anlamsız korkular ve saplantılar yaşamasına neden olarak kişinin bedenine yabancılaşmasına neden olabilmektedir (Alkın ve Onur, 2007). Anksiyete tehlike durumunda aktifleşmektedir. Anksiyetenin şiddetli ve uzun süre yaşanması durumunda kişiler arası ilişkileri olumsuz etkilenmekte, gündelik ve iş yaşamında işlevsellik azalabilmektedir. Anksiyete bireylerin yaşadığı psikiyatrik bozukluklara genelde eşlik etmektedir (Esel, 2003).

Anksiyete, depresyonla birlikte toplum içerisinde en fazla görülen ruhsal rahatsızlıklardan birisidir. Yaygınlığa ilişkin yapılan araştırmada anksiyete bozukluğunun yaşam boyu yaygınlığının %29 olduğu tespit edilmiştir (Kessler et al., 2010). Öztürk (2004) ise araştırmasında anksiyete bozukluğunun yaygınlığının %3-6 arasında değiştiğini bildirmektedir. Ertan (2008) bu oranın %17,7 olduğunu belirtirken, Kartöz (2016) ise %14,6 olarak bildirmiştir. Bandelow ve Michaelis (2015) araştırmasında anksiyetenin yaygınlığının %33,7 olduğunu belirlenmiştir.

2.2.1. Anksiyetenin Nedenleri ve Belirtileri

Kendisini güvende hissedenlerde anksiyete ya hiç yaşanmamakta ya da çok düşük düzeyde yaşanmaktadır. Bireylerin çevreyi ve çevreden gelebilecek tehlikeleri

algılamaları farklılık göstermektedir. Bu durum her bireyin var olan duruma ve yaşanan olaya verilen tepkilerinde ve algılamalarında farklılığın olduğunu göstermektedir. Bu nedenle anksiyeteye yol açan faktörler bireysel farklılıklardan etkilenmektedir (Gedik, 2015; Nayır, 2012).

Bireylerin bütünlüğünü ve kendisine olan güvenini tehdit eden duygu, düşünce ve ruhsal durumlar, psikolojik, fizyolojik ve sosyal çevrede meydana gelen değişimler, benliğin tehdit altında olması, barınma ve fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasına yönelik yaşanabilecek sorunlar, çevresel baskılar, toplumsal olaylar, umutsuzluğun, çaresizliğin, başarısızlığın artması, ekonomik sorunlar, başa çıkma mekanizmalarının yetersiz kalması ve travmatik yaşantılar anksiyeteye neden olabilmektedir (Ala, 2007; Türe, 2006)

Ziyalar (2006) anksiyetenin oluşumunda etkili olan faktörleri şu şekilde açıklamaktadır:

- Andropoz ve menopoz dönemi bireylerde çeşitli değişimlere yol açtığından anksiyete oluşabilir.
- Anksiyetenin oluşumunda genetik faktörler etkilidir.
- Yaş anksiyetenin oluşumunda önemli bir faktördür. Son çocukluk dönemindeki bireyler ile yaşlı bireyler anksiyeteye diğer yaş gruplarındakilere göre daha fazla yatkındır.
- Kişilik yapısının tam gelişmemesi anksiyeteye sebep olabilmektedir (Ziyalar, 2006).

Bireyin yeni bir ortama girmesiyle yakın çevresinden uzaklaşması, algıladığı sosyal desteğin azalması da anksiyete yol açabilmektedir (Cüceloğlu, 2015). Yaşanan her olumsuz olay anksiyeteye sebep olmamaktadır. Aileye yeni bir çocuğun katılmasıyla artan sorumluluk düşüncesi, yeni bir işe başlamak, terfi almak, hamile kalmakta anksiyete kaynağı olabilmektedir (Nayır, 2012).

Bireyin fiziksel sağlığının bozulması, geçirilen ameliyatlara, engel durumu, uzuv kayıpları ya da fonksiyonellikte azalmanın olması anksiyeteye yol açan unsurlar arasında gösterilmektedir. Anksiyetenin en önemli kaynaklarından birisi bireyin gelecekte ne

olacağını bilememesinden kaynaklı oluşan belirsizliktir (Çelik ve Edipoğlu, 2018; Perks, Chakravarti and Manninen, 2009).

Anksiyetede çeşitli belirtiler gözlenmektedir. Anksiyete yaşayan bireylerde görülen fiziksel belirtiler arasında nefes alıp vermede güçlük, çarpıntı, titreme ve terleme bulunmaktadır. Psikolojik belirtiler ise sıkıntı, heyecan, olayların kontrol edilemeyeceğinin düşünülmesi ve korkusu vardır. Anksiyetenin belirtilerinin bireyin gündelik yaşamındaki işlevselliği bozması ve çevreyle kurulan ilişkileri olumsuz etkilemesi, anksiyetenin patolojik olabileceği üzerinde durulmasını gerektirmektedir (Karamustafaloğlu ve Yumrukçal, 2011).

Anksiyetenin bilişsel belirtileri arasında çevrenin gerçek dışı algılanması, aşırı uyarılmışlık, nesnelere bulanık görülmesi ve bulanık zihin yapısının olması vardır. Gerginlik, sinirlilik, şaşkınlık, endişe ve tedirginlik de bilişsel belirtiler arasında gösterilmektedir. Bu belirtiler yaşanırken benlik algısı korunmaktadır. Bireyin kendisini dehşet içerisinde hissetmesinin ve alarm durumunda olmasının ise anksiyetenin en önemli duygusal belirtilerinden olduğu ifade edilmektedir (Beck and Emery 2006).

Anksiyete, bireylerin çeşitli alanlarda tepki vermesine yol açmaktadır. Bedensel belirtiler fizyolojik sistem üzerinde kendisini gösterirken, bilişsel belirtiler ise bireyin düşünce yapısını, deneyimlerini ve inançlarını etkilemektedir. Duygusal sistem üzerindeki belirtiler ise bireyin korku ve panik yaşamasına yol açabilmektedir. Davranışsal sistemdeki belirtiler ise bireyin eylemlerini engellemektedir. Belirtiler bireyin anksiyetesini azaltmasına yönelik ortaya çıkmaktadır (Işık ve Işık Taner, 2006).

Kasılma, kan basıncının artması, hızlı nefes alıp verme, kaşıntı, yüzde kızarma, iştah kaybının oluşması, reflekslerde atışın olması anksiyetenin fiziksel belirtilerindendir. Parasempatik sinir sistemi devreye girdiğinde kan basıncında düşüklük, nabzın düşmesi ve baygınlık görülebilmektedir (Beck and Emery, 2006).

Anksiyete belirtileri bireylerde düşük, orta ve yüksek düzeyde yaşanabilmektedir. Yüksek düzeyde belirtilerin görülmesi bireylerin belirsizlik duygusunu yoğun biçimde

yaşamına ve kendisine yardım edilemeyeceğinin düşünülmesine yol açmaktadır (Beşer ve Öz 2003).

2.2.2. Anksiyeteye Yönelik Araştırmalar

Demografik değişkenlere yönelik yapılan incelemede anne baba eğitim düzeyine göre anksiyete düzeylerinde farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (Batmaz vd., 2005).

Bushi (2016) çalışmasında ekonomik duruma göre anksiyete düzeyinin farklılık göstermediğini belirlemiştir.

Kına (2017) araştırmasında cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre anksiyete düzeyinin farklılaşmadığını belirlerken, ekonomik düzeye göre farklılık olduğunu belirlemiştir. Düşük gelire sahip bireylerin, orta ve yüksek düzeyde gelire sahip olanlara göre anksiyete düzeyinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan araştırmalarda kadınların, erkeklere göre anksiyete düzeyinin yüksek olduğu bildirilmektedir (Alvi et al., 2010; Ediz, Özçakır ve Bilgel, 2017).

Öztürk ve Uluşahin (2011) anksiyete riskinin 10-25 yaşlarındaki bireylerde daha fazla olduğunu bildirmiştir.

Yapılan araştırmada kadınlardaki anksiyete düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca geliri düşük olan bireylerin de, geliri yüksek olan bireylere göre anksiyete düzeyinin yüksek olduğu belirlenmiştir (Hewit et al., 2001; Kessler et al., 2005; Sareen et al., 2011).

Ocaktan, Keklik ve Çöl (2000) araştırmasında cinsiyete göre farklılığın olmadığını bildirmiştir. Yelkenci (2013) ile Sinanoğlu (2016) araştırmasında cinsiyet ve ekonomik düzey değişkenlerine göre anksiyetenin farklılık göstermediği belirlemiştir.

Yapılan araştırmada algılanan sosyal destek arttıkça anksiyete düzeyi azalırken, psikolojik sağlamlığın artmasının anksiyete düzeyini azalttığı tespit edilmiştir (Bulut, 2016).

Yapılan araştırmada daha önce ruhsal rahatsızlık yaşamış bireylerin, ruhsal rahatsızlık yaşamayanlara göre anksiyete düzeyinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca yaş arttıkça anksiyete düzeyinin arttığı tespit edilmiştir (Aydın, 2017).

Üniversite öğrencileriyle yürütölen araştırmada akademik başarısız düşük olanların, akademik başarısı orta ve yüksek olanlara göre anksiyete düzeyinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyine göre anksiyete düzeyi farklılaşmazken, depresyon düzeyi arttıkça anksiyete düzeyinin de arttığı saptanmıştır (Kapucı, 2016).

Üniversite öğrencileriyle yapılan bir diğer araştırmada travmatik deneyimlerin umutsuzluk ve anksiyete düzeyine etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda travmatik deneyimlerin anksiyete ve umutsuzluk düzeyini anlamlı biçimde etkilemediği belirlenmiştir. Umutsuzluk düzeyi ile anksiyete arasında da pozitif korelasyon bulunmuştur (Uçaroğlu, 2013).

Yapılan araştırmada obsesif kompulsif belirtilerin anksiyete bozukluklarında önemli bir risk faktörü olduğu tespit edilirken, çocukluk döneminde yaşanan depresyonun ileride anksiyete bozukluğunun oluşumunda önemli bir risk faktörü olabileceği tespit edilmiştir. Depresyon ile obsesif kompulsif belirtilerin anksiyete ile pozitif yönde ilişki içinde olduğu belirlenmiştir (şimşek, 2015).

Anksiyete ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen Oğuz (2016) anksiyete ile benlik saygısı arasında negatif yönde ilişki olduğunu belirlemiştir. Ebeveyn tutumlarına göre ise anksiyete ve benlik saygısı düzeylerinde farklılık olmadığı saptanmıştır.

2.3. BENLİK SAYGISI

Benlik, bireylerin kişilik yapılarına yönelik düşünceleri, kendisini tanıması, değerlendirmesi ve kişiliğin temellerini belirlenmesinde etkili olan kısımdır (Baymur, 1994).

James çalışmasında benliği bilen ve bilinen benlik olarak ikiye ayırmıştır. Bilinen benliğin bilim tarafından incelenmesi gerektiği savunulmuştur. Bilen benlik özne olarak tanımlanırken, bilinen benlik ise nesne olarak tanımlanmıştır. Benlik, bilim açısından incelendiğinde ise nesne konumuna düşer. Bu nedenle psikoloji bilinen benlik görüşünü savunmuştur (Bacanlı, 2004).

Benlik kavramı, literatürde kendisine sıkça yer bulmuş bir kavramdır. Kişilik araştırmalarında, psikanalizde, ego psikolojisinde ve sosyoloji konularında incelenen benlik ve benlik saygısı kavramlarının birbirlerinin yerine kullanılabildiği belirtilmektedir. Her iki kavram da bireyin benliğine yönelik anlamlara sahip olsa da benlik kavramında, benlik saygısının değerlendirici özellikleri bulunmamaktadır. Benliğin tanımlanmasında ben kimim sorusu yardımcı olabilirken, benlik saygısındaki gibi değerlendirmeler yer almamaktadır. Benlik benliğin açıklayıcı ve sorgulayıcı tarafıdır. Benlik saygısı ise benlikten memnun olma durumu ve benliğin değerlendirmesidir (Wells and Marwel, 1976; Akt. Çevik Demir, 2013).

Benlik saygısı kavramı bireylerin kendisini değerlendirmesiyle oluşan kişisel yargılar olarak açıklanmıştır (Heatheron et al., 2003). Benlik saygısı kavramı psikoloji disiplini içerisinde incelenen en karmaşık ve önemli konulardan birisidir. Benlik saygısı bireylerin kendisini değerlendirmesiyle elde ettiği yargılardır (Cobb, 2003).

Benlik saygısı bireyin kendisini değerlendirme gereksinimine yoğunlaşmıştır. Bireyin değerlendirmesinde önemli olan nokta kişinin kendisini çok üst düzeyde ya da mükemmel değerlendirmesi değildir. Var olan potansiyelin görülüp bunun kabullenilmesi daha önemlidir (Adams and Gullota, 1989).

Benlik algısı bireylerin kendisine atfettiği değerlerle ilişkilidir. Bireyin sahip olduğu gerçek benlik ile olmak istediği ideal benlik arasındaki fark benlik saygısını göstermektedir. Gerçek benlik ile ideal benliğin arasındaki farkın fazla olması benlik saygısının düşüklüğü ile bilgi vermektedir. Bu durum benlik saygısının gerçeklik ötesi algılarla ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir (Baumeister et al., 2003).

Rogers, insanların yalnızca fiziksel gelişim amacının olmadığını, kişisel gelişiminde amaçlandığını belirtmektedir. Kişisel gelişimin amaçlandığı güdüler, benlik doyumunu ile işlevsel olabilmeyi kapsamaktadır. Gerçek benlik ile ideal benliğin farkı, bireylerin gelişimleri için güdüleyicidir (Yanbastı, 1996).

Maslow'un açıkladığı ihtiyaçlar hiyerarşisinde en alt basamakta fizyolojik ihtiyaçlar varken, en üst basamakta ise kişisel ve sosyal ihtiyaçlar yer almaktadır. Oluşturulan hiyerarşide alt basamaktaki ihtiyaçlar karşılandıktan sonra üst basamakta bulunan ihtiyaçlara sıra gelmektedir. Alt basamaktaki ihtiyaçların karşılanması, bir üst basamaktaki ihtiyacı doğurmaktadır (Plotnik, 2009). En üst basamakta yer alan bireyin kendisini gerçekleştirebilmesinden önce kendisine ve başkalarına saygı gösterme ihtiyacı bulunmaktadır. Bireyin kendisine ve başkalarına saygı göstermesi yerine getirildiğinde kendini gerçekleştirme basamağına geçilmektedir (Arık, 1992). Maslow, bireyin kendisine saygı ihtiyacının kişinin kendi becerisine, yeterlilik alanlarına, başarısına ve uzmanlığa saygı duymasıyla gerçekleşebileceğini belirtmektedir. Ayrıca toplumun da bireye saygı göstermesi gerekmektedir. Bu durumda itibar sahibi olmak, saygınlık, takdir ve hakimiyet kazanabilmek önemlidir. Bu değişkenler bireyin içerisinde bulunduğu kültürel yapıdan etkilenmektedir (Akt. Erzenli Altunbayrak ve Kaya, 2019).

Adler (2014) bebeklerin doğumla birlikte eksiklik hislerinin olduğunu yaşanan eksikliğin benlik saygısını olumsuz etkilediğini ve olumsuzluğu ortadan kaldırmak için çaba gösterdiklerini belirtmektedir. Kişisel gelişimin benlik saygısı kazanma ve eksiklik duygusundan uzaklaşma çabasının sonucu olduğu bildirilmektedir.

Benlik saygısını bireyin kendisini başarılı görüp, değerli ve becerikli algılamasıyla gerçekleşebileceğini belirten Coopersmith, bireyin oluşturduğu

standartlarına, performansına ve kapasitesine göre benlik saygısının farklılaşabileceğini belirtmiştir. Yapılan değerlendirmelerde olumlu durumları daha fazla olan bireyler kendisini değerli hissederken, bu durum benlik saygılarına olumlu yansıtacaktır. Olumsuz değerlendirmelerin fazla olması durumunda ise bireyler kendisini değersiz algılayacak ve benlik saygıları düşecektir (Turan, 2010).

Benlik saygısı kavramı üç farklı şekilde incelenmektedir. Bu incelemeler şu şekilde ifade edilmektedir:

- **Yordayıcı Özellik:** Benlik saygısı yüksek olanların, düşük benlik saygısına sahip olanlara göre farklı özellikleri bulunmaktadır. Benlik saygısı yüksek bireylerin duygu, düşünce ve davranışları benlik saygısı düşük olanlara göre farklılık taşımaktadır. Benlik saygısının incelenmesinde bu farklılıklar üzerinde durulmaktadır.

- **Sonuç:** Bireylerin deneyimleri kendisine yönelik hissettiği duyguları ne yönde etkilediği üzerinde durulmaktadır.

- **Yön Verici Özellik:** Benlik saygısı ihtiyacı çeşitli psikolojik süreçlerden etkilenmektedir. Bu özellikler üzerinden benlik saygısı kavramı literatürde araştırılmaktadır (Brown, Dutton and Cook, 2001).

Benlik saygısı tehdit edildiğinde bireyleri durumu kontrol altına alabilmek için başa çıkma mekanizmalarının devreye girme ihtimali artmaktadır, bu durum bireylerin kendisini saklama eğilimleri ile ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Yapılan araştırmada da kendisini saklama ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir (Ichiyama et al., 1993).

Benlik saygısını üç boyutta inceleyene Brown, Dutton ve Cook'a (2001) göre benlik saygısı boyutları şu şekildedir:

- Genel benlik saygısı ilk boyuttur. Genel benlik saygısında, sık şekilde bireylerin karakterine ilişkin düşüncelerini ifade ettikleri görülmektedir. Genel benlik saygısı zamana ve duruma göre farklılık gösterebilen bir kavram olarak ele alınmaktadır.

- İkinci boyut öz değerlendirmedir. Öz değerlendirmede benlik saygısı kavramı, nitelik ve yeteneklerin değerlendirilmesi anlamı taşımaktadır. Sportif benlik saygısı, akademik benlik saygısı ve sosyal benlik saygısı gibi ayrımlar bulunmaktadır.

- Benlik saygısının üçüncü ve son boyutu ise öz değer duygusudur. Benlik saygısı kavramı çeşitli sonuçlara sebep olan anlık duygusal durumlar anlamı da taşımaktadır. Bu açıklamada benlik saygısını tehdit eden ya da destekleyen deneyimlerden bahsedilmektedir. Benlik saygısı bireylerin ruhsal yapısını önemli ölçüde etkilemektedir.

Bireyler kendisini sahip olduğu özelliklerle tanımlayabilmektedir. Uzun ya da kısa olması, çalışkan ya da iyi huylu olması gibi tanımlamaların yapılması yaşantıların sonucunda genellenen ve normal karşılanan durumlardır (Kuzgun, 1985). Yapılan değerlendirmelerde bireylerin benliğini şişirerek sahte benlik saygısının gündeme gelebilmesi söz konusu olabilmektedir. Benliğin abartılmasıyla oluşan bu durum yaşanan güvensizliği kapatabilmek için savunma mekanizması şeklinde değerlendirilebilmektedir (Yörükoğlu, 2000).

Benlik saygısının yüksek olması bireyleri çeşitli psikopatolojik belirtilerden korumaktadır. Benlik saygısının düşük olması ise bireylerin kendisini psikopatolojik belirtilerden koruyacak kaynaklardan yoksun bırakmaktadır (Zeigler-Hill, 2011).

Salmivalli ve arkadaşlarına (1999) göre benlik saygısı yüksek olan bireyler kendisini kabul edip, kendisine değer vermektedir ve özgüvenleri yüksektir. Sahip olunan motivasyon düzeyi bireyin sahip olduğu benlik saygısından alınabilmektedir (Decay and Kenny, 1995).

Yüksek benlik saygısı olumsuz duyguların azaltılmasına yardımcı olurken, iyi oluşu güçlendirmektedir. Yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin davranış problemlerinin ve saldırgan davranışlarının daha az olduğu belirtilirken, madde kötüye kullanımının da düşük olduğu belirtilmiştir. Ayrıca kişiler arası ilişkilerinin olumlu olduğu, akademik başarılarının yüksek olduğu, olumlu ruhsal yapıya sahip oldukları ve psikolojik uyumlarının yüksek olduğu bildirilmiştir (Bajaj, Gupta and Pande, 2016).

Rosenberg, benlik saygısı yüksek olanların özgüvenin ve psikolojik iyi oluş düzeyinin yüksek olduğunu belirtirken sosyal ilişkilerinde iyi olduklarını ve kurallara sıkı sıkıya bağlı kalmadıklarını bildirmiştir (Akt. Tekke ve Yıldız, 2020).

Karşılaştığı zorluklarla daha iyi mücadele eden benlik saygısı yüksek bireylerde umutsuzluk duygusu daha az görülmekte ve kendilerine daha fazla değer vermektedir. Bu bireyler aynı zamanda yüksek özgüvene sahipken, yaşanan olaylara ya da içinde bulunan duruma umutla bakabilmektedir. Ayrıca karşılaşılan zorluklarla mücadele edebilecek güce sahiptirler (Karataş ve Çakar, 2011).

Baumeister ve arkadaşları (2003) benlik saygısı yüksek olan bireylerin karar alma becerilerinin, benlik saygısı düşük olanlara göre daha yüksek düzeyde olduğunu belirtirken, özgüvenlerinin yüksek olduğunu belirtmiştir.

Benlik saygısının gelişimine katkıda bulunan çeşitli faktörler bulunmaktadır. Bu faktörler temel olarak üçe ayrılmıştır ve aşağıdaki gibi ifade edilmiştir:

1. **Başarı:** Bireylerin çevresiyle kurduğu ilişkilerde başarılı olma durumu, toplumun belirlediği standartlardan daha önemlidir.

2. **Beklentiler ve Değerler:** Bireylerin normları, değer yargısını belirlerken toplumsal yargılardan daha önemli görülmektedir. Bireyin kişisel belirlediği hedefleri de beklentileri yansıtmaktadır.

3. **Engeller:** Bireylerin karşılaştığı zorluklarla gerginliklerle ve stresle başa çıkabilmesi için belirli becerilere sahip olması gerekmektedir. Benlik saygısının düşük ya da yüksek olması, bu becerileri etkilemektedir. Düşük benlik saygısına sahip olan bireyler genelde elde ettiği başarıları kontrol edemediği dış etkenlerle başarısını ilişkilendirmektedir. Bu durum özgüveni azaltırken, ileriki yaşamında başarı elde etmesini zorlaştırmaktadır. Bu kişiler hatalı olduğunda ya da başarısız olduğunda da çevresel faktörlerle başarısızlığını ilişkilendirmektedir. Yardım isteme konusunda çekimser davranan benlik saygısı düşük bireyler, başarılı olma konusunda da yüksek

benlik saygısına sahip olanlara göre daha az motive edilir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler ise elde ettiği başarıları kendi çabasının bir sonucu olarak görmektedir ve özgüvenleri daha yüksektir (Yavuzer, 2003).

Benlik saygısı bireylerin duygularını açığa vurmasını da etkileyen önemli bir değişkendir. Kahn ve Hessling (2001) duygularını açığa vurma düzeyi düşük olan bireylerin, benlik saygısının da duygularını ifade edebilenlere göre düşük olduğunu bildirmiştir.

Üniversite öğrencileriyle yürütülen araştırmada benlik saygısı ile yalnızlık düzeyleri incelenmiştir. İnceleme sonucunda benlik saygısı ile yalnızlık arasında negatif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir (Karahan vd., 2004). Yapılan bir başka araştırmada algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça, benlik saygısının arttığı tespit edilmiştir (Taysi,2000).

Benlik saygısı depresyon düzeyiyle ilişki içerisindedir. Yapılan araştırmada depresyon düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyinin azaldığı belirlenmiştir (Gür, 1996).

2.3.1. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

Benlik, bireylerin yaşamında tecrübe ettiği durumlar ve sosyal yaşantısındaki ilişkilerin sonucunda oluşan bir durumdur. Doğumla birlikte benlik gelişim süreci başlamaktadır fakat yeni doğanlarla birlikte gelen benlik olgusu bulunmamaktadır. Benlik gelişim sürecinin ilk adımı bireylerin ben ve ben olmayan ayrımını algılamasıyla başlamaktadır (Baymur, 1994).

Bireylerin çevresi tarafından kabul edilmesi ve olumlu değerlendirilmesi, deneyimlerin olumlu algılanmasını sağlayacağından benlik, olumlu benliğin geliştirilmesini sağlamaktadır (Gençtan, 1984).

Ebeveynlerin çocuklarına karşı tutumları, iletişim biçimi ve davranış biçimleri çocukların benlik saygısının şekillenmesinde etkili olmaktadır. Ebeveynlerin çocuklarını

desteklemeleri, yaşadıkları sorunların çözümünde yardımcı olmaları, hoşgörüle çocuklarına yaklaşmaları ve iletişime önem vermeleri çocukların benlik saygılarını arttırmaktadır (Yörükoğlu, 2000).

Benlik saygısı beden algısı, kültürel yapı ve aile ortamından etkilendiği bildirilmektedir. Ekonomik düzeyin düşük olması, ebeveyn vefatı ya da boşanması, ebeveynlerin ayrı yaşaması benliğin olumsuz yönde gelişmesine yol açmaktadır. Ayrıca olumsuz ebeveyn tutumu, ebeveynlerin çocuklarıyla kurduğu iletişimin niteliği, akademik başarının düşük ya da yüksek olması, anne ve babanın mesleği, sosyal statüsü, ruhsal probleminin olup olmaması da benlik saygısını etkileyen unsurlardandır (Yörükoğlu,2000).

Ebeveyn tutumları benlik saygısını etkileyen önemli bir durumdur. Demokratik tutumun benimsendiği ailelerde çocuklar bir birey olarak kabul edilip, özerklikleri desteklenmektedir. Aile içerisinde etkili iletişim kurulmaktadır ve aile bireyleri sürekli iletişim halindedir. Çocuklar aile desteğini hissetmektedir. Bu durum benlik saygısının yükselmesinde önemli bir durumdur (Erbil, Divan ve Önder, 2006).

Tecrübe edilen olaylara yönelik hissedilen duygular benlik saygısını etkilemektedir. Başkalarının sevgisini hak etmediğini düşünen, olumsuz duyguların hakim olduğu bireylerde benlik saygısı düşük olmaktadır. Kendisini değerli gören, toplum içerisinde saygın olduğunu düşünen ve sorumluluklarının bilincinde olan bireylerin ise benlik saygıları daha yüksek olacaktır (Karadağ vd., 2008).

Çocukların ailesinden şefkat, ilgi ve sevgi görmesi benlik saygısını yükseltmektedir. Ailesinden yeterli düzeyde sevgi ve ilgi görmeyen çocuklar ise kendisi ve çevresi hakkında olumsuz düşüncelere sahip olacaktır (Bowlby, 1972). Aşırı korumacı ve reddedici tutumda büyüyen çocuklar kendisini değersiz görürken, bu durum yaşamın ileriki yıllarını da etkileyerek yetişkinlik döneminde de değersizlik algısını devam ettirmesine neden olabilmektedir. Bu durum bireylerin düşük benlik saygısı geliştirmesine neden olmaktadır (Aktaş, 2011).

Bireylerin deneyimlediği her durum benlik saygısının gelişimine katkıda bulunmaktadır. Yaşanan olumsuz durumlar benlik saygısını düşürebilirken, olumlu durumlar ise benlik saygısının yükselmesini sağlayabilmektedir (Yazgan vd., 2013).

Benlik saygısını etkileyen faktörler şu şekilde açıklanmıştır:

- Bireyin önemli ve değerli gördüğü bireylerin, kişinin kendisine davranış biçimleri benlik saygısını etkilemektedir. Değer gören ve önem verilen bireyler, toplum içerisinde kabul edildiklerinde bu durum benlik saygılarına katkıda bulunmaktadır.

- Ailelerin işlevsel olması, aile olmanın gerektirdiği görev ve sorumlulukları yerine getirmesi bireylerin benlik saygısını etkilemektedir.

- Bireylerin başarı düzeyleri benlik saygısını etkilemektedir. Spor, sanat ve iş yaşamında ve akademik yaşamda başarılı olan bireylerin bu başarıları, benlik saygılarının yükselmesini sağlayabilmektedir.

- Bireylerin ileriye dönük oluşturduğu hedefler ve amaçlar benlik saygısını etkilemektedir. Hedef ve amaçların bireylerin isteği doğrultusunda oluşturulması, bunlara ulaşılabilir düzeylerinin yüksek olması ve bu aşamada yeterli düzeyde sosyal destek alabilmeleri benlik saygısını artırmaktadır.

- Benlik saygısı bireysel değerlendirmelerden etkilenmektedir. Sosyal çevrenin bireyi değerlendirmesi de, bu değerlendirmenin olumlu algılanması da benlik saygısı üzerinde etkili olan bir durumdur (Çuhadaroğlu, 1986).

2.3.2. Benlik Saygısına Yönelik Araştırmalar

Evkuran (2015) araştırmasında medeni duruma göre benlik saygısı ve anksiyete düzeylerinde farklılaşma olmadığını belirlerken, çalışmayan bireylerin anksiyete ve benlik saygısı düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan araştırmada ergenlik döneminde benlik saygısı düzeyinin azaldığı, yaş arttıkça benlik saygısı düzeyinde artış olduğu tespit edilmiştir (Block and Robins, 1993). McCarthy ve Hoge (1982) araştırmasında yaşla birlikte benlik saygısında artışın olduğunu bildirmiştir.

Altuntaş (2012) araştırmasında ebeveyni boşanmış bireylerin, ebeveyni boşanmamış olanlara göre daha yüksek düzeyde anksiyete belirtilerine sahip olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca ebeveyni boşananların benlik saygısı düzeyleri daha düşük bulunmuştur.

Demografik değişkenlere göre benlik saygısının incelendiği bir diğer çalışmada kızların benlik saygısı düzeyinin erkeklere göre düşük olduğu belirlenmiştir (Chapman and Mullis, 2002; Van Houtte, 2005).

Ebeveyn tutumları, yaşam doyumu ve depresif belirtilerle benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada yetkili annelik tutumuna sahip bireylerin yaşam doyumu ve benlik saygısının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bu bireylerin depresif belirtilerinin de düşük olduğu belirlenmiştir (Milevsky et al., 2007).

Gelir düzeyi düşük olan bireylerin benlik saygıları düşükken, benlik saygısı ile depresyon ve yalnızlık arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir (Camilla, 1991).

Bireyselliğin ve gruba dahil olmanın benlik saygısına etkisinin incelendiği çalışmada, bireysel olan bireylerin benlik saygılarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Toplulukçu toplumda yaşayan bireylerin benlik saygılarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir (Schmitt and Allik, 2005).

Aytaş (2019) araştırmasında durumluk ve sürekli kaygı ile benlik saygısı arasında negatif yönde güçlü bir ilişkinin olduğunu belirlemiştir. Ayrıca obsesif kompulsif bozukluk tanısı alan bireylerin tanı almayan bireylere göre daha yüksek düzeyde kaygı belirtilerine sahip olduğu ve düşük düzeyde benlik saygılarının olduğu tespit edilmiştir.

Anksiyete, depresyon, başarı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin kızlara göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Depresyon ve anksiyete ile benlik saygısı arasında negatif yönde korelasyon

belirlenirken, benlik saygısının akademik başarıyı önemli ölçüde yordadığı belirlenmiştir (Direktör ve Nuri, 2017).

Benlik saygısı ile anksiyete arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada, değişkenler arasında negatif yönde korelasyon tespit edilmiştir (Özen Kutanis ve Tunç, 2013).

Ebeveyn tutumlarının benlik saygısına etkisinin incelendiği araştırmada demokratik tutumla yetişen bireylerin benlik saygılarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca anne eğitim düzeyi arttıkça çocuklarının benlik saygılarının arttığı tespit edilmiştir (Gazioğlu ve Köknel, 2007).

Üniversite öğrencileriyle yürütülen araştırmada demografik değişkenlerin benlik saygısına etkisi incelenmiştir. Sınıf düzeyine göre yapılan inceleme sonucunda 4.sınıf öğrencilerinin benlik saygısının diğer sınıf düzeyindekilere göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca ebeveyni sağ olan öğrencilerin, ebeveyni vefat edenlere göre; ekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerin, ekonomik durumu düşük olanlara göre benlik saygı düzeyleri yüksek bulunmuştur. Son olarak ailesiyle yaşayan öğrencilerinde ailesiyle yaşamayanlara göre benlik saygısının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Karadağ, Güneri Çuhadar ve Uçan, 2008).

Ebeveyn tutumuna bağlı olarak benlik saygısı ve anksiyete düzeylerinin incelendiği araştırmada genç yetişkin bireylerin ebeveyn tutumuna bağlı olarak anksiyete ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir (Oğuz, 2016).

Karar verme becerisi ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen Taşgit (2012), karar verme noktasında özsaygısı yüksek olan bireylerin benlik saygılarının yüksek olduğunu belirlemiştir.

Çalışan ve çalışmayan kadınlarda benlik saygısı, anksiyete ve depresyon düzeylerinin karşılaştırıldığı araştırmada çalışan ve çalışmayan kadınların benlik saygısı ve anksiyete düzeylerinin farklılık göstermediği belirlenmiştir. Ayrıca yaş ve medeni

duruma göre benlik saygısının farklılık göstermediği tespit edilirken, eğitim ve gelir düzeyi ile benlik saygısının anlamlı ilişki içerisinde olduğu belirlenmiştir (Tetikli Nart, 2019).

2.4. CİNSEL MİTLER, ANKSİYETE ve BENLİK SAYGISI İLİŞKİSİ

Bu bölümde cinsel mitlerin anksiyete ve benlik saygısı ile ilişkisine yer verilmiştir.

2.4.1. Cinsel Mitlerin Anksiyete üzerindeki Etkisi

Cinsel mitler bireyler üzerinde birçok noktada etkili olmaktadır. Cinsel davranışların belirlenmesinde etkili olan mitler, ruh yapısını da etkilemektedir. Cinsle mitlerde çeşitli ortak noktalar bulunmaktadır. Erkeğin aktif ve baskın olması, kadınların pasif kalması bu ortak noktalardan birisidir. Erkek ilişkiyi başlatmak zorunda ve devam ettirmek zorunda olan kişiyken, kadınlar ise partnerini memnun etmek zorundadır. Cinsel deneyim yaşamadan önce kadınlarda ve erkeklerde bu tarz mitlerin oluşumu hem kadının hem de erkeğin anksiyete yaşamasına sebep olabilmektedir (Kora, 2001).

Cinsel ilişkide asıl amacın fiziksel birleşme olduğunun düşünülmesi, sıcak duygular ile yakınlık duygularının göz ardı edilmesine yol açmaktadır. Bu durum ön sevişme olmadığından kadınların uyarılmasını engelleyerek, kadınlarda orgazm problemlerine neden olabilmektedir. Ayrıca cinsel birleşmenin oldukça önemli olduğuna inanılan mitin, erkeklerde de sertleşme sorunlarına yol açabileceği ve bu durumun erkeklerde anksiyete yaratabileceği bildirilmektedir (Özmen, 1999).

Yapılan çeşitli araştırmalarda cinsel mitler üzerinde etkili olduğu belirtilen anksiyetenin, cinsel işlev bozukluğunun oluşumunda da etkili olduğu tespit edilmiştir. Cinsel işlev bozukluklarını tedavisinde anksiyeteye yoğunlaşılması gerektiğini belirtmiş olup (Masters and Johnson, 1970), cinsel doyumun azalmasında anksiyete düzeyinin yüksek olmasının önemli bir rolü bulunduğu belirtilmiştir (Barlow, 1986; Akt. Yılmaz, 2018).

Bireylerin kızgınlığı, başarısız olma korkusu ve anksiyete düzeyi cinsel doyumunu etkilemektedir. Gerçekçilikten uzak beklentilerin oluşması, cinsel deneyimden başarısızlıkla ayrılacağına dair şemaların oluşumu cinsel işlevlerin bozulmasına yol açmaktadır (Güleç ve Köroğlu, 1998).

Cinsel doyumun alınmasını engelleyen anksiyete, cinsel işlev bozukluklarının oluşumunda temel faktörler arasında gösterilmektedir. Ayrıca cinsel işlev bozuklukları da anksiyete sebep olabilmektedir. Anksiyetenin genel olarak orgazm, sertleşme problemleri, erken boşalma ve cinsel ilişkiden haz alınmamasına neden olmaktadır. Bu noktada anksiyetenin cinsel konulardan mı kaynaklandığı yoksa gündelik yaşamda maruz kalınan olay ve durumlarla mı ilişkili olduğu incelenmelidir (İncesu, 1998). Cinsel konularla ilişkili anksiyetenin oluşma durumunda ise detaya inilmelidir. Cinsel mitler anksiyeteye sebep olabilirken, cinsel işlev bozukluğunun yaşanması da anksiyete düzeyini artırmaktadır. Cinsel mitler incelendiğinde erkeklerdeki sertleşme probleminin cinsel inanışlarla ilişkili olduğu belirtilmektedir. Erkeğin işlevsel olması gerektiği, cinselliğin birleşmeyle sonuçlanması gerektiği ve erkeğin penisinin sürekli sertleşmesi gerektiğine dair oluşan cinsel mitler, erkeklerin yoğun anksiyete yaşamalarına sebep olabilmektedir (Zilbergeld, 1999).

Kukulu, Gürsoy ve Sözer (2009) cinsellikle ilişkili eksik, abartılı ve yanlış bilgilerin olmasının suçluluk duygusunun artmasına, anksiyete ve korkunun yaşanmasına yol açtığını bildirmektedir. Cinsel mitlerin fazla olması bireylerin, anksiyete düzeyini arttırırken cinsel işlev bozukluğunun oluşumunu da hızlandırmaktadır.

Adams, Wright ve Lohr (1996) cinsel işlev bozukluğu olan bireylerin, cinsel işlev bozukluğu olmayan bireylere göre daha fazla cinsel mite sahip olduğunu belirlemiştir. Bireylerin cinsel mitlere dair inancının yüksek olması anksiyeteye ve cinsel işlev bozukluklarına yol açabilmektedir. Cinselliğe dair abartılı ve yanlış inanışların olması, cinsel ilişkiden doyum alınmasını engellemekte ve çiftleri cinsel deneyim öncesinde ya da deneyim sırasında anksiyete yaşanmasına neden olmaktadır. Cinsel deneyimden önce yaşanan anksiyete bireylerin cinsel ilişkiden kaçınmasına da yol açabilmektedir. Böylelikle yaşanan anksiyete düzeyinin artmasının engellendiğini düşünülebilir.

Bireylerin yaşadığı anksiyete ve stres, cinsel yaşamı olumsuz etkileyecektir. Yaşanan olumsuz ruh hali hormonların dengesini bozarken, testosteronun azalmasına yol açmaktadır. Cinsel fonksiyonları olumsuz etkileyen bu biyolojik değişimler, ereksiyonu engellemektedir. Ereksiyonun engellenmesiyle bireyler daha fazla stres ve anksiyete yaşarken, tüm bu durumlar cinsel işlev bozukluklarına sebep olabilmektedir (Tuğrul, 1998).

2.4.2. Cinsel Mitlerin Benlik Saygısı üzerindeki Etkisi

Cinsel mitler ile benlik saygısının ilişkisini gösteren çok sayıda araştırma bulunmamaktadır. Yapılan araştırmada cinsel mitler ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir (Aker, Şahin ve Oğuz, 2019).

Cinsel mitlere sahip olan bireylerin cinsel doyum düzeyinin düşük olduğu belirtilmektedir. Romantik ilişkilerde cinsel doyum son derece önemlidir. Cinsel doyumunu düşük olanların ise ilişkisinde daha az mutlu olduğu ve benlik saygılarının düşük olduğu bildirilmektedir. (Stephenson ve Meston, 2011).

Cinsel mitlerin varlığı bireylerin benlik saygısı üzerinde etkili olmaktadır. Erkeklerin cinsel ilişkiye her zaman istekli ve hazır olduğu miti en yaygın mitlerden birisidir. Bu mit, erkeklerde anksiyeteye ve başarısız olma korkusuna yol açmaktadır. Ayrıca bu durum erkeklerde benlik saygısında azalmaya sebep olmaktadır (Sungur ve Tarcan, 2006)

Cinsel eğitimi yetersiz olan ve cinsel mitleri fazla olan kişilerin benlik saygısı düşmekte, obsesif eğilimleri artmaktadır. Bu durumda cinsel işlev bozukluğuna yatkınlığı artırmaktadır (İncesu, 2004; Torun, Torun ve Özeydin, 2011). Zilbergeld (1992) cinsel mitlerin, ilişkilerde beklentileri farklılaştırdığını ve cinsel ilişki performansını düşürerek, benlik saygısını azalttığını bildirmektedir.

Dinç (2012), benlik saygısının düşük olmasının cinsel ilgiyi ve uyarılmayı azaltırken, cinsel işlev bozukluklarına yol açabildiğini belirtmektedir. Karakoyunlu (2007) kadınlarda cinsel uyarılara verilen tepkilerin azalmasında benlik saygısının düşük olmasının önemli bir etken olduğunu vurgulamıştır.

Mayers, Heller ve Heller'e (2003) göre düşük benlik saygısına sahip bireyler cinsel problemler yaşayabilirken, cinsel problemler de benlik saygısının düşmesine yol açabilmektedir. Cinsellik ile benlik saygısı karşılıklı etkileşim halindedir.

Cinsel sağlık bireylerin ruhsal, biyolojik ve sosyolojik yönünden etkilenmektedir. Bu boyutlarda meydana gelen olumsuz değişimler fiziksel sağlık sorunlarına yol açmakta, benlik saygısını düşürmekte ve yaşam kalitesini azaltmaktadır (Şen, Usta, Aygün ve Sert).

Alkan (2008) düşük benlik saygının orgazm olma düzeyini düşürdüğünü ve cinsel doyumunu azalttığını bildirmektedir. Yaşanan cinsel sorunlarda benlik saygısının önemli etkilerinden bahsedilmektedir. Cinsel isteği düşük olan ve sertleşme problemi olan erkekler, eşinin kendisinin beğenilmediğini düşünmesine yol açabilir. Bu durumda da kadınların benlik saygısında azalma görülebilir.

Cinsel işlev bozuklukları kişiler arası ilişkileri olumsuz etkileyerek benlik saygısında bozulmalara yol açmaktadır (Laumann et al., 1999; Öksüz ve Malhan, 2006). Cinsel ilişkiler ve davranış örüntüleri benlikle ilişki içerisindedir (Brown, 2000).

Benlik saygısının düşük olması cinsel davranışları etkilemektedir. Bireylerin kendisini beğenmemesine ve değerli hissetmemesine yol açabilen düşük benlik saygısı, cinsel deneyimlerden haz almayı hak edilmediğini düşündürebilmektedir. Cinsel işlev bozuklukları, benlik saygısını olumsuz etkilerken ruhsal problemlere ve çiftler arası iletişim sorunlarına yol açtığı bildirilmektedir (Andaç, 2015).

Yetişkinlerin suçluluk ve utanç duygusu yaşaması cinsel ilişkiden daha az doyum almalarına sebep olarak cinsel işlev bozukluklarına sebep olabilmektedir. Bu durum

kadınlarda anorgazmi ve vajinismusu yol açabilirken hem kadınlarda hem erkeklerde benlik saygısını olumsuz etkileyebilmektedir (CETAD, 2012).

Cinsellikle ilişkili şemaların gelişiminde erken çocukluk ve ergenlik dönemi kritik öneme sahiptir. Şemaların oluşumunda bağlanma stilleri, cinsel bilgilerin ilk edinilme kaynakları, hormonal gelişim ve benlik saygısı etkili olmaktadır (Koçak ve Fıfılıoğlu, 2010). Buna göre benlik saygısının cinsel şemaların oluşumunu etkileyerek, cinsel mitlere inanma düzeyi üzerinde etkili olduğu söylenebilir (Aker, Şahin ve Oğuz, 2019).

Diker (2017) araştırmasında kadınlarda cinsel mitlere inanma ve cinsel bilgi düzeyleri ile benlik saygısının cinsel işlev bozukluğu ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda 3000 TL ve üzerinde geliri olan bireylerin ve üniversite mezunlarının benlik saygısının diğer gruptakilere göre anlamlı biçimde yüksek olduğu belirlenmiştir. Eğitim düzeyi düşük olan bireylerin ise cinsel mitlere inanma düzeyinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Cinsel işlev bozukluğu olan bireylerin cinsel mitlere inanma düzeyinin cinsel işlev bozukluğu olmayanlara göre yüksek olduğu, benlik saygılarının düşük olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda bu kişilerin cinsel bilgi düzeylerinin düşük olduğu bildirilmiştir. Benlik saygısı ile cinsel işlevler arasında pozitif yönde korelasyon belirlenmiştir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırma yöntemlerine ilişkin bilgiler yer almaktadır.

3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma ilişkisel tarama modeliyle tasarlanmıştır. İlişkisel tarama modelinde iki ya da daha fazla değişkenin ilişkisi incelenmektedir (Karasar,2002).

3.2. ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın örneklemini üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Yapılan araştırmaya toplamda 180 üniversite öğrencisi katılmıştır.

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmaya katılmaya gönüllü olan üniversite öğrencilerine Sosyodemografik Form, Cinsel Mitler Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır. Ölçekler Google drive üzerinden katılımcılara ulaştırılmış olup, gerekli açıklamalar yapılmıştır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olanlar ise 01.03.2020-11.06.2020 tarihleri arasında ölçeklere cevap vermiştir.

3.3.1. Sosyodemografik Form

Sosyodemografik form (Ek-1) araştırmacı tarafından hazırlanmış olup, cinsiyet, yaş, psikiyatrik ilaç kullanımı, ilk cinsel bilgilenmenin nereden olduğu, anne ve babanın eğitim durumu ve kardeş sayısı gibi değişkenlere yönelik bilgi elde etmeyi amaçlamaktadır.

3.3.2. Cinsel Mitler Ölçeği

Zilbergeld (1999) tarafından oluşturulmuş olan Cinsel Mitler Ölçeği (Ek-2) 30 sorudan oluşur. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Kayır (2001) tarafından gerçekleştirilmiştir. Cinsel Mitler Ölçeği, 5 farklı derecelemesi olan likert tipi bir ölçektir. Her bir soru için katılımcılardan “Asla katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Kararsızım”, “Katılıyorum” ve “Kesinlikle katılıyorum” seçeneklerinden birinin seçilmesi istenmiştir.

3.3.3. Beck Anksiyete Ölçeği

Beck ve arkadaşları (1961) tarafından geliştirilen Beck Anksiyete Ölçeği'nin (Ek-3) Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından yapılmıştır. Likert tipi bir ölçektir. 21 maddeden oluşur ve her madde 0-3 arası puanlanır. Alınan puanların yüksek olması, anksiyete düzeyinin artması anlamına gelmektedir.

3.3.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Ek-4) 1965 yılında Rosenberg tarafından bireylerin benlik saygısı düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 63 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, Çuhadaroğlu tarafından 1986 yılında Türkçeye uyarlanmıştır. 4 farklı derecelendirmesi olan, çoktan seçmeli likert tipi bir ölçektir. Güvenirlik-geçerlik çalışması 4 hafta aralıklarla test tekrar test yöntemi ile yapılmıştır. Güvenirlik katsayısı .71'dir (Korkmaz, 1996).

3.4. VERİ ANALİZ YÖNTEMİ

Verilerin analizi SPSS 21 programı ile gerçekleştirilmiştir. Elde edilen verilerin normal dağıldığı belirlenmiş olup, Parametrik Testlerden, “t-testi” ile “One Way Anova” testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için korelasyon analizi uygulanmıştır.

4. BULGULAR

4.1. Örneklem Grubunun Demografik Bilgilerine Yönelik Dağılımı

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular -1

Değişkenler		F	%
Cinsiyet	Kadın	137	76,1
	Erkek	43	23,9
Kardeş Sayısı	0-1	85	47,2
	2-3	72	40,0
	4 ve daha fazla	23	12,8
Medeni Durum	Bekar	174	96,7
	Evli	6	3,3
Ebeveyn Çalışma Durumu	İkisi de çalışıyor	53	29,4
	Anne çalışıyor baba çalışmıyor	9	5,0
	Baba çalışıyor anne çalışmıyor	89	49,4
	İkisi de çalışmıyor	29	16,1
Anne Çalışma Sektörü	Memur	28	15,6
	Özel sektör	23	12,8
	Serbest meslek/Kendi işi	20	11,1
Baba Çalışma Sektörü	Memur	38	21,1
	Özel sektör	49	27,2
	Serbest meslek/Kendi işi	60	33,3
Birlikte Yaşanılan Kişiler	Yalnız	18	10,0
	Aile	136	75,6
	Arkadaş(lar)	21	11,7
	Partner	5	2,8
Bağımlılık Yapıcı Madde Kullanım Durumu	Yok	114	63,3
	Sigara	47	26,1
	Alkol	13	7,2
	Sigara+Alkol	6	3,3
Psikiyatrik Hastalık Durumu	Yok	163	90,6
	Var	17	9,4
Kullanılan Psikiyatrik İlaç	Hayır	167	92,8
	Evet	13	7,2

Araştırmaya katılan katılımcılardan 137'si kadın, 43'ü erkektir. 85 kişi 0-1 kardeş sayısına sahipken, 72 kişi 2-3 kardeşe, 23 kişi ise 4 ve daha fazla kardeşe sahiptir. 174 kişi bekar, 6 kişi ise evlidir.

53 kişinin annesi ve babası çalışırken, 9 kişinin annesi çalışmakta babası çalışmamaktadır. 89 kişinin babası çalışırken annesi çalışmamakta, 29 kişinin ise hem annesi hem de babası çalışmamaktadır. 28 kişinin annesi memur, 23 kişinin annesi özel sektör çalışanıyken, 20 kişinin annesi ise serbest meslek/kendi işinde çalışmaktadır. 38 kişinin babası memur, 49 kişinin annesi özel sektör çalışanıyken, 60 kişinin annesi ise serbest meslek/kendi işinde çalışmaktadır.

18 kişi yalnız yaşamakta, 136 kişi ailesi ile yaşamakta, 21 kişi arkadaş(lar)ıyla yaşarken, 5 kişi ise partneri ile yaşamaktadır. 114 kişi bağımlılık yapıcı madde kullanmazken, 47 kişi sigara, 43 kişi alkol, 6 kişi ise hem sigara hem de alkol kullanmaktadır. 163 kişinin psikiyatrik hastalığı yokken, 17 kişinin psikiyatrik hastalığı vardır. 13 kişi ise psikiyatrik ilaç kullanmaktadır.

Tablo 4.2. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular-2

	Değişkenler	F	%
Aile Gelir Düzeyi	2300 TL (Asgari Ücret) ve altı	18	10,0
	2301-3500 TL	35	19,4
	3501- 4500 TL	43	23,9
	4501 TL üzeri	84	46,7
Baba Eğitim Düzeyi	İlkokul	38	21,1
	Ortaokul	28	15,6
	Lise	45	25,0
	Üniversite	64	35,6
	Lisansüstü	5	2,8
Anne Eğitim Düzeyi	İlkokul	60	33,3
	Ortaokul	27	15,0
	Lise	51	28,3
	Üniversite	39	21,7
	Lisansüstü	3	1,7

18 kişinin aile gelir düzeyi 2300 TL (Asgari Ücret) ve altında, 35 kişinin aile gelir düzeyi 2301-3500 TL arasındayken, 43 kişinin 3501-4500 TL, 84 kişinin ise aile gelir düzeyi 4501 TL ve üzerindedir.

38 kişinin babası ilkokul mezunuyken, 28 kişinin babası ortaokul, 45 kişinin babası lise, 64 kişinin babası üniversite, 5 kişinin babası ise lisansüstü mezunudur. 60 kişinin annesi ilkokul mezunuyken, 27 kişinin annesi ortaokul, 51 kişinin annesi lise, 39 kişinin annesi üniversite, 3 kişinin annesi ise lisansüstü mezunudur.

Katılımcıların yaşları incelendiğinde yaşların 18-38 arasında değiştiği belirlenirken, ortalama değer ise 22,44 (SD: 3,20) olduğu belirlenmiştir. Psikiyatrik tanı alan üniversite öğrencileri incelendiğinde 1 kişi sosyal anksiyete, 7 kişi anksiyete bozukluğu, 1 kişi OKB, 2 kişi panik bozukluk, 2 kişi depresyon, 1 kişi borderline, 2 kişi bipolar, 1 kişi ise DEHB tanısı almıştır. Psikiyatrik ilaç kullanan kişiler incelendiğinde ise 4 kişi Lustral, 3 kişi Prozac, birer kişinin ise Trileptal ve Efexor, Paxera, Citoles, Efexor, Selectra, Cipralelex ve Sulinex/İgnis kullandıkları tespit edilmiştir.

4.2. ÖLÇEKLERDEN ALINAN PUANLARIN İNCELENMESİ

Bu bölümde ölçeklerden alınan ortalama puanlar, standart sapma (SD), minimum ve maksimum değerler yer almaktadır.

Tablo 4.3. Ölçeklere İlişkin Betimleyici İstatistikler

Ölçekler	\bar{x}	SD	Min	Max
Cinsel Mitler Ölçeği	49,46	16,12	27	109
Beck Anksiyete Ölçeği	15,67	10,49	0	49
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	1,30	,98	0	5,34

Ölçeklerden alınan ortalama değerler incelendiğinde Cinsel Mitler Ölçeği ortalamasının 49,46 olduğu (SD: 16,12) belirlenmiştir. Beck Anksiyete Ölçeği puan ortalaması 15,67'dir (SD: 10,49). Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalaması ise 1,30'dur (SD: ,98).

4.3. ÖLÇEKLERDEN ALINAN PUANLARIN KARŞILAŞTIRILMASI

Tablo 4.4. Cinsiyet Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Cinsiyet	F	\bar{x}	SD	t	p
Cinsel Mitler Ölçeği	Kadın	137	45,38	13,80	-6,782	,000**
	Erkek	43	62,47	16,23		
Beck Anksiyete Ölçeği	Kadın	137	16,70	10,84	,051	,018*
	Erkek	43	12,40	8,60		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Kadın	137	1,35	,96	,765	,197
	Erkek	43	1,13	1,00		

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

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde;

Cinsiyete göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t_{(178)}=-6,782$; $p<,05$). Erkeklerin, kadınlara göre ölçekten aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir.

Cinsiyete göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t_{(178)}=,051$; $p<,05$). Kadınların, erkeklere göre ölçekten aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir.

Cinsiyete göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($t_{(178)}=,765$; $p>,05$).

Tablo 4.5. Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Kardeş Sayısı	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	0-1	85	44,92	14,78	9,099	,000**
	2-3	72	51,68	15,40		
	4 ve daha fazla	23	59,30	17,86		
Beck Anksiyete Ölçeği	0-1	85	16,08	10,92	2,028	,135
	2-3	72	14,13	8,85		
	4 ve daha fazla	23	19,00	12,94		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	0-1	85	1,22	0,95	1,562	,213
	2-3	72	1,30	0,87		
	4 ve daha fazla	23	1,62	1,30		

**p<0,01

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar kardeş sayısı değişkenine göre incelendiğinde;

Kardeş sayısına göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F_{(2-177)}=9,099$; $p<,05$). Gruplar arasındaki farkların tespiti için varyanslar homojen dağıldığından Tukey testi gerçekleştirilmiştir. 2-3 kardeşe sahip olanlar ile 4 ve daha fazla kardeşe sahip olanların, 0-1 kardeşe sahip olanlara göre ölçekten aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir.

Kardeş sayısına göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(2-177)}=2,028$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($F_{(2-177)}=1,562$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.6. Medeni Durum Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Medeni Durum	F	\bar{x}	SD	t	p
Cinsel Mitler Ölçeği	Bekar	174	49,34	16,27	-,546	,586
	Evli	6	53,00	11,28		
Beck Anksiyete Ölçeği	Bekar	174	15,75	10,54	,967	,580
	Evli	6	13,33	9,63		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Bekar	174	1,32	0,97	,514	,132
	Evli	6	0,71	0,92		

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar medeni durum değişkenine göre incelendiğinde;

Medeni duruma göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($t_{(178)}=-,546$; $p>,05$), Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($t_{(178)}=,967$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($t_{(178)}=,514$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.7. Ebeveyn Çalışma Durumu Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ebeveyn Çalışma Durumu	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	İkisi de çalışıyor	53	47,23	15,42	1,066	,365
	Anne çalışıyor baba çalışmıyor	9	45,00	16,88		
	Baba çalışıyor anne çalışmıyor	89	50,11	16,33		
	İkisi de çalışmıyor	29	52,93	16,45		
Beck Anksiyete Ölçeği	İkisi de çalışıyor	53	15,62	10,22	2,222	,087
	Anne çalışıyor baba çalışmıyor	9	24,11	11,44		
	Baba çalışıyor anne çalışmıyor	89	14,75	10,25		
	İkisi de çalışmıyor	29	15,97	10,79		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	İkisi de çalışıyor	53	1,40	0,98	,819	,485
	Anne çalışıyor baba çalışmıyor	9	1,45	0,90		
	Baba çalışıyor anne çalışmıyor	89	1,18	0,90		
	İkisi de çalışmıyor	29	1,4252	1,19704		

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar ebeveyn çalışma durumu değişkenine göre incelendiğinde;

Ebeveyn çalışma durumu değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=1,066$; $p>,05$), Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=2,222$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=,819$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.8. Anne Çalışma Sektörü Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Anne Çalışma Sektörü	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	Memur	28	48,79	17,00	,840	,436
	Özel sektör	23	49,35	15,84		
	Serbest meslek/Kendi işi	20	43,75	12,79		
Beck Anksiyete Ölçeği	Memur	28	17,93	11,84	,617	,543
	Özel sektör	23	14,78	10,32		
	Serbest meslek/Kendi işi	20	15,65	8,43		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Memur	28	1,37	1,00	,049	,953
	Özel sektör	23	1,28	0,92		
	Serbest meslek/Kendi işi	20	1,33	0,93		

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar anne çalışma sektörü değişkenine göre incelendiğinde;

Anne çalışma sektörü değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($F_{(2-177)}=,840$; $p>,05$), Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(2-177)}=,617$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($F_{(2-177)}=,049$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.9. Baba Çalışma Sektörü Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Baba Çalışma Sektörü	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	Memur	38	47,00	14,61	1,048	,353
	Özel sektör	49	48,08	14,96		
	Serbest meslek/Kendi işi	60	51,40	17,53		
Beck Anksiyete Ölçeği	Memur	38	17,71	11,80	1,312	,273
	Özel sektör	49	14,78	10,89		
	Serbest meslek/Kendi işi	60	14,35	9,17		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Memur	38	1,21	1,03	,138	,872
	Özel sektör	49	1,31	0,92		
	Serbest meslek/Kendi işi	60	1,28	0,91		

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar baba çalışma sektörü değişkenine göre incelendiğinde;

Baba çalışma sektörü değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($F_{(2-177)}=1,048$; $p>,05$), Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(2-177)}=1,312$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($F_{(2-177)}=,138$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.10. Birlikte Yaşanılan Kişiler Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Birlikte Yaşanılan Kişiler	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	Yalnız	18	39,50	12,79	3,119	,027**
	Aile	136	50,07	16,32		
	Arkadaş(lar)	21	51,95	14,50		
	Partner	5	58,20	17,50		
Beck Anksiyete Ölçeği	Yalnız	18	16,28	9,78	,531	,662
	Aile	136	15,94	10,73		
	Arkadaş(lar)	21	14,67	10,54		
	Partner	5	10,40	5,94		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Yalnız	18	1,05	0,60	1,287	,280
	Aile	136	1,35	1,03		
	Arkadaş(lar)	21	1,34	0,89		
	Partner	5	0,65	0,45		

* $p\leq 0,05$

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar birlikte yaşanılan kişiler değişkenine göre incelendiğinde;

Birlikte yaşanılan kişiler değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F_{(3-176)}=3,119$; $p<,05$). Gruplar arasındaki farkların tespiti için varyanslar homojen dağıldığından Tukey testi gerçekleştirilmiştir. Ailesiyle yaşayanların, yalnız yaşayanlara göre ölçekten aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir.

Birlikte yaşanılan kişiler değişkenine göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=,531$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=1,287$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.11. Bağımlılık Yapıcı Madde Kullanım Durumu Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Madde Kullanımı	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	Yok	114	49,19	14,61	1,728	,163
	Sigara	47	52,47	18,34		
	Alkol	13	41,15	17,19		
	Sigara+Alkol	6	49,00	20,38		
Beck Anksiyete Ölçeği	Yok	114	15,25	10,80	,545	,652
	Sigara	47	16,55	9,88		
	Alkol	13	17,77	11,95		
	Sigara+Alkol	6	12,33	5,28		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Yok	114	1,33	1,05	,677	,567
	Sigara	47	1,19	0,84		
	Alkol	13	1,53	0,94		
	Sigara+Alkol	6	0,99	0,55		

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar bağımlılık yapıcı madde kullanım durumu değişkenine göre incelendiğinde;

Bağımlılık yapıcı madde kullanım durumu değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=1,728$; $p>,05$), Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=,545$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=,677$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.12. Psikiyatrik Hastalık Durumu Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Psikiyatrik Hastalık	F	\bar{x}	SD	t	p
Cinsel Mitler Ölçeği	Yok	163	50,18	16,24	1,876	,062
	Var	17	42,53	13,44		
Beck Anksiyete Ölçeği	Yok	163	15,24	10,51	,486	,086
	Var	17	19,82	9,58		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Yok	163	1,24	0,95	-	,009**
	Var	17	1,89	1,10		

** $p\leq 0,01$

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar psikiyatrik hastalık durumu değişkenine göre incelendiğinde;

Psikiyatrik hastalık durumu değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($t_{(178)}=1,867$; $p>,05$) ve Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($t_{(178)}=-,486$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Psikiyatrik hastalık durumu değişkenine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F_{(3-176)}=-,2647$; $p<,05$). Psikiyatrik hastalığı olanların, psikiyatrik hastalığı olmayanlara göre ölçekten aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir.

Tablo 4.13. Kullanılan Psikiyatrik İlaç Durumu Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Psikiyatrik Hastalık	F	\bar{x}	SD	t	p
Cinsel Mitler Ölçeği	Hayır	167	50,00	16,13	1,614	,108
	Evet	13	42,54	14,85		
Beck Anksiyete Ölçeği	Hayır	167	15,40	10,55	-1,244	,215
	Evet	13	19,15	9,32		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Hayır	167	1,27	0,97	-1,306	,193
	Evet	13	1,64	1,04		

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar kullanılan psikiyatrik ilaç durumu değişkenine göre incelendiğinde;

Kullanılan psikiyatrik ilaç durumu değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($t_{(178)}=1,614$; $p>,05$), Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($t_{(178)}=-1,244$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($t_{(178)}=-1,306$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.14. Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Gelir Düzeyi	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	2300 TL (Asgari Ücret) ve altı	18	54,33	17,70	,828	,480
	2301-3500 TL	35	48,69	15,65		
	3501- 4500 TL	43	50,60	15,81		
	4501 TL üzeri	84	48,15	16,18		
Beck Anksiyete Ölçeği	2300 TL (Asgari Ücret) ve altı	18	16,89	9,01	,751	,523
	2301-3500 TL	35	17,74	13,39		
	3501- 4500 TL	43	14,74	9,29		
	4501 TL üzeri	84	15,02	10,03		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	2300 TL (Asgari Ücret) ve altı	18	2,00	1,19	3,983	,009**
	2301-3500 TL	35	1,11	1,00		
	3501- 4500 TL	43	1,17	0,82		
	4501 TL üzeri	84	1,29	0,94		

**p<0,01

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar aile gelir düzeyi değişkenine göre incelendiğinde;

Aile gelir düzeyi değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=,828$; $p>,05$) ve Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(3-176)}=,751$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Aile gelir düzeyi değişkenine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F_{(3-176)}=3,983$; $p<,05$). Gruplar arasındaki farkların tespiti için varyanslar homojen dağıldığından Tukey testi gerçekleştirilmiştir. Aile gelir düzeyi 2300 TL ve altında olanların, diğer gelir düzeyine sahip olanlara göre ölçekten aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir.

Tablo 4.15. Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Baba Eğitim Düzeyi	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	İlkokul	38	56,05	16,48	4,079	,003**
	Ortaokul	28	54,64	18,53		
	Lise	45	47,49	12,46		
	Üniversite	64	44,84	15,56		
	Lisansüstü	5	47,20	16,99		
Beck Anksiyete Ölçeği	İlkokul	38	15,63	11,16	,530	,714
	Ortaokul	28	15,11	11,04		
	Lise	45	14,09	10,15		
	Üniversite	64	16,95	10,33		
	Lisansüstü	5	17,00	8,72		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	İlkokul	38	1,54	0,82	1,937	,106
	Ortaokul	28	0,96	1,02		
	Lise	45	1,18	0,73		
	Üniversite	64	1,41	1,15		
	Lisansüstü	5	1,03	1,02		

**p<0,01

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar baba eğitim düzeyi değişkenine göre incelendiğinde;

Baba eğitim düzeyi değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($F_{(4-175)}=4,079$; $p<,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Gruplar arasındaki farkların tespiti için varyanslar homojen dağıldığından Tukey testi gerçekleştirilmiştir. Babası ilkokul ve ortaokul mezunu olanların, babası üniversite mezunu olanlara göre ölçekten aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir.

Baba eğitim düzeyi değişkenine göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(4-175)}=,530$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($F_{(4-175)}=1,937$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.16. Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Anne Eğitim Düzeyi	F	\bar{x}	SD	F	p
Cinsel Mitler Ölçeği	İlkokul	60	54,75	16,78	3,803	,005**
	Ortaokul	27	50,93	14,72		
	Lise	51	47,06	15,86		
	Üniversite	39	44,72	14,43		
	Lisansüstü	3	33,00	6,56		
Beck Anksiyete Ölçeği	İlkokul	60	15,85	11,66	1,582	,181
	Ortaokul	27	16,89	7,82		
	Lise	51	13,65	9,55		
	Üniversite	39	17,90	11,12		
	Lisansüstü	3	6,67	8,33		
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	İlkokul	60	1,43	1,04	,729	,573
	Ortaokul	27	1,09	0,99		
	Lise	51	1,24	0,87		
	Üniversite	39	1,34	1,02		
	Lisansüstü	3	1,00	0,50		

**p<0,01

Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar baba eğitim düzeyi değişkenine göre incelendiğinde;

Anne eğitim düzeyi değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden ($F_{(4-175)}=3,803$; $p<,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Gruplar arasındaki farkların tespiti için varyanslar homojen dağıldığından Tukey testi gerçekleştirilmiştir. Annesi ilkokul mezunu olanların, annesi üniversite mezunu olanlara göre ölçekten aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir.

Anne eğitim düzeyi değişkenine göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden ($F_{(4-175)}=1,582$; $p>,05$) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden ($F_{(4-175)}=,729$; $p>,05$) alınan ortalama puanlar arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

4.4. KORELASYON ANALİZLERİ

Tablo 4.17. Cinsel Mitler, Rosenberg Benlik Saygısı ve Beck Anksiyete Ölçek Puanları Arasındaki İlişki Analizi

		Cinsel Mitler
Benlik Saygısı	r	-,096
	p	,201
Anksiyete	r	,163*
	p	,029

*Pearson Korelasyon, *p<0,05, **p<0,01

Benlik saygısı ile cinsel mitler arasında anlamsız korelasyon vardır (r=-,096; p>,05).

Anksiyete ile cinsel mitler arasında pozitif yönde anlamlı korelasyon vardır (r=,163; p<,05).

5. BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

5.1. TARTIŞMA

Araştırmamızda erkeklerin, kadınlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanların anlamlı ölçüde yüksek olduğu saptandı ($t_{(178)}=-6,782; p<,05$). CETAD (2006) tarafından gerçekleştirilen araştırmasında erkeklerin, kadınlara göre cinsel mitlere daha fazla inandığı belirlenmiştir. Yapılan bir başka araştırmada ise kadınların cinsel bilgilerinin erkeklere göre daha düşük olduğu belirlenmiştir (Vural ve Temel, 2010). Yapılan diğer araştırmalarda ise cinsiyet değişkenine göre cinsel mitlerin farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Kora ve Kayır, 1996; Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016; Raizada, Gupta and Kumar, 1997; Torun, Torun ve Özaydın, 2011). Aygin ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan araştırmada da cinsiyete göre cinsel mitlerin farklılık göstermediği belirlenmiştir. Cinsel mitler, doğruluğu olmayan abartılı inanış ve düşünceleri kapsarken, cinselliğe yönelik olumsuz tutumlara yol açmaktadır (Nyanzi, Nyanzi and Kalina, 2005). Cinsel mitler bireyin sağlıklı cinsel deneyim yaşamasının önünde büyük bir engel oluşturmaktadır (Apay, Akpınar ve Arslan, 2013; Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016). Cinsellik konusunda kadınlar değersiz görülürken, erkekler de seksi sürekli isteyen ve sekse hazır kişiler olarak gösterilmektedir. Bu durum kadınların ve erkeklerin sağlıklı cinsel yaşam oluşturmalarının önünde büyük bir engel oluşturmaktadır (CETAD, 2006; Kayır, 2001; Ogur, Utkualp ve Aydınoglu, 2016). Erkeklerin egemen olduğu toplumlarda, kadınların cinsel yaşamlarına önem verilmemekte ve kadınlar yalnızca partnerini memnun etmek zorunda olan kişiler olarak gösterilmektedir (Ohl, 2007). Bu durum erkekler üzerinde baskıyı artırabilmekte, erkeklerin cinsel ilişkide sürekli başarılı olması beklenmekte ve bu durum kaygıya yol açarak, cinsel işlev bozukluklarına neden olabilmektedir. Ayrıca “cinsellikte önemli olan penisin vajinaya girmesidir”, “penis sertleştiğinde, boşalma hemen gerçekleşmelidir”, “erkeklerin penis büyüklüğü, cinsel birleşmenin kalitesini artırmaktadır” mitleri de erkeklerin cinsel yaşamını önemli ölçüde etkilemektedir. Erkeklerin cinsel mit düzeylerinin kadınlara göre

yüksek olmasında erkeklerin, ilk cinsel bilgileri arkadaşlarından, basın-yayın organlarından, internetten, filmlerden ve pornografik sağlıklı, doğru olmayan materyallerden öğrenilmesinin etkili olduğu düşünülmektedir. İnfomal kaynaklardan elde edilen bilgiler ise cinsel mitlerin oluşmasına yol açmaktadır (CETAD, 2006; Torun, Torun ve Özaydın, 2011). Bahsedilen durumlar erkeklerin, kadınlara göre cinsel mit düzeylerinin yüksek olmasını açıklayabilir.

Araştırmamızda iki-üç kardeşe sahip olanlar ile dört ve daha fazla kardeşe sahip olanların, tek çocuk olan ya da tek kardeşi sahip olanlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanların anlamlı ölçüde yüksek olduğu saptandı ($F_{(2-177)}=9,099$; $p<,05$). Ziya (2015) araştırmasında katılımcıların 4,2'sinin ilk cinsel bilgileri kardeşlerinden öğrendiğini saptamıştır. Özdemir'in 2018 yılında yaptığı çalışmada katılımcıların %13,8'inin ilk cinsel bilgileri kardeşlerinden öğrendiğini saptamıştır. Özmen (1999) ilk cinsel bilgilerin arkadaş, kardeş, basın-yayın organları ve pornografik yayınlardan öğrenilip, doğru kaynaklara ulaşamadığında cinsel mitlerin gelişebileceğini belirtmiştir. Tek çocuk olan ya da tek kardeşi olanların, iki ve daha fazla kardeşe sahip olanlara göre cinsel mit düzeyinin düşük çıkmasında ebeveynlerin çocuk sayısının arttıkça sorumluluğunda artmasıyla birlikte cinsel bilgileri aktarma noktasında eksikler yaşadığını düşündürebilir. Kardeş sayısı değişkenine göre cinsel mitleri daha iyi inceleyebilmek için daha fazla çalışmaya ihtiyacın olduğunu söyleyebiliriz.

Araştırmamızda ailesiyle yaşayanların, yalnız yaşayanlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanların anlamlı ölçüde yüksek olduğu saptandı ($F_{(3-176)}=3,119$; $p<,05$). Yaşan ve Gürgen (2004) araştırmasında, cinsel deneyimi olan bireylerin cinsel mitlere inanma düzeyinin zamanla az da olsa azaldığı belirtilirken, cinsel partneri olmayanların cinsel mitlere inanma düzeyinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir (Yaşan ve Gürgen, 2004). Bireylerin kültürel etkinin altında olması, sahip olduğu cinsel değerleri, cinselliğe yönelik abartılı ya da eksik bilgileri, cinsel organını yeterince tanıyamaması, bekarete ilişkin hassaslık düzeyi ve bilgisi olmadan cinsel deneyim yaşaması cinsel mitlerle ilişkili olabilmektedir (Çetin vd., 2008; Doğan ve Özkorumak, 2008). Ülkemizde cinsellik tabu olarak kaldığından yasak ve konuşulmaması gereken konuların başında gelmektedir (Kukulu, Gürsoy ve Ak, 2009). Ülkemizde cinsel mitlerin

yaygınlığı eğitim düzeyinden bağımsız ilerlemektedir. Bu durum eksik ya da yanlış bilgilerin fazlalığından kaynaklanmaktadır (Yaşan ve Gürgen, 2004). Araştırmamızda öğrencilerden ailesiyle yaşayanların, cinsel deneyimlerini rahatça gerçekleştirememesi ve cinselliğe yönelik konuların rahat biçimde konuşulup, tartışılmaması nedeniyle cinsel mit düzeyinin yüksek olduğunu düşünüyoruz.

Araştırmamızda babası ilkokul ve ortaokul mezunu olanların, babası üniversite mezunu olanlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanların anlamlı ölçüde yüksek olduğu saptandı ($F_{(4-175)}=4,079$; $p<,05$). Annesi ilkokul mezunu olanların, annesi üniversite mezunu olanlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanların anlamlı ölçüde yüksek olduğu saptandı ($F_{(4-175)}=3,803$; $p<,05$). Elde edilen bu sonuçlara göre ebeveynleri üniversite mezunu olanların cinsel mit düzeyinin düşük olduğu söylenebilir. 2017 yılında Aygin ve arkadaşları tarafından yapılan araştırmada anne ve baba eğitim durumuna göre cinsel mitlerin farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Cinsel eğitimin yeterince alınmamış olması ya da hiç alınmaması, bilginin informal kaynaklardan öğrenilmesine ve cinsel mitlerin oluşumuna yol açmaktadır. Böylelikle bilgiler abartılan inanışlara dönüşmekte ve bireylerin cinsel yaşantısını önemli ölçüde etkilemektedir (Ogur, Utkuallp ve Aydınoğlu, 2016). Eğitim düzeyi düşük olanların, yüksek olanlara göre cinsel mitlere daha fazla inandığı belirlenmiştir (Kısa vd., 2013; Özmen, 1999; Torun, Torun ve Özaydın, 2011). Torun, Torun ve Özaydın (2011)'ın araştırmasında ortaokul ve altında eğitim düzeyine sahip bireylerin cinsel mitlere inanma düzeyinin, diğer eğitim düzeylerindeki göre anlamlı ölçüde yüksek olduğunu belirlemiştir. Ebeveynlerin eğitim düzeyi düşük olmasının cinsel mitlere daha fazla inandığını göstermektedir. Yani cinsel bilgileri doğru kaynaklardan öğrenemeyenlerin cinsel mitlere inanma düzeyinin yüksek olacağı beklenir (Özmen, 1999; Torun, Torun ve Özaydın, 2011). Ebeveyn eğitim düzeyi düşük olan bireylerin cinsel mit düzeyinin yüksek olmasında eğitim düzeyi düşük olan ebeveynlerin, cinselliğe dair bilgi eksikliğinden ve cinselliğin konuşulmamasını tercih edeceği, çocuklarının da bu nedenlerden dolayı cinsel mitlere inanma düzeyinin yüksek olacağı düşünülmektedir. Bizim araştırma bulgularımız da bu bağlamda literatür ile uyumludur.

Araştırmamızda kadınların, erkeklere göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanların anlamlı ölçüde yüksek olduğu saptandı ($t_{(178)}=,051$; $p<,05$). Benzer şekilde kadınların, erkeklere göre anksiyete düzeyinin yüksek olduğunu bildiren birçok çalışma mevcuttur (Alvi et al., 2010; Ediz, Özçakır ve Bilgel, 2017; Hewit et al., 2001; Kessler et al., 2005; Sareen et al., 2011). Araştırma sonuçlarımız benzerlik göstermektedir. Cinsiyet değişkenine göre anksiyete düzeyinde farklılığın olmadığı çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin Kapucı (2016), Kına (2017), Ocaktan, Keklik ve Çöl (2000), Sinanoğlu (2016), Yelkenci (2013) tarafından yapılan çalışmalarda cinsiyete göre anksiyete düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (Kapucı, 2016; Kına, 2017; Ocaktan, Keklik ve Çöl, 2000; Sinanoğlu, 2016; Yelkenci, 2013). Erkekler, kadınlara göre yaşadığı semptomları daha az gösterme çabası içerisine girmektedir (Lewinsohn et al., 1993). Kadınların cinsiyet rolleri, toplumun kadınlardan beklentileri ve sosyal öğrenme anksiyetenin ortaya çıkmasında etkili görülmektedir (Bekker, 2000). Bireylerin strese verdikleri cevaplar, problemlerle başa çıkma stratejileri ve yaşam olaylarının anksiyetenin oluşumunda ve cinsiyete göre farklılıklar oluşturmasında önemli olabileceği bildirilmiştir. Kadınlar, strese daha duygusal cevaplar vermekte ve kadınlarda anksiyetenin dışa vurumu daha güçlü olmaktadır (Al-Ilssa, 1980). Ülkemizde kadınların geleneksel rollerinin, girişkenliği ve kendisine yetebilen davranış biçimlerini desteklemediği ifade edilmektedir. Bu durum da kadınlarda strese karşı çaresizliğe ve çevreye bağımlı olmalarına sebep olabilmektedir. Erkekler ise yaşam olaylarına karşı güçlü bir duruş sergileyerek eksik yönlerini ortaya koymadığı, güçlü yanlarını ön plana çıkardığı görülmektedir (Wolfe, 1984). Bunların dışında anksiyete düzeyinin farklılık göstermesinde biyolojik duyarlılıkla açıklayan Jovanovic (2008), beyindeki serotonin kadınlarda ve erkeklerde farklı olduğunu bildirmiş olup, bu farklılığın kadınlarda anksiyetenin daha fazla görülmesine neden olduğunu belirtmiştir.

Araştırmamızda psikiyatrik tedavi görenlerin, psikiyatrik tedavi görmeyenlere göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanların anlamlı ölçüde yüksek olduğu tespit edildi ($F_{(3-176)}=,2647$; $p<,05$). Bireylerin deneyimlediği olaylara yönelik hissettiği duygular, benlik saygısını etkilemektedir. Başkalarının sevgisini hak etmediğini düşünülmesi ve olumsuz duyguların hakim olması bireylerin benlik saygısını düşürmektedir. Kendisini değerli gören, toplum içerisinde saygın olduğunu düşünen ve

sorumluluklarının bilincinde olan bireylerin ise benlik saygıları daha yüksek olacaktır (Karadağ vd., 2008). Bireylerin olumlu deneyimleri benlik saygısını artırırken, olumsuzluklar ise benlik saygısını düşürmektedir (Yazgan vd., 2013). Anksiyete, depresyon, başarı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada, erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin kızlara göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Depresyon ve anksiyete ile benlik saygısı arasında negatif yönde korelasyon belirlenirken, benlik saygısının akademik başarıyı önemli ölçüde yordadığı belirlenmiştir (Direktör ve Nuri, 2017). Benlik saygısı depresyon düzeyiyle ilişkilidir. Gür 1996'da yaptığı araştırmada depresyon düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyinin azaldığını belirtmiştir. Benlik saygısının yüksek olması bireyleri çeşitli psikopatolojik belirtilerden korumaktadır. Benlik saygısının düşük olması ise bireylerin kendisini psikopatolojik belirtilerden koruyacak kaynaklardan yoksun bırakmaktadır (Zeigler-Hill, 2011). Yörükoğlu (2000), ruhsal problemlerin varlığının benlik saygısını düşüren bir etmen olduğunu bildirmiştir. Benlik saygısı düşük olanlarda depresif belirtiler, anksiyete, özkıyım eğilimi ve yeme bozuklukları sıklıkla görülmektedir. Ayrıca bu kişilerin akademik başarıları düşmekte, şiddet ve suça meyilli davranışlar sergileyebildikleri belirtilmektedir (Mann et al., 2004). Yapılan bu araştırmada psikiyatrik sorun yaşayan bireylerin benlik saygısının psikiyatrik sorun yaşamayanlara göre düşük olduğu belirlenmesi, benlik saygısı düşük olan bireylerin yaşadığı ruhsal problemler nedeniyle kendilerini olumsuz algılamalarına yol açmasıyla açıklanabilir.

Araştırmamızda aile gelir düzeyi 2300 TL ve altında olanların, diğer gelir düzeyine sahip olanlara göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanların anlamlı ölçüde yüksek olduğu saptandı ($F_{(3-176)}=3,983$; $p<,05$). Yapılan araştırmalarda gelir düzeyi arttıkça benlik saygısının yükseldiği belirtmiştir (Baybek ve Yavuz, 2005; Doğan vd., 1994; Gürsoy, 2006; Karadağ vd., 2008; Sayan vd., 2001). Balat ve Akman 2004 yılında, Camilla ise 2001 yılında yaptığı araştırmada gelir düzeyine göre benlik saygısı düzeyinde farklılık olmadığını tespit etmiştir. Ailesinin gelir düzeyi düşük olan bireylerin, benlik saygısının da düşük olduğu saptayan başka araştırmalarda vardır (Gürhan, 1986; Karadağ, Güneri Çuhadar ve Uçan, 2008). Bireylerin ailelerinin işlevsel olması, ailenin görev ve sorumluluklarını yerine getirmesi çocuklarının benlik saygısı gelişiminde önemli bir etkidir. Spor, sanat, akademik yaşantı gibi alanlarda başarılı olan

bireylerin benlik saygıları da yükselmektedir (Çuhadaroğlu, 1986). Gelir düzeyi düşük olan aileler ise çocuklarını, gelir düzeyi yüksek olanlara göre spor, sanat ve akademik alanlarda daha az destekleyecektir. Ayrıca 2300 TL ve altında geliri olan ailelerin yoksulluk sınırının günümüzde 7,942 TL olduğu düşünüldüğünde, çocuklarının temel gereksinimlerini bile karşılamakta zorlanabileceği ifade edilebilir. Bu durumlar ise ailesinin gelir düzeyi düşük olan bireylerin kendisini geliştirebileceği alanlara odaklanamamasına ve benlik saygısında düşüşe yol açabilir.

Araştırmamızda benlik saygısı ile cinsel mitler arasında korelasyon olmadığı belirlendi ($r=-,096$; $p>,05$). Cinsel mitler ile benlik saygısının ilişkisini gösteren çok sayıda araştırma bulunmamaktadır. Aker, Şahin ve Oğuz tarafından 2019 yılında yapılan araştırmada cinsel mitler ile benlik saygısı arasında korelasyon olmadığı tespit edilmiştir. Cinsel mitlere sahip olan bireylerin cinsel doyum düzeyinin düşük olduğu bilinmektedir. Romantik ilişkilerde cinsel doyum son derece önemlidir. Cinsel doyumunu düşük olanların ise ilişkisinde daha az mutlu olduğu ve benlik saygılarının düşük olduğu bildirilmiştir (Stephenson ve Meston, 2011). Cinsel mitlerin varlığı bireylerin benlik saygısı üzerinde etkili olmaktadır. Özellikle erkeklerde cinsel ilişkiye her zaman istekli ve hazır olduğu mitine inanılması, erkeklerde anksiyeteye ve “başarısız” olma korkusuna yol açarak, benlik saygılarında düşüşe sebep olabilecektir (Sungur ve Tarcan, 2006). Karakoyunlu 2007 yaptığı çalışmada kadınlarda cinsel uyarılara verilen tepkilerin azalmasında benlik saygısının düşük olmasının önemli bir etken olduğunu vurgulamıştır. Cinsel eğitimi yetersiz olan ve cinsel mitleri fazla olan kişilerin benlik saygısı düşmekte, obsesif eğilimleri artmaktadır (İncesu, 2004; Torun, Torun ve Özaydın, 2011). Zilbergeld 1992 yılında yaptığı çalışmada cinsel mitlerin ilişkilerde beklentileri farklılaştırdığını ve cinsel ilişki performansını düşürerek, benlik saygısını azalttığını bildirmiştir. Diker (2017) araştırmasında cinsel işlev bozukluğu olan bireylerin cinsel mitlere inanma düzeyinin cinsel işlev bozukluğu olmayanlara göre yüksek olduğu, benlik saygılarının düşük olduğu tespit edilmiş, kişilerin cinsel bilgi düzeylerinin düşük olduğu bildirilmiştir. Benlik saygısı ile cinsel işlevler arasında pozitif yönde korelasyon belirlenmiştir. Mayers, Heller ve Heller’e (2003) göre düşük benlik saygısına sahip bireyler cinsel problemler yaşayabilirken, cinsel problemler de benlik saygısının düşmesine yol açabilmektedir. Cinsellik ile benlik saygısı karşılıklı etkileşim halindedir. Cinsel sağlık bireylerin ruhsal,

biyolojik ve sosyolojik yönünden etkilenmektedir. Bu boyutlarda meydana gelen olumsuz değişimler fiziksel sağlık sorunlarına yol açmakta, benlik saygısını düşürmekte ve yaşam kalitesini azaltmaktadır (Şen, Usta, Aygün ve Sert). Alkan (2008) düşük benlik saygının orgazm olma düzeyini düşürdüğünü ve cinsel doyumunu azalttığını bildirmiştir. Yaşanan cinsel sorunlarda benlik saygısının önemli etkilerinden bahsedilmektedir. Cinsel isteği düşük olan ve sertleşme problemi olan erkeklerin eşlerinin, eşinin kendisini beğenmediğini düşünmesine yol açabilir. Bu durumda da kadınların benlik saygısında azalma görülebilir. Benlik saygısının düşük olması cinsel davranışları etkilemektedir. Bireylerin kendisini beğenmemesine ve değerli hissetmemesine yol açabilen düşük benlik saygısı, cinsel deneyimlerden haz almayı hak edilmediğini düşündürebilmektedir (Andaç, 2015).

Cinsellikle ilişkili şemaların gelişiminde erken çocukluk ve ergenlik dönemi kritik öneme sahiptir. Şemaların oluşumunda bağlanma stilleri, cinsel bilgilerin ilk edinilme kaynakları, hormonal gelişim ve benlik saygısı etkili olmaktadır (Koçak ve Fıfıloğlu, 2010). Cinsel mitler bireylerin hatalı bilişsel şema oluşturmalarına neden olmaktadır. Bu şemalar ise bireylerin anksiyete, suçluluk, gerçekçilikten uzak beklentilerin oluşmasına ve başarısız olma korkusuna yol açarak cinsel işlev bozukluklarına sebep olabilmektedir (Keçe, 2013; Yaşan ve Gürgen, 2004). Buna göre benlik saygısının cinsel şemaların oluşumunu etkileyerek, cinsel mitlere inanma düzeyi üzerinde etkili olduğu söylenebilir (Aker, Şahin ve Oğuz, 2019).

Araştırmamızda anksiyete ile cinsel mitler arasında pozitif yönde anlamlı korelasyon vardır ($r=,163$; $p<,05$). Yapılan araştırmada Kukulcu, Gürsoy ve Sözer (2009) cinsellikle ilişkili eksik, abartılı ve yanlış bilgilerin olmasının suçluluk duygusunun artmasına, anksiyete ve korkunun yaşanmasına yol açtığını bildirmiştir. Cinsel mitlerin fazla olması bireylerin anksiyete düzeyini artırmaktadır. Adams, Wright ve Lohr (1996)'a göre cinselliğe dair abartılı ve yanlış inanışların olması, cinsel ilişkiden doyum alınmasını engellemekte ve çiftlerin cinsel deneyim öncesinde ya da deneyim sırasında anksiyete yaşamasına neden olmaktadır. Cinsel mitler anksiyeteye sebep olabilirken, cinsel işlev bozukluğunun yaşanması da anksiyete düzeyini artırmaktadır. Cinsel mitler incelendiğinde erkeklerdeki sertleşme probleminin cinsel inanışlarla ilişkili olduğu

belirtilmiştir. “Erkeğin işlevsel olması gerektiği, cinselliğin birleşmeyle sonuçlanması gerektiği” ve “erkeğin penisinin sürekli sertleşmesi” gerektiğine dair oluşan cinsel mitler, erkeklerin yoğun anksiyete yaşamasına sebep olabilir (Zilbergeld, 1999). Cinsel davranışların belirlenmesinde etkili olan mitler, insan psikolojisini de etkilemektedir. Cinsel mitlerde çeşitli ortak noktalar bulunmaktadır. Erkeğin aktif ve baskın olması, kadınların pasif kalması bu ortak noktalardan birisidir. Erkek ilişkiyi başlatmak zorunda ve devam ettirmek zorunda olan kişiye, kadınlar ise partnerini memnun etmek zorundadır. Cinsel deneyim yaşamadan önce kadınlarda ve erkeklerde bu tarz mitlerin oluşumu hem kadının hem de erkeğin anksiyete yaşamasına sebep olabilmektedir (Kora, 2001). Cinsel ilişkide asıl amacın fiziksel birleşme olduğunun düşünülmesi, sıcak duygular ile yakınlık duygularının göz ardı edilmesine yol açmaktadır. Bu durum ön sevişme olmadığından kadınların uyarılmasını engelleyerek, kadınlarda orgazm problemlerine neden olabilmektedir. Ayrıca cinsel birleşmenin oldukça önemli olduğuna inanılan mitin, erkeklerde de sertleşme sorunlarına yol açabileceği ve bu durumun erkeklerde anksiyete yaratabileceği bildirilmektedir (Özmen, 1999). Yapılan çeşitli araştırmalarda cinsel mitler üzerinde etkili olduğu belirtilen anksiyetenin, cinsel işlev bozukluğunun oluşumunda da etkili olduğu tespit edilmiştir. Cinsel işlev bozukluklarını tedavisinde anksiyeteye yoğunlaşılması gerektiği belirtilmiş olup (Masters and Johnson, 1970), cinsel doyumun azalmasında anksiyete düzeyinin yüksek olmasının önemli bir rolü bulunduğu belirtilmiştir (Barlow, 1986; Akt. Yılmaz, 2018). Bu çalışmada cinsel mitler ile anksiyete düzeyi arasında pozitif yönde korelasyon belirlenmiştir. Bu durum cinsel mitlere sahip olan bireylerin, cinsel deneyimlerde başarısız olma korkusuyla anksiyete yaşamalarına neden olabilir.

5.2. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde cinsel mitlerin anksiyete düzeyi ve benlik saygısı arasındaki ilişki incelendi. Araştırmanın amacı doğrultusunda elde edilen sonuçlar şu şekildedir:

Ölçeklerden alınan ortalama değerler incelendiğinde Cinsel Mitler Ölçeği ortalamasının 49,46 olduğu (SD: 16,12) ,ölçekten en az 27, en çok 109 puan alındığı

belirlenmiştir. Beck Anksiyete Ölçeği puan ortalaması 15,67 olduğu (SD: 10,49), ölçekten en az 0, en çok 49 puan alındığı belirlenmiştir. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalaması ise 1,30(SD: ,98), iken ölçekten en az 0, en çok 5,34 puan alınmıştır.

Erkeklerin, kadınlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanlar istatistiksel olarak anlamlı ölçüde yüksektir ($p=,000$). Kadınların, erkeklere göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanlar istatistiksel olarak anlamlı ölçüde yüksektir ($p=,018$). Cinsiyete göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

İki-üç kardeşe sahip olanlar ile dört ve daha fazla kardeşe sahip olanların, tek çocuk olan ya da tek kardeşe sahip olanlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanlar istatistiksel olarak anlamlı ölçüde yüksektir ($p=,000$). Kardeş sayısına göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Medeni duruma göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden, Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Ebeveyn çalışma durumu değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden, Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Anne çalışma sektörü (memur, özel sektör ve serbest meslek/kendi işi) değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden, Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı. Baba çalışma sektörü (memur, özel sektör ve serbest meslek/kendi işi) değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden, Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Ailesiyle yaşıyanların, yalnız yaşıyanlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanlar istatistiksel olarak anlamlı ölçüde yüksektir ($p=,027$). Birlikte yaşıyan kişiler değişkenine göre Beck Anksiyete ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Bağımlılık yapıcı madde kullanım (alkol, madde, sigara) değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden, Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Psikiyatrik hastalık durumu değişkenine göre Cinsel Mitler ve Beck Anksiyete Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında fark yoktur. Psikiyatrik hastalığı olanların, psikiyatrik hastalığı olmayanlara göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanlar istatistiksel olarak anlamlı ölçüde yüksektir ($p=,009$).

Kullanılan psikiyatrik ilaç durumu değişkenine göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden, Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Aile gelir düzeyi değişkenine göre Cinsel Mitler ve Beck Anksiyete Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında fark yoktur. Aile gelir düzeyi 2300 TL ve altında olanların, diğer gelir düzeyine sahip olanlara göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanlar istatistiksel olarak anlamlı ölçüde yüksektir ($p=,009$).

Babası ilkokul ve ortaokul mezunu olanların, babası üniversite mezunu olanlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir ($p=,003$). Baba eğitim düzeyi değişkenine göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Annesi ilkokul mezunu olanların, annesi üniversite mezunu olanlara göre Cinsel Mitler Ölçeği'nden aldıkları ortalama puanlar anlamlı ölçüde yüksektir ($p=,005$). Anne eğitim düzeyi değişkenine göre Beck Anksiyete Ölçeği'nden ve Rosenberg Benlik

Saygısı Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı.

Benlik saygısı ile cinsel mitler arasında anlamsız korelasyon bulunmaktadır ($r=0,096$; $p>,05$).

Anksiyete ile cinsel mitler arasında pozitif yönde anlamlı korelasyon vardır ($r=0,163$; $p<,05$).

Yapılan araştırmanın örneklemini 137 kadın, 43 erkek olmak üzere toplam 180 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Cinsiyete göre değişkenlerin daha güvenilir biçimde incelenebilmesi için kadın ve erkek sayısının dengeli ve örneklemin geniş tutulmasının evreni daha iyi yansıtacağı düşüncesindeyiz.

Yapılan çalışmada benlik saygısı, anksiyete ve cinsel mitlere inanma düzeyleri ölçeklerle belirlenmeye çalışılmıştır. Yapılacak çalışmalarda yüz yüze görüşmeler yapılarak daha güvenilir sonuçlar elde edilebilir.

Bu çalışmada cinsel mitlere inanma düzeyi ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki olmadığı saptandı. Benlik saygısıyla ilişkili olan öz güven, psikolojik iyi oluş (Akt. Tekke ve Yıldız, 2020), problemle başa çıkma becerileri (Karataş ve Çakır, 2011), karar verme becerileri (Baumeister et al., 2003), başarı, beklentiler ve değerler ile engellerle (Yavuzer, 2003) cinsel mitlerin ilişkisinin incelenmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşüncesindeyiz.

Üniversite öğrencilerinde benlik saygısını artırıcı planlı çalışmalar yürütülerek, prospektif olarak çalışmaların benlik saygısına etkisi incelenebilir.

Bireylerin stresle başa çıkma becerilerinin ruh sağlığı uzmanlarınca düzenlenmesi sağlanarak, anksiyeteye mücadele edebilme becerileri kazanması dolaylı olarak cinsel yaşamı olumlu etkileyebilir.

Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı tarafından cinselliğe dair doğru bilgilerin öğretilmesi amacıyla “Cinsellik” konulu derslerin müfredata alınarak, cinsel mitlere inanma düzeyinin azaltılmasının sağlanmasının cinsel yaşamı tabu olarak görülmesinin önüne geçebileceği düşüncesindeyiz.

KAYNAKÇA

Adams, H. E., Wright, L. W. and Lohr, B. A., 1996, "Is Homophobia Associated With Homosexual Arousal?" *Journal of Abnormal Psychology*, 105(3): pp.440-445.

Adams, S. G. and Gullotta, T., *Adolescent life experiences*, Brooks Cole, New York, 1989.

Adler, A., *Çocuk Eğitimi*, Cem Yayınevi, İstanbul, 2014.

Akan, H. ve Doğan, S., 2011, "Approach To Sexual Dysfunction In Primary Health Care" *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 15(2): pp. 69–76.

Aker, S., Şahin, M. K. ve Oğuz, G., 2019, "Üniversite Öğrencilerinde Cinsel Mit İnançları ile İlişkili Faktörler" *TJFMPC*, 13(4): ss.472-480.

Aktaş, S., 2011, 9. Sınıfta Anne Baba Tutumları ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Ala, S., 2007, Tiroidektomi Ameliyatı Öncesi Hemşirenin Bilgilendirici Rolünün Hastaların Ameliyat Sonrası Anksiyete Düzeyine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Al-Issa, I., *The Psychopathology of Women*. Englewood Cliffs, Prentice-Hall, New Jersey, 1980.

Alkan, E., 2008, Cinsel İşlev Bozuklukları ve Kişilerarası Tarz, Öfke, Kendilik Algısı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Alkın, T. ve Onur, E., *Anksiyete Kavramı ve Anksiyete Bozukluklarına Genel Bir Bakış*, (Ed. E. Köroğlu, C. Güleç ve S. Şenol), *Psikiyatri Temel Kitabı*, Hekimler Yayın Birliği Basım Yayın, Ankara, 2007.

Altuntaş, G., 2012, Boşanmış Ebeveynler ile Boşanmamış Ebeveynlerin Lise Birinci, İkinci, Üçüncü Sınıflarında Okuyan Çocuklarının Sürekli Öfke ve Öfke İfade

Tarzi, Benlik Saygısı ve Anksiyete Düzeylerinin Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Alvi, T., Assad, F., Ramzan, M. and Khan, F. A., 2010, "Depression, Anxiety and Their Associated Factors Among Medical Students" J Coll Physicians Surg Pak, 20(2): pp.122-6.

Andaç, T., 2015, "Klimakterik Dönemdeki Kadınların Cinsel İşlev Özellikleri: Toplum Temelli Çalışma, Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Apay, E. S. ve Pasinlioğlu, T., 2007, "Nişanlı Çiftlerin Evlendikten Sonra Kullanmayı Düşündükleri Aile Planlaması Yöntemleri" Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, ss.30-37.

Apay, S. E., Akpınar, R. B. ve Arslan, S., 2013, "Öğrencilerin Cinsel Mitlerinin İncelenmesi" Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 16:2.

Apay, S.E., Nagorska, M., Balcı Akpınar, R., Sis Çelik, A. and Binkowska, M., 2013, "Student Comparison of Sexual Myths: Two-Country Case" Bury Sex Disabil, 31.

Arık, İ. A. 1992, Motivasyon ve Heyecana Giriş, İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü Ders Notları.

Armağan A. ve Ergün O., 2011, "Kadın Cinsel Fonksiyon Bozukluğu Tanı ve Tedavisinde Yenilikler" Androloji Bülteni, ss.82-87.

Aşkun, D. and Ataca, B., 2007, "Sexuality Related Attitudes and Behaviors of Turkish University Students" Archives of Sexual Behavior, 36(5): pp.741-752.

Avcı, N. ve Beji, N. K., 2011, "Toplumlarda Cinselliğe Bakış, Etkileyen Faktörler" Androloji Bülteni, 45.

Aydın, M. D., 2017, Sivil Toplum Kuruluşlarında Çalışanların Depresyon, Anksiyete ve Stres İlişkilerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Aygin, D., Açıl, H., Yaman, Ö. ve Çelik, A.Y., 2017, “Üniversitede Okuyan Kadın Öğrencilerin Cinsel Mitler ile İlgili Görüşleri” *Androloji Bülten*, 19(2): ss.44-49.

Aytaş, A., 2019, OKB Tanısı Almış Yetişkin Bireylerde Benlik Saygısı ile Anksiyete Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bacanlı, H., *Sosyal İlişkilerde Benlik: Kendini Ayarlama Psikolojisi*, Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, İstanbul, 2004.

Bajaj, B., Gupta, R. and Pande, N., 2016, “Self-Esteem Mediates The Relationship Between Mindfulness and Well-Being” *Personality and Individual Differences*, 94: pp.96-100.

Balat, U. G. ve Akman, B., 2004, “Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeylerinin İncelenmesi” *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(2): ss.175-183.

Bandelow, B. and Michaelis, S. (2015). *Epidemiology of Anxiety Disorders in the 21st Century*, *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17(3): pp.327-335.

Barlow, D. H., 1986, “Causes of Sexual Dysfunction: The Role of Anxiety and Cognitive Interference” *J. Consult. Clin. Psychol.* 54: pp.140–48

Batmaz, M., Özhan, F., Soydan, M., Özdiilli, K. ve Sabuncu, N., 2005, “İntravenöz Enjeksiyon Uygulaması Yapan Öğrencilerin Anksiyete Düzeylerinin Belirlenmesi” *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 13(54): ss.117-132.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. and Vohs, K. D., 2003 “Does High Self-Esteem Cause Betterperformance, Interpersonal Success,Happiness, or Healthier Lifestyles?” *Psychological Science in The Public Interest*, 4(1): pp.1-44.

Baybek, H. ve Yavuz, S., 2005, “Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi” *Muğla Üniversitesi SBE Dergisi*, 14.

Baymur, F., *Genel Psikoloji*, 12. Baskı, İnkılap Kitabevi, İstanbul, 1994.

Beck, A.T. ve Emery, G., Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler, (Çev. V. Öztürk), Litera Yayıncılık, İstanbul, 2011.

Bekker, M. H. J., Agoraphobia: Sex specific Stress or Sex Specific Stressors? John Wiley & Sons, Ltd, Chichester UK, 2000.

Beşer, N. ve Öz, F., 2003, “Kemoterapi Alan Lenfomali Hastaların Anksiyete-Depresyon Düzeyleri ve Yaşam Kalitesi” Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 7(1): ss.47-58.

Bowlby, J., Attachment and Loss, Attachment, Penguin Books, England, 1972.

Bozkurt, S., 2016, Bireylerin Cinsel Mitlere İnanma Durumunun ve Cinsel Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Brown, J. D., Dutton, K. A. and Cook, K. E., 2001, “From The Top Down: Self-Esteem and Self Evaluation” Cognition and Emotion, 15: pp.615-631.

Brown, R. T., 2000, “Adolescent Sexuality at the Dawn of the 21st Century” Adolesc Med, 11: pp.19-24.

Bulut, B., 2016, Ergenlerin Anksiyete, Sosyal Destek ve Psikolojik Sağlık Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Bushi, B., 2016, Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumu, Anksiyete ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Büyüköztürk Ş., Çakmak K.E., Akgün E.Ö., Karadeniz Ş. ve Demirel F., Bilimsel Araştırma Yöntemleri, 14.Baskı, Pegem Akademi, Ankara, 2013.

Camilla, S., 1991, “Economic Hardship, Family Relationships and Adolescent Distress” Dissertation Abstracts International, 52: pp.45-52.

Causes And Effects” Sexual and Relationship Therapy, 25(4): pp.434-446.

Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Merkezi, Cinsel Yaşam ve Sorunları Bilgilendirme Dosyası-1, Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği Yayınları, İstanbul, 2006a.

Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Merkezi. Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Araştırması, Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği Yayınları, İstanbul, 2006b.

Cinsel Sağlık Enstitüsü Derneği, 2012, Bastırılan ve İfade Edilemeyen Duygular Cinsel Sorunlara Yol Açıyor! Erişim <http://www.cised.org.tr/basin/205/bastirilan-veifade-edilemeyen-duygular-cinsel-sorunlara-yol-aciyor>. (Erişim Tarihi: 12.05.2020)

Civil, B. ve Yıldız, H., 2010, “Erkek Öğrencilerin Cinsel Deneyimleri ve Toplumdaki Cinsel Tabulara Yönelik Görüşleri” Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 3(2): ss.58-64.

Clark, D. A. and Beck, A. T., Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and Practice, Guilford Press, New York, 2010.

Clark, D. A. and Beck, A. T., The Anxiety & Worry Workbook: The Cognitive Behavioral Solution, The Guilford Press, New York, 2012.

Cobb, R. J., 2003, The Relationship Between Self-Regulated Learning Behaviors And Academic Performance in Web-Based Courses, Doctoral Thesis, Virginia Polytechnic Institute and State University, USA.

Cüceloğlu, D., İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları, 14. Baskı, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2005.

Çavaş, Ş., 2008, Cinsel İşlev Bozuklukları Polikliniğine Başvuran Vajinismus ve Prematür Ejakülasyon Olgularında Psikiyatrik Komorbiditenin Araştırılması, Uzmanlık Tezi. Bakırköy Ord. Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi.

Çelik, F. ve Edipoğlu, I. S., 2018, “Evaluation of Preoperative Anxiety and Fear of Anesthesia Using APAIS Score” Eur J Med Res, 23(1):pp. 41-58.

Çetin, S. K., Bildik, T., Erermiş, S., Demiral, N., Özbaran, B., Tamar, M. ve Aydın, C., 2008, “Erkek Ergenlerde Cinsel Davranış ve Cinsel Bilgi Kaynakları: Sekiz Yıl Arayla Değerlendirme.” *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(4): ss.390-397.

Çevik Demir, Ş., 2013, Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma, Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Decay, J. and Kenny, M., Adolescent Development. Brown- Benchmark, Madison, 1994.

Diker, G., 201, Kadın Cinsel İşlev Bozukluğunda Cinsel Mitlere İnanma Düzeyi, Cinsel Bilgi ve Benlik, Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dinç, S., 2012, Orgazm Olamayan Kadınlar ile Orgazm Olabilen Kadınların Atılganlık Düzeyleri, Benlik Saygıları, Beden Algıları ve Evlilik Uyumları Açısından Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Direktör, C. ve Nuri, C., 2017, “Benlik Saygısının Akademik Motivasyon Üzerindeki Etkisi: Otomatik Düşüncenin Aracı Rolü” *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(1): ss.66-75.

Doğan, O., Doğan, S., Çorapçıoğlu, A. vd., 1994, “Aktif Sosyal Etkinliklere Katılmanın Beden İmgesi ve Benlik Saygısına Etkisi” *3P Dergisi*, 2(1): ss.33-38.

Doğan, S. ve Özkorumak, E., 2008, “Ağrılı Genital Cinsel Aktivite ve Vajinismus Tanısında Yaşanan Güçlükler.”, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11(3): ss.135-142.

Dönmez, A., 1985, “Denetim Odağı, Kendine Saygı ve Üç Değişken: Çevre Büyüklüğü, Yaş, Aile Ortamı” *Eğitim ve Bilim*, 10(55): ss.4-15.

Ediz, B., Ozcakir, A. and Bilgel, N., 2017, “Depression and Anxiety Among Medical Students: Examining Scores of the Beck Depression and Anxiety Inventory and the Depression Anxiety and Stress Scale With Student Characteristics” *Cogent Psychology*, 4(1): pp.1-12.

Ege, E., Akın, B., Arslan, S. Y. ve Bilgili, N., 2010, “Sağlıklı Kadınlarda Cinsel Fonksiyon Bozukluğu Sıklığı ve Risk Faktörleri” TUBAV Bilim Dergisi, 1: ss.137-144.

Ertan, T. (2008), Psikiyatrik Hastalıkların Epidemiyolojisi, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi, 62: ss.25-30.

Erzenli Altunbayrak, D. ve Kaya, F. Ş.ü, 2019, “Üniversite Öğrencilerinin Kendini Gerçekleştirme Düzeyi ile Benlik Saygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 6(2): ss.388-401.

Esel, E. (2003). Genelleşmiş Anksiyete Bozukluğunun Nörobiyolojisi. Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 13(2): ss.78-87.

Evcili, F. ve Gölbaşı, Z., 2017, “Cinsel Sağlık Bilgi Testi: Geliştirme, Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması” ACU Sağlık Bil Derg, (1): ss.29-33.

Evkuran, B., 2015, Menopoz Yaşı, Mizaç ,Benlik Saygısı ve Anksiyete ile İlişkili midir?, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gazioğlu, G. ve Köknel, Ö., Çocuk Yetiştirmede Duygusal Zekanın Önemi: Ana Baba Tutumlarının ve Duygusal Zekalarının Çocukların Başarısına ve Öz Benlik Kavramlarına Olan Etkisi, IX. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi Özet Kitabı, İzmir, 2007.

Gedik, A., 2015, Nöroşirurji Hastalarında Ameliyat Öncesi ve Sonrası Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Gençtan, E. , Psikanaliz ve Sonrası, 2. Baskı, Maya Yayınları, İstanbul, 1984.

Gereklioğlu, Ç., Başhan, İ. ve Akpınar, E., 2010, “Erkek Cinsel İşlev Bozukluklarında Aile Hekimliği Yaklaşımı” Marmara Medical Journal, 23(2): ss.308-315.

Gölbaşı, Z., Evcili, F., Eroğlu, K. ve Bircan, H., 2016, “Sexual Myths Scale (SMS): Development, Validity and Reliability in Turkey” *Sexuality and Disability*, 34(1): pp.75–87.

Güleç, C. ve Köroğlu, E., *Cinsel İşlev Bozuklukları. Psikiyatri Temel Kitabı*, Ankara, 1998.

Gülsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A., 2009, “Psikiyatrik Açıdan Evlilik ve Cinsellik” *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1: ss.68-79.

Güneş, M., Akçalı, H., Dede, O., Okan, A., Bulut, M., Demir, S., Atli, A. ve Sir, A., 2016, “Prematür Ejakülasyon Olgularında Cinsel Mitlere İnanma Düzeyi: Level of Sexual Myths Level in Premature Ejaculation Cases” *Dicle Tıp Dergisi*, 43(2): ss.319-328.

Gür, A., 1996, *Ergenlerde Depresyon ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Gürhan, C., 1986, *Lise Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarını Etkileyen Bazı Etmenler*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Heatherton, T. F., Carrie W. L. and Shane L. J., *Assessing Self-Esteem. Positive Psychological Assessment: A Handbook Of Models And Measures*, American Psychological Association , USA, 2003.

Hewitt, P. and Norton, G., 1993, “The Beck Anxiety Inventory: A psychometric Analysis” *Psychological Assessment*, pp:408-12.

Hewitt, P., Norton, G. R., McLeod, L. and Guertin, J., 2001, “The Growth Of Anxiety Disorders During The 1980” *Journal of Anxiety Disorders*, 9: pp.75-85.

Ichiyama, M. A., Colbert, D., Laramore, H., Heim, M., Carone, K. and Schmidt, J., 1993, “Self-Concealment and Correlates of Adjustment in College Students” *Journal of College Student Psychotherapy*, 7(4): pp.55-68.

Işık, E. ve Işık Taner, Y., Çocuk, Ergen ve Erişkinlerde Anksiyete Bozuklukları, Asimetrik Paralel, İstanbul, 2006.

İncesu, C., 1998, "Cinsel İşlevin Fizyolojisi" Cinsel İşlev Bozukluğu Monografı I, (1): ss.3-11.

İncesu, C., Cinsel İşlevin Fizyolojisi, Roche Müstahzarları, İstanbul, 2001.

Jovanovic, H., 2008, PET Evaluation of Central Serotonergic Neuro-Transmission in Women. Doctoral Thesis. Sciencedaily.

Kadıoğlu, D. ve Şatıroğlu, H., Vajinismus, Arkadaş Yayınevi, Ankara, 2011.

Kahn, J. H. and Hessling, R. M., 2001, "Measuring the Tendency to Conceal Versus Disclose Psychological Distress" Journal of Social and Clinical Psychology, 20(1): pp.41-65.

Kapucı, Ö., 2016, Üniversite Öğrencilerinin Depresyon Ve Anksiyete Düzeylerinin İnternet Kullanım Amaçları Ve Akademik Başarı Açısından İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karadağ, G., Güner, İ. ve Çuhadar, D., 2008, "Gaziantep Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Öğrencilerinin Benlik Saygıları" Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 3(7): ss.29-42.

Karademir, M., 2005, Depresif ve Cinsel İşlev Bozukluğu Bulunan Hastaların Temel Patolojilerinin Tanımlanması ve Karşılaştırılması, Tıpta Uzmanlık Tezi, Genelkurmay Başkanlığı Gülhane Askeri Tıp Akademisi Askeri Tıp Fakültesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı Başkanlığı.

Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Şar, A. H., Ersanlı, E., Kaya, S. N. ve Kumcağız, H., 2004, "Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkiler" Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18: ss.27-39.

Karakoyunlu, F. B., 2007, Evli Kadınlarda Cinsel Fonksiyon Bozukluğu Görülme Sıklığı, Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Karamustafalıoğlu, O. ve Akpınar, A., Anksiyete Bozuklukları, MT Uluslararası Yayıncılık, İstanbul, 2010.

Karataş, Z. and Çakar, F. S., 2011, "Self-Esteem and Hopelessness, and Resiliency: An Exploratory Study of Adolescents in Turkey" International Education Studies, 4(4): pp.84-91.

Kartöz, M. (2016). Özgöl Öğrenme Güçlüğü Olan Çocuklar ile Sağlıklı Çocukların Anksiyete ve Depresyon Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kayır, A. Cinsellik Kavramı ve Cinsel Mitler, Cinsel İşlev Bozuklukları, Monograf Serisi, Roche Müstahzarları, İstanbul, 2001.

Keçe, C., Cinselliğın Dayanılmaz Ağırılığı, Pusula Yayınevi, Ankara, 2013.

Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R. and Walters, E. E., 2005, "Life Time Prevalence And Age-Of-Onset Distributions of DSM-IV Disorders in The National Comorbidity Survey Replication" Archives of General Psychiatry, 62: pp.593-602.

Kessler, R. C., Ruscio, A. M., Shear, K. ve Wittchen, H. U., Epidemiology of Anxiety Disorders, (Ed. M. B. Stein and T. Steckler) Behavioral Neurobiology of Anxiety and its Treatment. Currenttopics in Behavioral Neurosciences, Springer Science, New York, 2010.

Kına, B., 2017, Ortaokul Öğrencilerinde Anksiyete Ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kısa, S., Zeyneloğlu, S., Yılmaz, D. and Verim, E., 2013, "Knowledge and Beliefs Related to Sexuality of Couples Doing Marriage Preparation" TAF Preventive Medicine Bulletin, 12(2).

Kocagöz, S. Z., 2008, Cinsel İşlev Bozukluğu Tipleri ve Cinsel Mitler Arasındaki İlişki, Uzmanlık Tezi, Uludağ Üniversitesi, Tıp Fakültesi.

Koçak, G. and Fıfılıoğlu, H., 2010, "A Validity and Reliability Study of the Sexual Seif-Schema Scale Among Undergraduate Students" Klinik Psikiyatri Dergisi 13(4): pp.159-69.

Kora, K. ve Kayır, A., 1996, "Cinsel Roller ve Cinsel Mitler" Düşünen Adam, 9(2): ss..55-58.

Kora, K., 2001, Ertektıl İşlev Bozukluğunda Mitlerin ve Performans Anksiyetesinin Rolü, (Ed. D. Şahin ve A. Kayır), Sık Görülen İki Cinsel İşlev Bozukluğu: Vajinismus ve Erken Boşalmada Değerlendirme, Tanı ve Tedaviler, İstanbul, 2001.

Kukulu, K., Gürsoy, E. and Ak, S. G., 2009, "Turkish University Students, Beliefs in Sexual Myths" Sex Disabil, 27(1): pp.49-59.

Kuzgun, Y., 1985, "Psikolojide İnsancı Yaklaşım" Eğitim Bilimleri Dergisi, 18(1).

Laumann, E., O., Paik, A. and Rosen, R., 1999, "Sexual Dysfunction in the United States Prevalence and Predictors" JAMA, 281(6).

Leahy, R. L., Bilişsel Terapi Müdahaleleri, Ed. T. Özakkaş, Bilişsel Terapi ve Uygulamaları, (Çev. H. Hacak, M. Macit ve F. Özpilavcı), Litera Yayıncılık, İstanbul, 2007.

Lewinsohn , P., Hops, H., Roberts, R., Seeley, J., and Andrews, J., 1993, "Adolescent Psychopathology: I. Prevalence and Incidence of Depression and Other DSM-III-R Disorders in High School Students" J. Abnorm. Psychol, 102: pp.133-144

Mann, M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P. and De Vries, N. K., 2004, "Self-esteem In A Broad-Spectrum Approach For Mental Health Promotion" Health Educ. Res, 19: pp.357-372.

Mayers, K. S., Heller, D. K. and Heller, J. A., 2003, "Damaged Sexual Self-Esteem: A Kind Of Disability" Sexuality and Disability, 21(4): pp.269-282.

Milevsky, A., Schlechter, M., Netter, S. and Keehn, D., 2007, "Maternal and Paternal Parenting Styles in Adolescents: Associations with Self-Esteem, Depression and Life-Satisfaction" *Journal of Child and Family Studies*, 16: pp.39-47.

Mora, N., *Medya Çalışmaları Medya Pedagojisi ve Küresel İletişim*, Altıkitap, İstanbul, 2008.

Nayır, N. U., 2012, *Açık Kalp Ameliyatında Preoperatif Anksiyete ile Postoperatif Komplikasyonlar Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Nobre, P. J. & Pinto-Gouveia, J., 2006)." Cognitive and Emotional Predictors of Female Sexual Dysfunctions. Manuscript Submitted For Publication" *Journal of Sex and Marital Therapy* 34(4): pp.325-42

Nolen-Hoeksema, S., *Abnormal Psychology*, McGraw Hill Higher Education, New York, 2009.

Nusbaum, M. and Rosenfeld, J. A., 2009, *Sexual Health Across the Lifecycle A Practical Guide For Clinicians*, Cambridge University Press, New York, 2009.

Nyanzi, S., Nyanzi, B. and Kalina, B., 2005, "Contemporary Myths, Sexuality Misconceptions, Information Sources, and Risk Perceptions Of Bodabodomen in South West Uganda" *Sex Roles*, 52(1).

Ocaktan, E., Keklik, A. ve Çöl, M., 2000, "Abidinpaşa Sağlık Grup Başkanlığına Bağlı Sağlık Ocaklarında Çalışan Sağlık Personelinde Spielberger Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeyi" *Ankara Tıp Fakültesi Mecmuası*, 55(1): ss.21-28.

Ogur, P., Utkualp, N. ve Aydınoglu, N., 2016, "Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Cinsellikle İlgili İnanışları" *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 1(25): ss.13-21.

Oğuz, N., 2016, *Genç Yetişkinlerde Anne Baba Tutumu, Anksiyete ve Benlik Saygısı İlişkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ohl, L. E., 2007, "Essentials of Female Sexual Perspective" Urologic Nursing, 27(1): pp.57-64.

Öksüz, E. and Malhan, S., 2006, "Prevalence and Risk Factors for Female Sexual Dysfunction in Turkish Women" The Journal of Urology, 175.

Özdemir, Ö., 2018, Sağlık Çalışanlarının Cinsel Mitlere İnanma Durumları ve Etkileyen Faktörler, Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Özen Kutunis, R., Tunç, T., 2013, "Hemşirelerde Benlik Saygısı ile Durumluk ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki: Bir Üniversite Hastanesi Örneği" "İş, Güç" Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi, 15(2): ss.1-15.

Özkardeş, S., Özdemir, Ö., İncesu, C., Şimşek, F., Koç, S. ve Özden, D., Sağlık Çalışanı Olarak Hemşirelerde Cinsel Mitler, 2. Uluslar Arası 9. Ulusal Hemşirelik Kongresi, Antalya, 2003.

Özmen, H. E., 1999, "Cinsel Mitler ve Cinsel İşlev Bozuklukları" Psikiyatri Dünyası, 3(2): ss.49- 53.

Öztürk, M. O. ve Uluşahin, A., Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Nobel Tıp Kitabevleri, Ankara, 2011.

Öztürk, M., Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. 10. Baskı, Nobel Tıp Kitabevi, Ankara, 2004.

Perks, A., Chakravarti, S. and Manninen, P., 2009, Preoperative Anxiety in Neurosurgical Patients. J Neurosurg Anesthesiol, 21(2): pp. 127-30.

Plotnik, R., Psikolojiye Giriş, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2009.

Profesyonellerinin Yaklaşımları. Kadın Cinsel Sağlığı. Derleme, http://www.journalagent.com/androloji/pdfs/AND_17_60_64_67.pdf (Erişim Tarihi: 01.05.2020).

Raizada, A., Gupta, S.B. and Kumar, A., 1997, "Perceptions About Sex Related Myths And Misconceptions: Difference In Male And Female." *Indian Journal of Community Health*, 9: pp.33–8.

Riskind, J. H., *Genellenmiş Anksiyete Bozukluğu*, Ed. T. Özakkaş, Bilişsel Terapi ve Uygulamaları, (Çev. H. Hacak, M. Macit ve F. Özpilavcı), Litera Yayıncılık, İstanbul, 2007.

Sareen, J., Afifi, T. O., McMillan, K. A. and Asmundson, G. J. G., 2011, "Relationship Between House Hold Income And Mental Disorders: Findings From A Population-Based Longitudinal Study" *Archives of General Psychiatry*, 68: pp.419-426.

Sayan, A., Tan, M., Uğurlu, N. ve Çevirme, H., 2001, "Üç Farklı Sosyoekonomik Düzeydeki Lise Son Sınıf Öğrencilerinde Olumlu Sağlık Davranışları, Olumlu Kendilik Algısı İlişkisi" *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 4(2): ss.29-30

Schmitt, D. P., Allik, J., McCrae, R. R. and Benet-Martinez, V., 2007, "The Geographic Distribution of Big Five Personality Traits: Patterns and Profiles of Human Self-Description Across 56 Nations" *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(2): pp.173-212.

Sertbaş, G. ve Bahar, A., 2004, "Anksiyete ve Anksiyete ile Baş Etmede Hemşirelik Girişimleri" *Hemşirelik Forumu Dergisi*, 39-44.

Shokrollahi, P., Mirmohamadi, M., Mehrabi, F. and Babaei, G., 1999, "Prevalence Of Sexual Dysfunction In Women Seeking Services At Family Planning Centers In Tehran" *Journal of Sex Marital Therapy*, 25(3).

Sinanoğlu, B., 2016, *Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete Belirtileri ve Olumsuz Otomatik Düşüncelerin Taranması*, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Singh, J. C., Tharyan, P., Kekre, N. S., Singh, G. and Gopalakrishnan, G., 2009, "Prevalence and Risk Factors for Female Sexual Dysfunction in Women Attending a Medical Clinic in South India" *Journal of Postgraduate Medicine* Year, 55(2): pp.113-120.

Speckens, A. E. M., Hengeveld, M. W., Nijeholt, G. L, van Hemert, A. M. and Hawton, K. E., 1995, "Psychosexual Functioning Of Partners Of Men With Presumed Non-Organic Erectile Dysfunction: Cause Or Consequence Of The Disorder?" Arch Sexual Behav, 24(2): pp.157-172.

Stephenson, K. and Meston, C., 2011, The Association Between Sexual Costs and Sexual Satisfaction in Women: An Exploration of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction" The Canadian Journal of Human Sexuality, 20(1).

Sungur, M. Z. ve Tarcan, Z., CETAD Bilgilendirme Dosyası-6 Erkek Cinselliği, Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Alanında Ulusal ve Yerel Medya Yoluyla Savunuculuk Projesi, İstanbul, 2006.

Şahbaz T., 2017, Cinsel Mitlerin Cinsel İşlev Bozukluğu ve Kaygı Üzerinde Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü .

Şahin, D., Şimşek, F. ve Seyisoğlu, H. CETAD Bilgilendirme dosyası- 1. Cinsel Yaşam ve Sorunları: Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Alanında Ulusal ve Yerel Medya Yoluyla Savunuculuk Projesi, İstanbul, 2006.

Şen, S., Usta, E., Aygün, D. ve Sert, H., Yaşlılık ve Cinsellik Konusunda Sağlık

Şimşek, M. K., 2015, Ergenlerde Obsesif Kompulsif Belirtiler İle Depresyon Ve Anksiyete Duyarlılığı Arasındaki İlişkinin Yapısal Eşitlik Modeli İle İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Tashbulatova, D., 2007, İnfertil Kadınlarda Cinsel Fonksiyonlara Etki Eden Faktörler. Uzmanlık Tezi, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Üroloji Anabilim Dalı.

Taşgit, M. S., 2016, Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Karar Verme Düzeylerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Taysi, E., 2000, Benlik Saygısı, Arkadaşlardan ve Aileden Sağlanan Sosyal Destek: Üniversite Öğrencileriyle Yapılan Bir Çalışma., Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tekeli, S., Introduction: Women in Turkey in the 1980. Women in Modern Turkish Society: A Reader, Zed Books, London, 1995.

Tekke, M. ve Yıldız, A., 2020, “Benlik Saygısı, Özyeterlilik ve İçsel Motivasyon ile Deneyime Açıklık Arasındaki İlişki: Meta-Analiz” Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 19(74): ss.828-837.

Tetikli Nart, H., 2019, Çalışan ve çalışmayan kadınların depresyon, anksiyete ve benlik saygı düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Torun, F., Torun, S. D. ve Özyayın, A. N., 2011, “Erkeklerde Cinsel Mitlere İnanma Oranları ve Mitlere İnanmayı Etkileyen Faktörler” Düşünen Adam Dergisi, 24(1): ss.24–31.

Tuğrul, C., 1998, Cinsel İşlev Bozukluklarının Psikolojik Nedenleri. Cinsel Sorunlara Genel Yaklaşım, (Ed. N. Yetkin, ve C. İncesu), Cinsel İşlev Bozuklukları Monograf Serisi, Roche, İstanbul, 1998.

Turan, A. F., 2010, Üniversite Öğrencilerinin İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalarını Yordamada Yalnızlık, Benlik Saygısı, Yaş, Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumunun Rolü, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Türe, A., 2006, Çocuklara Yönelik Günübürlük Cerrahi Girişimlerde Anneleri Bilgilendirmenin Anksiyete düzeylerine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Türkçapar, H., 2004, Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri, Klinik Psikiyatri, 4: ss.12-16.

Uçaroğlu, I., 2013, Üniversite Öğrencilerinde Travmatik Yaşantıların, Anksiyete ve Umutsuzluk Düzeyi Üzerindeki Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Vicdan, K., Üreme Sağlığı ve Gençlerin Cinsel Eğitim Sorunları. Gençlik Cinsel Eğitim ve Üreme Sağlığı Kitabı, İnsan Sağlığını Geliştirme Vakfı, İstanbul, 1995.

Vural, K. B. ve Temel, A., 2010, “Cinsel Doyumun Yordanmasında Bazı Faktörlerinin İncelenmesi” Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 13: ss.24–34.

Ward, E. and Ogden, J., 1994, “Experiencing Vaginismus Sufferers’ Beliefs About

Wolfe, B. E., Gender Ideology and Phobias in Women, Sex Roles and Psychopathology, Plenum Press, New York, 1984.

Yanbastı, G., Kişilik Kuramları, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir, 1996.

Yaşan, A. ve 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, 42(2): ss.72-76.

Yavuzer, H., Okul Çağı Çocuğu, 9.Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2003.

Yazgan, B., Bilgin, M. ve Atıcı, M. K., Gelişim Psikolojisi, Pegem Akdemi, Ankara, 2013.

Yelkenci, İ. (2013). Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Depresyon İle Anksiyete Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yıldız, M. ve Çapar, B., 2010, “Orta Öğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı İle Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, 10(1): ss.103-131.

Yılmaz, M., 2018, Yetişkinlerde Anksiyetenin ve Cinsel Mitlerin Cinsel Doyum ile İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yörükoğlu, A., Gençlik Çağı, Özgür Yayınları, Ankara, 2000.

Yüksel, Ş., Cindoğlu, D., Kadın cinselliği (Women sexuality), CETAD, İstanbul, 2006.

Zeigler-Hill, V., 2011, "The Connections Between Self-Esteem and Psychopathology" Journal of Contemporary Psychotherapy, 41(3): pp.157-164.

Zilbergeld B. The New Male Sexuality. Revised Edition, Batam Books, New York, 1999.

Zilbergeld, B., The Man Behind the Broken Penis: Social and Psychological Determinants of Erectile Failure, Ed. R. C. Rosen, S. R. Liblum, Erectile Disorders: Assessment and Treatment. 1. Edition, The Guildford Press, London, 1992.

Zilbergeld, B., The New Male Sexuality, Batam Books, New York, 1992.

Ziya, A. Z., 2015, Öğrencilerinin Cinsel Mit İnançları, Cinsel Bilgi Düzeyleri ve Cinsel Tutumları Arasındaki İlişkiler, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ziyalar, A., Erişkin Psikopatolojisi, Yüce Yayınları, İstanbul, 2006:

EKLER

EK 1 Sosyodemografik Form

1.) Ad-Soyadı:

2.)Cinsiyeti /Yaşı

Erkek ()

Kadın ()

3.) Kardeş sayısı:

0-1 ()

2-3 ()

3 ve daha fazla ()

4.)Medeni durum:

Bekâr ()

Evli ()

Boşanmış/ayrı ()

5.) Anne baba çalışma durumu:

İkisi de çalışıyor ()

Anne çalışıyor baba çalışmıyor ()

Baba çalışıyor anne çalışmıyor ()

İkisi de çalışmıyor ()

6.) (Çalışıyorsa) Annenin çalıştığı sektör:

Memur ()

Özel sektör ()

Serbest meslek/Kendi işi ()

7.) (Çalışıyorsa) Babanın çalıştığı sektör:

Memur ()

Özel sektör ()

Serbest meslek/Kendi işi ()

8.Birlikte yaşadığınız kişiler:

Yalnız () Aile ile () Arkadaş ile () Partner ile ()

9.)Bağımlılık yaratan herhangi bir madde kullanıyor musunuz?

Yok () Sigara () Alkol () Madde ()

10.) Psikiyatrik hastalığınız var mı?

Hayır ()

Evet ise belirtiniz:

11.) Kullandığınız bir psikiyatrik ilaç var mı ?

Hayır ()

Evet (Adı:)

12.) Ailenizin geliri?

() 2300 TL (Asgari Ücret) ve Altı

() 2301-3500 TL

() 3501- 4500 TL

() 4501 üzeri

13.) Babanızın eğitim durumu nedir?

() İlkokul

() Ortaokul

() Lise

() Üniversite

() Lisansüstü

14.) Annenizin eğitim durumu nedir?

() İlkokul

() Ortaokul

() Lise

() Üniversite

() Lisansüstü

EK 2 Cinsel Mitler Ölçeği

Cinsellikle ilgili olarak aşağıda verilen ifadelerden her birini okuyarak size uygun olan seçeneği (X) şeklinde işaretleyiniz. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.

Katılmıyorum (1) - Katılmıyorum (2) - Kararsızım (3) - Kısmen Katılıyorum (4)
Kesinlikle Katılıyorum (5)

		1	2	3	4	5
1	Eşcinsellik bir hastalıktır.					
2	Eşcinsellik tedavi edilmelidir.					
3	Eşcinseller toplum için zararlıdır.					
4	Eşcinsel erkekler kadın gibi davranır.					
5	Bireyin cinsel yönelimi dış görüntüsünden (giyimi, konuşması, davranışları) anlaşılır.					
6	Erkekler matematik gibi zeka gerektiren işlerde kadınlardan daha başarılıdır.					
7	Ev işleri kadınların görevidir.					
8	Erkeğin kararları kadınlara göre daha gerçekçi / mantıklıdır.					
9	Erkekler kadınlardan daha rekabetçidir.					
10	Kadınlar yardıma muhtaçtır.					
11	Erkek olmak, kadın olmaktan daha değerlidir.					
12	Yaşlı bireylerin cinsel ilişkide bulunması doğru değildir.					
13	Yaşlanma ile birlikte cinsel yaşam sona erer.					
14	Menopoza girmek (adetten kesilmek), kadının cinsel yaşamını sona erdirir.					
15	Doyumlu bir cinsel yaşam için genç olmak şarttır.					
16	Cinsel ilişkinin her aşaması erkeğin kontrolünde olmalıdır.					
17	Kadın, cinsel ilişkide eşinin isteklerine göre hareket etmelidir.					
18	Cinsel ilişkide eşini memnun etmek kadının görevidir.					
19	Mastürbasyon yapmak fiziksel hastalıkların gelişmesine neden olur.					
20	Mastürbasyon yapmak psikolojik sorunlara neden olur.					
21	Eşlerden birinin rızası dışında gerçekleşen cinsel ilişki "tecavüz" sayılmaz.					
22	Erkek çocuklar tecavüz kurbanı olmazlar.					
23	Tecavüze uğrayan erkek çocukları büyüdüklerinde eşcinsel olurlar.					
24	Kadınlar dış görünüşleri / giyimleri ile cinsel şiddetin ortaya çıkmasına neden olurlar.					
25	Cinsellik, cinsel ilişki (cinsel birleşme) demektir.					
26	Eşlerin cinsel hazzı yaşayabilmeleri için cinsel ilişki şarttır.					
27	Cinsel ilişki mutlaka orgazmla (haz / tatmin) sonuçlanmalıdır.					
28	Kadınlar yalnızca "cinsel ilişki" yoluyla orgazma ulaşabilirler.					

EK 3 Beck Anksiyete Ölçeği

Aşağıda insanların kaygılı yada endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir. Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin bugün dahil son bir haftadır sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandaki uygun seçeneği işaretleyerek belirleyiniz. Her maddeyi yanıtlayınız.

	Hiç	Hafif	Orta	Ağır
Bedeninizin Herhangi bir yerinde uyuşma/karıncalanma				
Sıcak / ateş basmaları				
Bacalarda halsizlik, titreme				
Gevşeyememe				
Çok kötü şeyler olacak korkusu				
Baş dönmesi/sersemlik hissi				
Kalp çarpıntısı				
Dengeyi kaybetme korkusu				
Dehşete kapılma				
Sinirlilik				
Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
Ellerde titreme				
Titreklilik				
Kontrolü kaybetme korkusu				
Nefes almada güçlük				
Ölüm korkusu				
Korkuya kapılma				
Midede hazımsızlık/rahatsızlık hissi				
Baygınlık				
Yüz kızarması				
Terleme (sıcağa bağlı olmayan)				

EK 4 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Sizin İçin Uygun Olanı Seçiniz

1) Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

2) Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

3) Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

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

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

5) Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

6) Kendime karşi olumlu bir tutum içindeyim.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

7) Genel olarak kendimden memnunum.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

8) Kendime karşi daha fazla sayđı duyabilmeyi isterdim.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

9) Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

10) Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.

a) ok doğru b) Doğru c) Yanlış d) ok yanlış

EK 5 Özgeçmiş

18.01.1993'te Bursa'da doğdu. İlk ve orta okulu Abdurrahman Vardar İlköğretim Okulu'nda, liseyi Turhan Tayan Anadolu Lisesi'nde okudu. 2013 yılında başladığı Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Psikoloji Bölümünü 2017 yılında tamamladı. Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Programında tezli yüksek lisans öğrenimine 2017 yılında başladı.

Prof. Dr. Hakan TÜRKÇAPAR'dan Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Temel Eğitimi, CETAD'dan Cinsellik ve Cinsel İşlev Bozuklukları Temel Eğitimi, Dr. Nevin DÖLEK'ten ise Yas Danışmanlığı Eğitimi aldı.

Şu an, 1 Haziran 2020 yılında kurmuş olduğu ve ortağı olduğu Alesta Psikolojik Danışmanlık Merkezinde psikolojik danışmanlık faaliyetlerini sürdürmektedir.

BİLİMSEL ETİK KURUL FORMU



www.uskudar.edu.tr

Altunizade Mahallesi Haluk Türksoy Sokak No:14 34662 Üsküdar/İSTANBUL
T: 0216 400 22 22 F: 0216 474 12 56 bilgi@uskudar.edu.tr

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

SAYI: 61351342/ 2020-161

27/03/2020

Sayın Dr.Öğr.Üyesi Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ
(Emir KETECİ)

Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulunun 27/03/2020 tarihinde yapılan 03 no.lu toplantısında “Üniversite Öğrencilerinde Cinsel Mitlerin Anksiyete Düzeyi Ve Benlik Saygısına Etkisi” adlı araştırma projenizin etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Doç. Dr. Cumhuri TAŞ
Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik
Kurulu Başkanı

C. Marter

