

**FEMİNİST TERAPİ TEMELLİ GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMA
PROGRAMININ KADINLARIN GÜÇLÜLÜK ALGISI VE
İÇSELLEŞTİRİLMİŞ CİNSİYETÇİLİK DÜZEYLERİNE ETKİSİ**

DOKTORA TEZİ

BİNAZ BOZKUR

**MERSİN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**KADIN ARAŞTIRMALARI
ANABİLİM DALI**

**MERSİN
HAZİRAN-2022**

**FEMİNİST TERAPİTEMELLİ GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMA
PROGRAMININ KADINLARIN GÜÇLÜLÜK ALGISI VE
İÇSELLEŞTİRİLMİŞ CİNSİYETÇİLİK DÜZEYLERİNE ETKİSİ**

DOKTORA TEZİ

BİNAZ BOZKUR

ORCID ID: 0000-0002-3821-7489

**MERSİN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**KADIN ARAŞTIRMALARI
ANABİLİM DALI**

Danışman

Prof. Dr. ÜNSAL YETİM

ORCID ID: 0000-0002-6739-2251

**MERSİN
HAZİRAN- 2022**

ÖZET

Ataerkil sistem normları çerçevesinde şekillenen toplumsal cinsiyet rollerinin yarattığı hiyerarşide erkekliğe ait olan her şey kadınlığa ait olanlardan (toplumsal getiriler açısından) daha değerli görülmektedir. Kadınlar, hiyerarşinin alt sıralarında kaldıkları için daha fazla zarar görmekte toplumsal düzenin olumlu yönlerinden daha az yararlanıp, toplumsal baskıdan daha fazla etkilenmektedirler. Kadınlar da zaman zaman toplum tarafından dayatılan cinsiyetçi normları içselleştirebilmektedirler. Bu durum ise cinsiyetçiliğin devamını kolaylaştırmaktadır. Bu nedenle kadınların toplumda var olan cinsiyetçi yaklaşımlara karşı farkındalık geliştirerek bu tutumlara karşı koyabilmesi önem taşımaktadır. Cinsiyetçi tutumlara karşı koyabilmek hem kadınların ruh sağlığına hem de toplumsal değişime olumlu katkı sağlaması açısından önemlidir. Bu çerçevede bu araştırmanın amacı kadınların güçlenmesini ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeylerinin azaltılması hedefleyen Feminist Terapiye dayalı bir grupla psikolojik danışma programının hazırlanması ve bu programın etkililiğinin incelenmesidir. Feminist Terapi'nin bakış açısı, amaçları, kapsamı ve kullandığı teknikler araştırmanın amacıyla uyumlu olduğu gözlemlendiğinden uygulanan programın Feminist Terapi temelinde hazırlanmasına karar verilmiştir. Program kadın hareketlerinde önemli bir yer tutan bilinç yükseltme gruplarının perspektifi temel alınarak hazırlanmıştır. Araştırmada öntest – sontest kontrol gruplu yarı deneysel desen kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenleri genç kadınların psikolojik güç ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeyleridir. Araştırmanın bağımsız değişkeni ise deney grubuna uygulanan "Feminist Terapiye Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Programı"dır. Araştırmanın çalışma grubunu 26 genç kadın oluşturmaktadır (13 kişi deney, 13 kişi kontrol grubunda). Araştırmada etkisi sınanan Feminist Terapiye Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Programı araştırma süreci içerisinde geliştirilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Ölçeği, Kadın Psikolojik Güç Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma sürecinde gönüllülük esas alınmıştır. Verilerin analizinde Kovaryans Analizi (ANCOVA) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların içselleştirilmiş cinsiyetçilik, kendini nesneleştirme, derogasyon, benlik kaybı/içselleştirilmiş güçsüzlük düzeylerinde azalış, psikolojik güç düzeylerinde ise artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların erkeği önceleme düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlenmezken rekabet düzeylerinde ise artış olduğu gözlenmiştir. Elde edilen sonuçlar hem ruh sağlığı hem de toplumsal cinsiyet çalışmaları açısından önem taşımaktadır. Bu sonuçların cinsiyetçiliği azaltmaya yönelik psikolojik ve eğitimsel müdahaleler konusunda ileride yapılacak olan uygulamalara ve araştırmalara da katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: İçselleştirilmiş cinsiyetçilik, kadının güçlenmesi, toplumsal cinsiyet, Feminist Terapi, bilinç yükseltme grubu,

Danışman: Prof. Dr. Ünsal YETİM, Mersin Üniversitesi, Kadın Araştırmaları Anabilim Dalı, Mersin.

ABSTRACT

In the hierarchy created by gender roles shaped within the framework of patriarchal system norms, everything belonging to masculinity is seen more valuable (in terms of social benefits) than those belonging to femininity. Women experience more damage because they stay in the lower ranks of the hierarchy, they benefit less from the positive aspects of the social order and are more affected by social pressure. Women, time to time, can also internalize the sexist norms imposed by the society. This situation facilitates the continuation of sexism. For this reason, it is important for women to develop awareness of the sexist approaches that exist in society and to be able to resist these attitudes. Being able to resist sexist attitudes is important in terms of contributing positively to both women's mental health and social change. In this context, the aim of this research is to develop a group counseling program based on feminist therapy, aimed to empower women and reduce the levels of internalized sexism, and to examine the effectiveness of this program. Since it was observed that the perspective, aims, scope and techniques of feminist therapy were compatible with the aim of the research, it was decided to prepare the applied program on the basis of feminist therapy. The program has been prepared based on the perspective of awareness raising groups, which have an important place in women's movements. In the research, a quasi-experimental design with pretest-posttest control group was used. The dependent variables of the study are the psychological power and internalized sexism levels of young women. The independent variable of the research is the "Group Psychological Counseling Program Based on Feminist Therapy" applied to the experimental group. The study group of the research consists of 26 young women (13 people in the experimental group, 13 people in the control group). The Group Psychological Counseling Program Based on Feminist Therapy, whose effect was tested in the research, was developed during the research process. Internalized Sexism Scale, Female Psychological Power Scale and Personal Information Form were used as data collection tools in the research. Analysis of Covariance (ANCOVA) was used in the analysis of the data. As a result of the research, it was observed that there was a decrease in the levels of internalized sexism, self-objectification, derogation, loss of self/internalized powerlessness, and an increase in the psychological power levels of the participants. While no significant difference was observed in the male priority levels of the participants, it was observed that there was an increase in the level of competition. The results obtained are important in terms of both mental health and gender studies. It is thought that these results may contribute to future practices and research on psychological and educational interventions to reduce sexism.

Keywords: Internalized sexism, women's empowerment, gender, feminist therapy, consciousness raising group.

Advisor: Prof. Dr. Ünsal YETİM, Department of Women Studies University of Mersin, Mersin.

TEŞEKKÜR

Bu çalışmada birçok kişinin katkısı bulunmaktadır. Öncelikle tez danışmanım sayın Prof. Dr. Ünsal YETİM'e teşekkür ederim. Hem tez savunma jürimde yer alan hem de doktora sürecim boyunca her ihtiyaç duyduğumda beni destekleyen hocam Prof. Dr. Hakan Mehmet GÜNDOĞDU'ya ayrıca teşekkür ediyorum. Tez savunma jürimde yer alarak katkılarını esirgemeyen Prof. Dr. Ayşe AZMAN, ve Doktor Öğretim Üyesi Merve KALINLI'ya ayrı ayrı teşekkür ediyorum. Tez savunma jürimde yer alarak bana güç veren ve tezime çok değerli katkılarda bulunan Prof. Dr. Banu YAZGAN İNANÇ YAZGAN hocama çok çok teşekkür ediyorum. Deney grubumda yer alan isimlerini yazamadığım ama beraber toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin içimizdeki kalelerini yıkma çabasında harika bir deneyim yaşadığımız genç kadın arkadaşların hepsine ayrı ayrı teşekkür ediyorum. Kontrol grubunda yer alarak çalışmamı destekleyen genç kadınlara ayrıca teşekkür ediyorum.

Tez yazım sürecimde her gün yazdığım kelime sayısını fotoğrafla belgelememi isteyerek beni motive eden arkadaşım Arş. Gör. Asena YÜCEDAĞLAR'a çok teşekkür ediyorum. O olmasa bu tez çok daha geç biterdi. Tezin uygulama ve yazım sürecinde desteğini sürekli hissettiğim arkadaşım Dr. Öğrt. Üyesi Oğuzcan ÇİĞ'a ayrıca teşekkür ediyorum. Hem doktora sürecimde hem de ihtiyaç duyduğum her konuda varlığı bana güç veren arkadaşım Dr. Özlem ERYILMAZ'a çok teşekkür ediyorum. Yıllardır hayatımda olan ve beraber toplumsal cinsiyet eşitsizliğine meydan okuduğumuz arkadaşım Hacire Taş'a teşekkür ediyorum.

Güçlü olmak zorunda kalan kadınlarla büyüdüm ben. Bu temelde hep güçlü olmak zorunda kalan ve beni de güçlü olmak zorunda bırakan annem Behice BOZKUR'a teşekkür ediyorum. Hem toplumsal cinsiyet eşitsizliğine karşı mücadelede hem de hayatın bütün zorluklarında varlıklarıyla bana güç veren ve güçlü kadınlar olan ablalarım Şehrazat, Selma, Sehrete, Netice ve yeğenim Hêlin BOZKUR'a çok teşekkür ediyorum.

Son olarak Doktora sürecimde verdiği maddi destek için Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu'na (TÜBİTAK) teşekkür ediyorum.

ÖNSÖZ

Kişisel bir hikâye bu ve oldukça da politik... Cinsiyetçiliğe karşı çıkarken en çok zorlandığım konu kadınların da bu sistemi sürdürmenin bir parçası olmalarıydı. Bell Hooks “Hayatımda duyduğum en ataerkil ses annemin sesiydi” derken bunu kast ediyordu belki de. İçselleştirilmiş cinsiyetçilik ve bunun kadınlar üzerindeki etkisini azaltma fikrinin çıkış noktası bu zorlanıştır. Zihinlerimizde ataerkinin kaleleri inşaa ediliyor ve bu yolla zihinlerimize itaat ettirilerek var olan sistemin devamı kolaylaşıyordu. Bu nedenle de cinsiyetçiliğe karşı çıkışı kendi zihnimizde başlatmak ve bu şekilde cinsiyetçiliğe meydan okumak oldukça önemliydi benim için.

Kadınların kadınlarla ilgili önyargı ve damgalamalara dâhil olması günlük hayatlarımızda o kadar farklı biçimlerde karşımıza çıkıyordu ki. Bir taraftan bedenlerimizi nesneleştirme ve sürekli olarak uçsuz bucaksız güzellik standartlarına uymak zorunda kalmak mesela. Diyet, estetik operasyonlar, bakım merkezlerinde geçirilen günler ve bu konularda saatler süren konuşmalara maruz kalmak kadınlığın doğal bir parçasıymış gibi görülebiliyor. Bir kadın nesneyse eğer ve sadece bedenden ibaretse tabii ki buna yeterince maruz kaldıktan sonra bu bakışı içselleştirme ve kendi değerini bedeniyle ölçmeye başlayabiliyordu.

Kadının kendisini ve diğer kadınları cinsiyet kalıpyargılarına göre yargılamak en sık karşılaştığım cinsiyetçiliği içselleştirme biçimlerinden biriydi. Özellikle cinsel ahlak üzerinden yapılan yargılamalar ve bu yargılanmalara hedef olma korkusu bile kadınları tabiri caizse hizaya çekmeye yetiyordu. Bu korku içimizde sert bir öğretmen gibi sürekli ne yapıp ne yapmamamız gerektiğini söyledikçe davranışlarımız da buna göre şekilleniyordu. Ergenliğimde kahkaham nedeniyle oldukça sık maruz kaldığım bu cinsiyetçilik biçiminin sadece bununla kalmadığını kadın olarak yürüyüşümüzden tutun sosyal ilişkilerimize kadar neredeyse bütün davranışlarımıza yön vermeye çalıştığını fark ettim ilerleyen zamanlarda.

Erkeklerle rekabetin riskleri bilincimizde ve bilinçaltımızda köklendiği için kadınlar olarak kendi içimizde rekabet ediyorduk. Rekabet aslında oldukça normal bir davranış ancak içselleştirilen cinsiyetçilikteki rekabet bazen kadınlara yönelik değersizlikten ve damgalanmaktan kaçınmak için kendini ayırt ederek diğer kadınları küçültme çabasına dönüşebiliyordu. Toplumda herhangi bir güç elde eden ve/veya etme potansiyeli olan kadınlardan bazıları bu stratejiyi kullanarak kendini, güçsüzlükle özdeşleştirilmeye çalışılan kadınlıktan uzaklaştırıyordu. Olumsuz bir şekilde damgalanan kadın kimliğinden kaçınmak için kadın oluşunu saklayarak/görünmezleştirerek ve/veya diğer kadınlardan kendisini ayırık göstererek güç ve iktidar mücadelelerinde yer alan kadınlar, cinsiyetçiliğin devamını meşrulaştırarak katkı sağlıyordu ataerkilliğe.

Freire (1991) içselleştirilmiş baskının ezilen grupların üyelerinin kendilerini güçsüz hissetmelerini ve dolayısıyla güçsüz davranmalarını sağlayarak asimetrik güç dağılımının korunmasına yardımcı olduğunu ifade eder. Dolayısıyla içselleştirilmiş güçsüzlük de cinsiyetçiliğin devamına katkı sağlayan ve hatta devamını meşrulaştıran bir faktör olarak karşımızda duruyor. İçselleştirilmiş cinsiyetçiliğin bir formu olan içselleştirilmiş güçsüzlük olduğunu sonradan öğrendiğim bazı davranışları sergilediğimi fark etmek bende oldukça sarsıcı olmuştu. Belki cinsiyetçi tutumlardan daha az zarar görmek için veya kadın olarak antipatik görünmemek kaygısıyla iddialı görünmemeye çalışmak bunlardan biriydi. Bu korkuyla başarılarımdan onları hafife alarak bahsettiğimi, çok net bildiğim şeyleri bile zaman zaman soru sorar gibi dile getirdiğimi fark etmiştim ve bu farkındalık beni içselleştirilmiş cinsiyetçiliği araştırmaya yönelten en önemli faktörlerden biriydi.

İçselleştirilmiş güçsüzlük ilk etapta elde ettiği ve/veya edebileceği güçten fedakârlık demekti ve bu fedakârlık kendi isteklerinden ve ihtiyaçlarından sürekli başkalarının istek ve ihtiyaçları lehine fedakârlığı beraberinde getirebiliyordu. Bir süre sonra gerçekte ne istediğimizi veya bir şey isteyip istemediğimizi bile bilemeyecek hale gelebiliyorduk. Bu benlik kaybına işaret ediyordu. Kendi benliğimizi susturdukça siliniyor ve daha az dikkate alınıyorduk ama fedakârlık, adanmışlık vb. bunu yaparken kadın olarak daha çok onaylanabiliyorduk. Belki en çok annelerimizde ortaya çıkan bu özellik hepimizin içinde bizi ele geçirmek üzere bekliyordu. Benliklerimiz kayboldukça veya silindikçe karar verme gücümüz de kayboluyor ve kendimizin

ve/veya diğerkadınların kararlarına güvenmeyip bunları erkekler lehine geçersizleştirmeye başlayabiliyorduk.

Cinsiyetçilikle ve özellikle içselleştirilmiş cinsiyetçilikle mücadele edebilmek güçlenmekle yakından bağlantılıdır. Güçlenmede genellikle ekonomik boyut vurgusu vardır ve gerçekten de kadının kredi, iş fırsatları ve gelir elde etme araçları vb. yollarla hayatlarında bazı değişimler olabilir ancak asıl güçlenme, içselleştirilmiş baskının etkilerinin ortadan kaldırılmasıyla ve kadının kültürden veya bağlamdan kaynaklanan toplumsal cinsiyet rollerinden çıkabilmesiyle mümkündü.

Bu çalışmayı yaparken beni en çok etkileyen yön, dönüşümü görmektir. Sürecin başında herhangi bir cinsiyet ayırımı örneği yaşamadığını ifade eden veya ısrarla feminist olmadığını vurgulayan gruptaki katılımcı kadınların grubun bitimindeki farkındalıkları benim için oldukça değerliydi. Yine süreçte ben de daha önce farketmediğim yönlerimi gördüm ve dönüştüm. Dönüşüm hele toplumsal cinsiyet yapısındaki dönüşüm benim için oldukça büyüleyici çünkü en kader olarak dayatılanın bile değişebilirliğini ifade ediyor ve bu benim için çok değerli.

Bu doktora sürecimde çok yoğun olarak neden ikinci doktora yapmak gibi bir işe girdiğime yönelik sorularla sayısız defa karşılaştım. Yukarıda anlattıklarına ek olarak bunu yapmak ödemem gereken bir borç gibiydi. Vahşice katledilen, her türlü şiddet ve ayrımcılığa uğrayan ve eğitim hakları ellerinden alınan milyonlarca kadına ödemem gereken bir borç... Cinsiyet eşitliği mücadelesine canlarını, emeklerini ve yıllarını veren kadınların anılarına saygıyla...

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
İÇ KAPAK	i
ONAY	ii
ETİK BEYAN	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
TEŞEKKÜR	vi
ÖNSÖZ	vii
İÇİNDEKİLER	ix
TABLolar DİZİNİ	xi
KISALTMALAR ve SİMGELER	xii
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı	4
2. KAYNAK ARAŞTIRMALARI	6
2.1. Toplumsal Cinsiyet, Cinsiyetçilik ve İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik	6
2.1.1. Cinsiyetçilik ve İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik	7
2.1.2. Kurumsal Cinsiyetçilik	7
2.1.3. Kişilerarası Cinsiyetçilik (Sosyal İlişkilerde Cinsiyetçilik)	8
2.1.4. İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik	8
2.2. Kadınlarda Güç, Güçlendirme/Güçlenme ve Psikolojik Güç	17
2.3. Feminist Terapi	21
2.3.1. Feminist Terapi ve Kadının Güçlendirilmesi	24
2.3.2. Feminist Terapide kullanılan Teknikler	27
2.3.3. Feminist Terapide Grup Çalışması ve Bilinç Yükseltme Grupları	29
2.4. İlgili Araştırmalar	30
3. MATERYAL ve YÖNTEM	34
3.1. Araştırmanın Deseni	34
3.2. Katılımcılar	35
3.3. Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı'nın (FTT-GPDP) Geliştirilmesi ve Uygulanması	36
3.3.1. Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı'nın Kuramsal Temelleri	36
3.3.2. Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı'nın Yapılandırılması	40
3.3.3. Grup Oturumları	40
3.4. Veri Toplama Araçları	48
3.5. Verilerin Analizi	49
3.5.1. Kovaryans Analizi (ANCOVA) Varsayımlarının Sınanması	49
4. BULGULAR ve TARTIŞMA	53
4.1. İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ve Alt Boyutlarına ilişkin Bulgular ve Tartışma	53
4.1.2. Derogasyon Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma	55
4.1.3. Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma	56
4.1.4. Rekabet/Ayrıksılık Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma	58
4.1.5. Erkeği Önceleme Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma	60
4.1.6. İçselleştirilmiş Cinsiyetçiliğe (Toplam Puan) ilişkin Bulgular ve Tartışma	61
4.2. Kadının Psikolojik Açıdan Güçlenmesine İlişkin Bulgular	63
5. SONUÇ ve ÖNERİLER	66
5.1. Araştırmanın Toplumsal Cinsiyet Çalışmalarına Katkısı	66
5.2. Araştırmanın Ruh Sağlığı Alanına Katkısı	67
5.3. Öneriler	68
5.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	68
5.3.2. Uygulamaya Yönelik Öneriler	69

5.3.4. Politka Yapıcılara Yönelik Öneriler	69
KAYNAKLAR	70
EKLER	78
ÖZGEÇMİŞ	138



TABLÖLAR DİZİNİ

	Sayfa
Tablo 3.1. Araştırma Deseni	34
Tablo 3.2. Araştırma Süreci Aşamaları	35
Tablo 3.3. Çalışma Grubuna Ait Betimsel Bilgiler	35
Tablo 3.4. Grup Sürecinde Feminist Terapi Çerçevesinde Kullanılan Teknikler	38
Tablo 3.5. İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ve Alt Boyutlarına İlişkin Shapiro-Wilk Normallik Testi Sonuçları	49
Tablo 3.6. Deney ve Kontrol Grubunda Yer Alan Katılımcıların İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ve Alt boyutlarının Ön-test ve Son-test Ölçümleri Puanlarına Ait Varyans Homojenliği (Levene) Testi Sonuçları	50
Tablo 3.7. Kadın Güç Ölçeği'ne İlişkin Shapiro-Wilk Normallik Testi Sonuçları	51
Tablo 3.8. Deney ve Kontrol Grubunda Yer Alan Katılımcıların Psikolojik Güç Ölçeği Ön-test ve Son-test Ölçümleri Puanlarına Ait Varyans Homojenliği (Levene) Testi Sonuçları	51
Tablo 4.1. Kendini Nesneleştirme Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler	53
Tablo 4.2. Deney Ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Katılımcıların Kendini Nesneleştirme Ön-Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Kendini Nesneleştirme Son-Test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları	53
Tablo 4.3. Derogasyon Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler	55
Tablo 4.4. Deney ve Kontrol Gruplarında Yer Alan katılımcıların Derogasyon Ön-test puanlarına göre düzeltilmiş Derogasyon Son-test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları	55
Tablo 4.5. Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler	57
Tablo 4.6. Deney Ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Katılımcıların Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük Ön-Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük Son-Test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları	57
Tablo 4.7. Rekabet/Ayrışıklık Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler	59
Tablo 4.8. Deney ve Kontrol Gruplarında Yer alan katılımcıların Rekabet/Ayrışıklık Ön-test puanlarına göre düzeltilmiş Rekabet/Ayrışıklık Son-test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları	59
Tablo 4.9. Erkeği Önceleme Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler	60
Tablo 4.10. Deney Ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Katılımcıların Erkeği Önceleme Ön-Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Erkeği Önceleme Son-Test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları	61
Tablo 4.11. İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler	62
Tablo 4.12. Deney ve Kontrol Gruplarında Yer alan katılımcıların İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Ön-test puanlarına göre düzeltilmiş İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Son-test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları	62
Tablo 4.13. Psikolojik Güç Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler	64
Tablo 4.14. Deney Ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Katılımcıların Kadın Psikolojik Güç Ölçeği Ön-Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Son-Test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları	64

KISALTMALAR ve SİMGELER

Kısaltma/Simgesi	Tanım
FTT-GPDP	Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı
ANCOVA	Kovaryans Analizi
APA	American Psychological Association
η^2	Eta-Kare

1. GİRİŞ

Bireyin biyolojik cinsiyeti ile cinsiyetinin sosyal boyutuna işaret eden toplumsal cinsiyet kavramlarının farklı olduğu bilinmektedir. Örneğin Ann Oakley; “cinsiyet” kavramının biyolojik açıdan erkek/kadın ayrımını ifade ettiğini “toplumsal cinsiyet” kavramının ise erkeklik ile kadınlık arasındaki toplumsal bakımdan eşitsiz bölünmeye gönderme yaptığını belirtmektedir (Oakley, 1972: 16). Diğer bir deyişle cinsiyetler arasındaki biyolojik farkın kültür içinde hiyerarşik bir farklılığa dönüştürülmesiyle toplumsal cinsiyet olgusu ortaya çıkmaktadır (Berktaş, 2004). Toplumsal cinsiyet; toplumun ve kültürün cinsiyete yüklediği anlamları, beklentileri açıklamakta; kültürel bir yapıyı karşılamakta ve genellikle bireyin biyolojik yapısı ile ilişkili olan psikolojik özelliklerini içermektedir (Dökmen, 2004: 20). Toplumsal cinsiyet, toplumsal olarak yapılandırılmış bir sınıflandırma sistemidir (Kosut, 2012: XX). Bu sınıflama sistemi, kadınları ve erkekleri belli kalıplara göre şekillendirmekte ve bu kalıplar toplumsal cinsiyet rollerini ortaya çıkarmaktadır.

Toplumsal cinsiyetin hiyerarşik yapısı içerisinde tanımlanan ve bireylerin cinsiyetleriyle ilişkili olan bir grup beklentiye işaret eden toplumsal cinsiyet rolleri, cinsiyet kalıp yargılarını ya da toplumun belirlediği cinsiyet farklılıklarını yansıtmak üzere kullanılmaktadır (Dökmen, 2004: 29). Toplum; bireyin bu rollere göre davranıp davranmadığına göre ödül ve cezaya dayalı bir değerlendirme yaparak insanları bu rollere uygun davranmaya koşullamaktadır. Her ne kadar toplumsal cinsiyet rolleri hem erkekleri hem de kadınları baskılasa da hiyerarşik yapısı kadınları dezavantajlı hale getirecek şekilde yapılandırılmıştır (Bearman ve Amrhein, 2014: 193). Toplumsal cinsiyet rollerinin kadına getirdiği dezavantajlı konum ise cinsiyetçiliği beraberinde getirmektedir.

Cinsiyetçilik, bireylerin cinsiyetine göre ayırışan ve bireylere zarar veren ya da toplumda var olan cinsiyet eşitsizliğinin sürmesine katkıda bulunan inanç, davranış ve kurumsal uygulamalardır (Swim ve Hyers, 2009). Bu uygulamalar ile erkeklik ile güç, yüksek statü ve üstünlük birleştirilmekte kadınlık ise politik, ekonomik ve sosyal güç açısından daha zayıf konuma itilmekte ve ayrımcılığa uğramaktadır (Sakallı – Uğurlu, 2003). Cinsiyetçilik üç düzeyde görülebilmektedir. Bunlar; kurumsal cinsiyetçilik (yasalar, medya, devletler, vb.), kişilerarası cinsiyetçilik (sosyal ilişkilerdeki cinsiyetçilik) ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik (kadınların kendilerine ve diğer kadınlara yönelttikleri cinsiyetçilik) tarzlarıdır (Bearman ve Amrhein, 2014: 192). İçselleştirilmiş cinsiyetçilik geleneksel toplumsal cinsiyet rollerinin pasif olarak kabul edilmesi ve var olan cinsiyetçiliğin farkında olunmaması ya da yok sayılması olarak da kavramsallaştırılmaktadır (Szymanski, Gupta, Carr ve Stewart, 2009: 102).

Kadınlarda cinsiyetçiliğin içselleştirilmesi çeşitli biçimlerde gözlenmektedir. Bunlar; **kendini nesneleştirme** (kadının benliğini fiziksel görünüşüyle tanımlaması ve kendini buna

göre değerlendirmesi), **derogasyon** (kadınların kendilerini ve diğer kadınları toplumsal cinsiyet kalıpyargılarına göre yargılayıp değerlerini azaltmaları), **kadınlar arası rekabet, içselleştirilmiş güçsüzlük** (kadının kendisini gerçekte olduğundan daha sınırlı ve daha az yetenekli ve daha güçsüz görerek bunu doğrulayacak şekilde davranmak), **benlik kaybı** (kadınların, hayatlarındaki diğer kişileri memnun etmek için kendi ihtiyaçlarından ve arzularından vazgeçmeleri ve kendi benliklerini kaybetmeleri), **kendini geçersizleştirme/erkeği önceleme** (kadınların düşünce, görüş, inanç, yetenek, değer, duygu, tercih ve seçimlerini erkeklerinkine göre daha değersiz ve geçersiz bulması ve erkeğe daha çok güvenmesi) şeklindedir (Bearman ve Amrhein, 2014: 199; Bozkur, 2020: 1983-1985). Kadınlarda cinsiyetçiliğin içselleştirilmesi var olan hiyerarşinin sadece zora değil rızaya da dayalı olmasını beraberinde getirmekte ve toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin devam etmesinde önemli bir yer tutmaktadır. Bu nedenle kadınlarda cinsiyetçiliğin içselleştirilmesinin azalması için kadının güçlenmesi önem taşımaktadır.

Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin kadınlar için yarattığı dezavantajlara yönelik bilinç ve farkındalığın artması kadınlarda güç ve güçlendirme konularını gündeme getirmektedir. Güçlenme ya da güçsüzleşme kendiliğinden gerçekleşmemekte aksine insanın içinde yaşadığı toplumsal ilişkiler bağlamında şekillenmektedir (Mason, 2005). Buna bağlı olarak kadının güçsüzleşmesi de sosyalizasyon sürecinde ve toplumsal cinsiyet rolleri ayrımına uygun olarak şekillenmektedir. Buradan hareketle kadının güçlendirilmesinin de toplumsal cinsiyet eşitliğini sağlamada önemli bir faktör olduğu görülmektedir (Pradhan, 2003: 51). Güçlendirme; bireyin özerk düşünme, harekete geçme, yaptığı işi kontrol etme, kaderi ve yaşam koşulları üzerinde kontrol sahibi olabilmesini sağlayan bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Bhat, 2015: 188). Psikolojik veya kişisel güçlenme ise özgüven, benlik saygısı, kontrol duygusu, daha geniş bir bağlamda benlik algısı ve onuru güçlendirmeye destek olan dönüşüm süreçlerinin temelini oluşturan öğeler kümesi olarak tanımlanmaktadır (Rowlands, 1997: 129-130). Kadınlar için psikolojik güçlenmenin özü ise kadının kültürden veya bağlamdan kaynaklanan toplumsal cinsiyet rollerinin dayattığı sınırlardan çıkabilmesidir (Francina ve Joseph, 2013:166).

Güçlendirmeye yönelik müdahaleler kadınların hedeflerine ulaşma, değişim ve gelişimini sağlama konusunda daha bağımsız ve girişken olmalarına yardımcı olmaya yönelik müdahalelerdir. Bu müdahaleler, kadınların değişim sağlamak için iç ve dış kaynaklara ulaşabilmesini ve hem var olan hem de gelecekte karşılaşmaları olası stres faktörleriyle etkin bir şekilde başa çıkabilmesini sağlamayı amaçlamaktadır (Johnson, Worell ve Chandler, 2005).

Kadınların toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklı yaşadıkları psikolojik zorlanmalar düşünüldüğünde Feminist Terapi yaklaşımının bu alanda önemli bir yer tuttuğu açıktır. Feminist Terapi'nin ana hedefi; cinsiyet ayrımcılığının, diğer ayrımcılık çeşitlerinin ve baskılamının bulunmadığı bir toplum yaratmaktır. Bu yaklaşım, terapist ve danışanlarda duygusal, sosyal ve

politik çevrelerle olan ilişkilerde feminist direnci oluşturma, dönüşümü sağlama ve sosyal değişimi gerçekleştirme amacıyla stratejiler ve çözüm yolları oluşturmaya odaklanmaktadır (Corey, 2008). Feminist Terapide danışanların dayanışmacı, güçlü, kendine ve diğer insanlara güvenen bireyler olmasına destek olmak önemli bir noktadır.

Feminist Terapide güçsüzlüğün aşındırıcı olduğu vurgulanır ve gücün güçsüzlere nasıl ulaştırılabileceğine odaklanılır (Brown, 2006). Yani Feminist Terapi, kadının güçlendirilmesine odaklanan bir yaklaşımdır (Brown, 2006; Murdock, 2013; Worell ve Remer, 2003; Johnson , Worell ve Chandler, 2005). Güçlendirici Feminist Terapi kişisel problemler ve iyilik haline etki eden iç ve dış faktörlerin etkileri bir arada ele alarak kadınların bunların arasındaki ayırımı görmelerine yardımcı olur. Bu ayırımı yapmak, onları kendilerini farklı, eksik, delirmiş veya kontrolden çıkmış olma duygularından kurtarma işlevi görür. Böylece güçsüzlük duygularının yerini, mevcut ve gelecekteki zorluklarla başa çıkma yeteneklerindeki güç ve onurla değiştirir. Bu yeni duygu ve beceriler, stres ve zorluklarla başa çıkmada esnekliğin artmasını sağlar. Güçlendirmenin, gelecekteki durumsal eşitsizlikler, ayrımcılık, dışlanma ve kişilerarası ilişkilerde yaşanan stresle etkili bir şekilde başa çıkmayı kolaylaştıran bilgi ve becerileri destekleyerek dayanıklılığa yol açtığı varsayılmaktadır. Güçlendirici Feminist Terapi modelinin dört temel ilkesi bulunmaktadır. Bunlar; “1. kişisel ve sosyal kimlikler birbiriyle bağlantılıdır, 2. kişisel olan politiktir, 3. ilişkiler eşitlikçi olmalıdır 4. kadınların perspektifleri (deneyimleri) değerlidir” ilkeleridir(Worell ve Remer, 2003: 95).

Feminist Terapi’nin ortaya çıkışında da bilinç yükseltme (consciousness raising) gruplarının etkili olduğu bilinmektedir. Özellikle bilinç yükseltme grupları, feminist değerlerin ve içgörülerin terapi odasında da uygulanmasına ilham vermiştir (Brown ve Brodsky, 1992, Enns, 2012). Genel olarak yükseltme grupları, belirli bir azınlık grubundaki kişilerin bir araya geldiği bir grup sürecidir. Grup sürecinin amacı, ayrımcılık ve dezavantaj yaratan ve sürdüren sosyo-politik yapıları incelemektir (Larson, 2014). Kadınlar, bu gruplarda toplumsal cinsiyet rolü sosyalleşme sürecini ve bunun yaşamları üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerini (cinsiyet rolü analizi) fark etmekte ve toplumdaki güç konumlarını incelemektedir (güç analizi). Genel olarak, bilinç yükseltme grupları lidersiz ve eşitlikçidir, gelişime ve sosyal değişime yönelik çalışmaya odaklıdır. Bu gruplardaki içerik, bilişsel odaklı tartışmalardan kişisel, duygusal paylaşımlara kadar geniş bir yelpazede yer alabilmektedir. Kendi kendine yardım gruplarıyla da benzerlikler taşımaktadırlar (Kravetz, 1978; Worell ve Remer, 2003). Kravetz (1976: 70) bilinç yükseltme gruplarının genel olarak 5 tane çıktısı olduğunu savunmaktadır. Bunlar; (1) kadınların kendilerini, kişilerarası ilişkilerde eşit olarak algılamaya daha yatkın olması, (2) kadınların, erkeklerden ve çocuklardan bağımsız olarak kendi kimliklerini geliştirme olasılıklarının artması, (3) kadınların diğer kadınlara güvenme ve saygı duyma olasılıklarının yükselmesi, (4) kadınların

hayatlarını etkileyen sosyal, politik ve ekonomik faktörlerin farkına varmaları ve 5) sosyal değişim birçok kişisel değişimin ön koşulu olarak tanımlamalarıdır.

Toplumsal cinsiyet sosyalizasyonunun çocukluk yıllarında başladığı bilinmekle birlikte ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde etkisi daha belirgin hale gelmektedir. Gilligan'a (1982) göre, kadınların seslerinin bastırılması veya seslerinin kaybolması genellikle ergenlikte başlamaktadır. Çünkü ergenlik döneminde, kızlar güzel, kibar, başkalarına karşı hoş davranmayı, alçakgönüllü ve sessiz olmayı vb. dikte eden "iyi kadın" toplumsal cinsiyet rollerini ve kültürel stereotiplerini tanımlamaya ve içselleştirmeye başlamaktadırlar. Yetişkinliğe doğru gelindiğinde ise kadınlar yetişkinliğin gerektirdiği karar verme, özerk düşünme kapasitesi, sorumluluk alma ve girişken olma gibi özelliklerin maskülen olarak görülmesi ve feminen toplumsal cinsiyet rolleri ile uyuşmaması nedeniyle zorlanmalar yaşamaktadır (Gilligan, 1982). Diğer taraftan genç kadınlar kadın kimliklerinden kaynaklı yaşadıkları zorlanmalar ve ayırımcı uygulamalarla yüzyüzedir ancak kendi yaşamlarını ve toplumu dönüştürme potansiyeline de sahiptirler (World YWCA, 2006). Bu nedenle genç kadınların kendi güçlerinin ve kadın olarak benliklerinin farkına varmaları ve güçlenmeleri önem taşımaktadır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı kadınların güçlenmesini arttırmayı ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeylerini azaltmayı hedefleyen psikolojik müdahalelere örnek oluşturacak bir grupla psikolojik danışma programının hazırlanması ve bu programın etkililiğinin incelenmesidir. Bu çalışmanın kadınların "*bastırılan, suskun, geride ve gizli kalmış kadın deneyimlerini açığa çıkartıp, kadınları özgürleştirici dönüşümlere olanak sağlayan*" (Sancar, 2011: 13) bir perspektifle yürütülmesi amaçlanmıştır. Güçlenme ile kast edilen güçsüz olan kadının dışarıdan bir müdahale ile güçlendirilmesi değil, kadının kendi yaşantısı yoluyla gücünün farkına varması ve o gücü kullanmaya başlamasıdır.

Genel olarak Feminist Terapi'nin bakış açısı, amaçları, kapsamı ve kullandığı teknikler araştırmanın amacı olan, kadınlarda kendini susturma ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeyinin azaltılması ve kendini güçlü hissetme düzeyinin artırılması hedefleriyle uyumludur. Konu ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde toplumsal cinsiyet perspektifiyle yapılan çalışmaların daha teorik ağırlıklı olduğu ve uygulamalı araştırmaların sınırlı sayıda olduğu gözlenmiştir. Bu temelde yapılacak olan Feminist Terapi temelli grupla psikolojik danışma programının(FTT-GPDP) toplumsal cinsiyet perspektifi ile yapılabilecek olan psikolojik müdahalelere ve araştırmalara model olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışma; Feminist Terapi yaklaşımına da uygun olarak kadınların kendi güçlerinin farkına varmaları ve kullanmaları, içselleştirilen cinsiyetçi tutumların baskısını kırmaları ve

kendi seslerini duyacak ve duyuracak deneyimler elde etmelerini hedefleyen bir psikolojik destek modelinin oluşturulması yönüyle önem arz etmektedir. Genellikle klasik psikolojik müdahalelerin uyumu hedefledikleri bilinmektedir. Oysa Feminist Terapiye dayalı psikolojik müdahaleler, uyumu değil değişimi hedeflemektedirler. Bu temelde geliştirilen programın değişim hedefli bir program olarak toplumsal cinsiyet eşitsizliğine karşı mücadeleye hem teorik alanda hem de uygulama alanında katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ataerkil sistem normları çerçevesinde şekillenen toplumsal cinsiyet rollerinin yarattığı hiyerarşide toplumsal getiriler anlamında erkeklığe ait olan her şey kadınlığa ait olanlardan daha değerli görülmektedir. Kadınlar, hiyerarşinin alt sıralarında kaldıkları için daha fazla zarar görmekte; toplumsal düzenin olumlu yönlerinden daha az yararlanıp, toplumsal baskıdan daha fazla etkilenmektedirler. Bu nedenle kadınların toplumda var olan cinsiyetçi yaklaşımlara karşı farkındalık geliştirip bu tutumlara karşı koyabilmesi önem taşımaktadır. Cinsiyetçi tutumlara karşı koyabilmek, hem kadınların ruh sağlığına hem de toplumsal değişime olumlu katkı sağlaması açısından önemlidir.

2. KAYNAK ARAŞTIRMALARI

2.1. Toplumsal Cinsiyet, Cinsiyetçilik ve İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik

Toplumsal cinsiyet kavramının literatüre giriş tarihi çok eski tarihlere dayanmasa da kadın – erkek arasındaki cinsiyet ayrımı ve bu ayrımın toplumsal yaşama yansımalarının tarihçesi oldukça eskidir. Connel'a göre (1998), tarihsel süreç içinde iki cins arasında, dışının doğurganlığına bağlı olarak gelişen işbölümü, kadın ile erkeğe toplumsal yaşam, kültür, psikoloji vb. alanlarda da tamamen ayrı roller biçmiş, kural olarak biyolojik cinsiyetle örtüşmesine rağmen ondan ayrı bir kavram olan “toplumsal cinsiyet” bu tarihsel sürecin ürünü olarak ortaya çıkmıştır. Toplumsal cinsiyet kavramını literatüre kazandıran Ann Oakley, 1972 yılında yayımlanan “Sex, Gender and Society” adlı çalışmasında, “cinsiyet” kavramının biyolojik açıdan erkek/kadın ayrımını ifade ettiğini “toplumsal cinsiyet” kavramının ise erkeklik ile kadınlık arasındaki toplumsal bakımdan eşitsiz bölünmeye gönderme yaptığını belirtmektedir (Oakley, 1972: 16). Yani toplumsal cinsiyet, toplumsal olarak yapılandırılmış bir sınıflandırma sistemidir (Kosut, 2012: XX). Bu sınıflama sistemi, kadınları ve erkekleri belli kalıplara göre şekillendirmekte ve bu kalıplar toplumsal cinsiyet rollerini ortaya çıkarmaktadır.

Toplumsal cinsiyetin hiyerarşik yapısı içerisinde tanımlanan ve bireylerin cinsiyetleriyle ilişkili olan bir grup beklentiye işaret eden toplumsal cinsiyet rolleri, cinsiyet kalıp yargılarını ya da toplumun belirlediği cinsiyet farklılıklarını yansıtmak üzere kullanılmaktadır (Dökmen, 2004: 29). Toplum; bireyin bu rollere göre davranıp davranmadığına göre ödül ve cezaya dayalı bir değerlendirme yaparak insanları bu rollere uygun davranmaya koşullamaktadır. Her ne kadar toplumsal cinsiyet rolleri, hem erkekleri hem de kadınları baskılasa da hiyerarşik yapısı kadınları dezavantajlı hale getirecek şekilde yapılandırılmıştır (Bearman ve Amrhein, 2014: 197).

Toplumsal cinsiyet rollerinin kaynağı ataerkil sistemdir. Ataerkil sistem erkeklerin kadınların bedeni ve emeği üzerinde tahakküm kurduğu eşitsiz cinsiyet ilişkileri düzenine işaret etmektedir (Yaman – Öztürk, 2012). Kadın ile erkek arasında olan ve kendi başına bir eşitsizlik ilişkisi içermeyen biyolojik farklılık, toplum ve kültür içinde eşitsiz, hiyerarşik bir farklılığa dönüştürülmüştür. Bu dönüştürme ile günümüzde “toplumsal cinsiyet” (gender) olarak kavramsallaştırılan ataerkil “kadın” ve “erkek” tanımları ortaya çıkmıştır. Bu ataerkil “kadın” ve “erkek” tanımları, birbirlerini dışlayan bir biçimde ve bir tarafın diğerine üstün ve egemen olduğu hiyerarşik bir karşıtlık içinde inşa edilmiştir. Ataerkil toplumsal cinsiyet kalıpları, kimi ufak tefek değişikliklere uğrasa da özünde değişmeden, toplumdan topluma ve dönemden döneme aktarılmaktadır. Dini kültürün de bunları benimsemesi, üstelik kutsallık halesiyle çevreleyerek değişmezlik kazandırmasıyla, bu kalıplar bireysel olarak kadın ve erkeklerin özgünlerini yok

ederek onları tek bir kategoriye indirgeyen ve bu kategorik tanımın cenderesine hapseden bir nitelik almışlardır (Berktaş, 2004).

İnsanın mensup olduğu toplumun kültürü; kadının ve erkeğin nasıl davranacağı, nasıl düşünceği ve nasıl hareket edeceği konusunda beklentileri içermektedir (Terzioğlu ve Taşkın, 2008). Cinsiyet rolü insanın içinde hayatını sürdürdüğü toplumun kurallarına uygun bir biçimde öğretilmekte ve kişinin de bu cinsiyet rolü kalıplarına uygun bir biçimde davranması beklenmektedir. Kadının toplum tarafından kabul edilen kadınsı özelliklerin hepsine sahip olup, erkeksi özelliklere sahip olmaması, erkeğin ise, toplumun onayladığı cinsiyet rolüne uygun kabul edilen özelliklerin hepsine sahip olup, kadınsı özellikleri taşımaması beklenmektedir (Aydın ve Kavuncu, 1991). Diğer bir deyişle toplumsal cinsiyet rolleri, toplumun tanımladığı ve bireylerin yerine getirmelerini beklediği cinsiyetle ilişkili bir grup beklentidir. Bu kavram, cinsiyet kalıp yargılarını ya da toplumun belirlediği cinsiyet farklılıklarını yansıtmak üzere kullanılmaktadır (Dökmen, 2004: 29). Bu anlamda toplumsal cinsiyet öğrenilmiş cinsiyettir ve kültürün biyolojik cinsiyete atfettiği roller ile tanımlanan bir kavramdır. Toplumsal cinsiyet rollerinin kadına getirdiği dezavantajlı konum ise cinsiyetçiliği beraberinde getirmektedir. Aşağıda cinsiyetçilik ile ilgili literatür yer almaktadır.

2. 1. 1. Cinsiyetçilik ve İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik

Cinsiyetçilik, bireylerin cinsiyetine göre ayırsan ve bireylere zarar veren ya da toplumda var olan cinsiyet eşitsizliğinin sürmesine katkıda bulunan inanç, davranış ve kurumsal uygulamalardır (Swim ve Hyers, 2009). Bu uygulamalar erkeklikle güç, yüksek statü ve üstünlük birleştirilmekte; kadınlık ise politik, ekonomik ve sosyal güç açısından daha zayıf konuma itilmekte ve kadınlar ayrımcılığa uğramaktadır (Sakallı – Uğurlu, 2003).

Cinsiyetçilik üç düzeyde görülebilmektedir. Bunlar; kurumsal cinsiyetçilik (yasalar, medya, devletler, vb.), kişilerarası cinsiyetçilik (sosyal ilişkilerdeki cinsiyetçilik) ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik (kadınların kendilerine ve diğer kadınlara yönelttikleri cinsiyetçilik) biçimleridir (Bearman ve Amrhein, 2014: 192).

2.1.2. Kurumsal Cinsiyetçilik

Kurumsal cinsiyetçilik, sosyal kurumları yöneten ve yapılandıran açık kurallar ve örtük normlardaki haksız cinsiyet eşitsizliklerine işaret etmektedir. Devlet, din, aile, sağlık ve eğitim gibi daha açık bir şekilde kurallarla yönetilen kurumlara ek olarak, dilsel, kültürel ve sanatsal üretim alanları başta olmak üzere, gayri resmi veya örtük olarak yapılandırılmış çok önemli kurumlar vardır. Örneğin heteroseksüel evlilikte erkeğin evin reisi ve kadının yardımcı olduğu

artık açık bir kural olarak kabul edilmese de ima edilmektedir. Bu örtük normun, evlilikte (her iki cinsiyetin de bulunduğu diğer tüm sosyal kurumlarda olduğu gibi) erkekleri kadınlardan daha üstün bir biçimde konumlandırması kurumsal cinsiyetçiliğe bir örnektir (Cudd ve Jones, 2005). Yine kadını sınırlayan yasal düzenlemeler veya kadını cinsel nesne olarak yansıtan medyayı kurumsal cinsiyetçiliğe örnek olarak göstermek mümkündür (Bearman ve Amrhein, 2014: 192). Kurumsal cinsiyetçilik genellikle örtük olduğu için tespit edilmesi oldukça zordur (Vaccaro, 2010). Ancak bir sistem olarak toplumsal cinsiyet ideolojisinin gücü ve etkisi, toplumsal pratiklere ve aile, devlet, okul vb. çeşitli kurumsal yapılara yerleşmesine ve doğallaşmasıyla artmaktadır (Tuncer, 2019). Bu nedenle kurumsal cinsiyetçilik diğer cinsiyetçiliklerin meşrulaşmasında ve sürdürülmesinde de önemli bir role sahiptir.

2.1.3. Kişilerarası Cinsiyetçilik (Sosyal İlişkilerde Cinsiyetçilik)

Kişilerarası cinsiyetçilik kişiler arasındaki etkileşimlerde ortaya çıkan cinsiyetçiliktir. Kişilerarası cinsiyetçilik, kişiler arasında cinsiyet eşitsizlikleri yaratan, oluşturan, teşvik eden, sürdüren ve/veya istismar eden eylemleri ve diğer ifadeleri içerir. Kişilerarası cinsiyetçilik uygulamaları bilinçli veya bilinçsiz bir biçimde ortaya çıkabilmektedir. Örneğin bir çift ev-araba vb. yüksek fiyatlı bir alım için pazarlık yaparken satan kişinin sadece erkek ile konuşması ya da bazı spor branşlarında erkekliğin yüceltilip kadın ve kadınlıkla dalga geçilmesi buna örnektir (Cudd ve Jones, 2005). Kişilerarası cinsiyetçilik yaşamın hemen hemen her alanında ortaya çıkabilmekte ve bireylerin gündelik hayat pratiklerinin her aşamasında ortaya çıkabilmektedir.

2.1.4. İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik

İçselleştirilmiş cinsiyetçilik kavramı literatürde içselleştirilmiş cinsiyetçilik (Bearman, Korobov, & Thorne, 2009a; Bearman ve Amrhein, 2014: 192; Capodilupo, 2017) ve içselleştirilmiş mizojini (Piggott, 2004; Szymanski, Gupta, Carr ve Stewart, 2009; Dehlin ve Galliher, 2019; Means, 2021) isimleriyle yer almaktadır. Öncelikle her iki adlandırmada da yer alan içselleştirme kavramı dikkat çekmektedir.

İçselleştirme, bireyin bir değeri, inancı, düzenlemeyi veya davranış biçimini benimseme ve bunu kendisinin bir özelliği olarak deneyimleme sürecidir. Önyargıların ve damgalamaların olduğu bir toplumda bir kişi damgalamayı içselleştirdiğinde, toplumun damgalanmış gruba yönelik önyargılarını ve itibarsızlaştırmalarını da benimsemektedir (Herek, 2009). Bu çerçevede içselleştirilmiş cinsiyetçilik de içselleştirilmiş baskı ve damgalamanın bir türüdür. Baskının içselleştirilmesi egemen bir grubun olduğu bir toplumda ezilen grubun da kendilerine yönelik önyargılara dâhil edilmesi ve/veya dâhil olmasıdır. İçselleştirilmiş baskının kendinden nefret

etme, kendini saklama, şiddetten korkma, kendini aşağılık hissetme, boyun eğme, izolasyon, güçsüzlük ve hayatta kalmasına izin verildiği için hissedilen minnettarlık duygularını içermesi mümkündür. İçselleştirilmiş baskı, baskıcı sistemin içinde yer alan egemenliği sadece dış kontrol yoluyla değil, ezilen grupların zihinlerine de itaat ettirerek sürdüren bir mekanizmadır (Pheterson, 1986). Yani içselleştirme zorun yanında itaat ve rızanın devreye sokulduğu bir yapıdır.

İçselleştirilmiş cinsiyetçilik ile benzer anlamda kullanılan bir diğer kavram içselleştirilmiş mizojini kavramıdır. Kelimenin kökeni Yunancadan gelmektedir. “Mizo (misien)” yunanca “nefret veya düşmanlık”, “jini (gune)” sözcüğü ise “kadın” anlamındadır (Etyang, 2014: 1). Kadın düşmanlığı veya kadın korkusu olarak da tanımlanan mizojini, ataerkil toplumlarda binlerce yıldır görülen bir ideoloji ya da inanç sistemi olarak işlev görmektedir. Bu ideoloji, kadınların güç ve karar alma mekanizmalarında sınırlı bir biçimde ve alt pozisyonlarda yer almasında rol oynamaktadır (Flood, 2007). Dünyanın en eski önyargısı olarak da tanımlanan ve çeşitli anlatılarla pekiştirilip meşrulaştırılan mizojini (Holland, 2016), kadına yönelik ayrımcılık ve önyargıyı, kadınları geleneksel anne/eş vb. rollere sıkıştırmayı, kadınların boyunduruk altına alınmasını, değerinin azaltılmasını ve tehdit olarak algılanmasını içermektedir (Flood, 2007; Piggot, 2004). Erkeğe, kadına oranla daha çok saygı duyma ve erkeği önemseme, kadını ve kadınısı olarak kabul edilen özellikleri ise zayıf ve savunmasız bulma eğilimi mizojininin bir diğer boyutudur. Mizojini kapsamında yer alan inanç, duygu ve davranışların kadınlar tarafından içselleştirilmesi ve diğer hemcinsleri ve/veya kendilerine karşı da ortaya çıkması, içselleştirilmiş mizojiniye işaret etmektedir. Ancak her ne kadar birbirlerinin yerine kullanılsa da içselleştirilmiş cinsiyetçilik kavramının kullanılmasının daha doğru olduğu düşünülmektedir. Örneğin cinsiyetçiliği içselleştirme sadece kadınlarda değil, kendini ikili cinsiyet sınıflaması dışında tanımlayan bireylerde de ortaya çıkabilmektedir (Means, 2021). Ayrıca kadın düşmanlığı anlamına gelen mizojiniye oranla içselleştirilmiş cinsiyetçilik sadece düşmanca tutumları değil, başka pek çok boyutu içermektedir.

Ruh sağlığı alanında cinsiyetçilik ile ilgili çalışmalar cinsiyetçiliğe maruz kalma deneyimlerinin kadınların ruh sağlığını olumsuz etkilediği fikrini desteklemiştir. Ancak kadınlar, aynı cinsiyetçi olay ve koşullara maruz kalmalarına rağmen cinsiyetçilikten eşit derecede etkilenmemektedirler. Bu nedenle, cinsiyetçilik ve psikososyal sorunlar arasındaki ilişkiler araştırılırken içselleştirilmiş cinsiyetçilik olgusu da fark edilmiştir (Capodilupo, 2017). İçselleştirilmiş cinsiyetçilik geleneksel toplumsal cinsiyet rollerinin pasif olarak kabul edilmesi ve var olan cinsiyetçiliğin farkında olunmaması ya da cinsiyetçiliğin varlığının reddedilmesi olarak kavramsallaştırılmaktadır (Szymanski ve ark., 2009: 102). İçselleştirilmiş cinsiyetçilik, ataerkil sistemde yaşayan kadınların kendi cinsiyetlerinin hiyerarşik olarak aşağı konumda olduğuna ilişkin aldıkları mesajlara inanma ve bunları kendi üzerinde ve/veya aynı cinsiyetten

başkaları üzerinde tatbik etme deneyimleridir. İçselleştirilmiş ırkçılık ve içselleştirilmiş heteroseksizm gibi, cinsiyetçiliği içselleştirmiş bireyler de doğrudan ve dolaylı olarak deneyimledikleri toplumsal cinsiyet baskılarına dayanarak kendilerine daha az değer vermektedirler (Capodilupo, 2017). İçselleştirilmiş cinsiyetçilik diğer cinsiyetçilik biçimlerine oranla daha dolaylıdır ve günlük yaşam pratiklerinde çeşitli biçimlerde ortaya çıkmaktadır. Aşağıda yaygın olarak gözlenen içselleştirilmiş cinsiyetçilik tarzları ele alınmıştır:

1. Kendini Nesneleştirme: İçselleştirilmiş cinsiyetçiliğin yaygın görülen biçimlerinden biri kendini nesneleştirmedir. Nesneleştirme, nesne olmayan bir şeyi, kullanılabilen, manipüle edilebilen, kontrol edilebilen ve fiziksel özellikleriyle bilinen bir nesne haline getirmek ve ona göre davranmaktır (Calogero, 2012). Martha Nussbaum (1995: 257) bir insanı nesne olarak ele almanın yedi özelliği olduğunu ve bu yedi özellikten birine veya birden fazlasına maruz kaldığında bireyin nesneleştirildiğini belirtmektedir. Bu özellikler şu şekilde sıralanmaktadır Nussbaum (1995: 257):

1. *Araçsallık* : Nesneleştiren kişinin amaçları için bir kişinin bir araç olarak ele alınması.
2. *Özerkliğin Reddi*: Birine özerk ve kendi kaderini tayin hakkına sahip değilmiş gibi davranılması
3. *Eylemsizlik/Cansızlık*: Bir başkasına faillik ve etkinlikten yoksun muamelesi yapılması
4. *Değiştirilebilirlik*: Bir kişinin başka şeylerle değiştirilebilir bir varlık olarak ele alınması
5. *İhlal Edilebilirlik*: Bir kişiye sınırdan yoksunmuş gibi muamele edilmesi (parçalanabilir ve içine girilebilir gibi muamele edilmesi)
6. *Mülkiyet*: Bir kişinin başkasına ait satılabilir ve alınabilir bir nesne/mal olarak ele alınması
7. *Öznelliğin Reddi*: Bir kişiye, deneyimleri ve duyguları (eğer varsa) dikkate alınması gerekmeyen bir şeymiş gibi davranılması.

Yukarıda sayılan özellikler incelendiğinde bunun aynı zamanda cinsel olarak nesneleştirmeyi de içerdiği görülmektedir (Calogero, 2012). Nesneleştirme teorisine göre; nesneleştirme bir kişiyi sadece fiziksel görünüşüyle tanımlama ve o kişiyi seçimleri, deneyimleri olan bir birey olarak değil izleyiciye göre değerlendirilecek ve zevk alınacak, küçümsenecek veya göz ardı edilecek bir nesne olarak görmektir (Fredrickson ve Roberts, 1997). Cinsel nesneleştirme ise bir kadının, cinsel parçalar ve/veya cinsel işlevler koleksiyonuna bölünmesine, esasen onu benzersiz bir kişilikten ve öznellikten arındırarak yalnızca bir beden olarak var olmasına atıfta bulunmaktadır (Calogero, 2012).

Kadınların ve dolayısıyla kendilerinin de nesneleştirildiği sosyalizasyon süreçlerine yeterince maruz kaldıktan sonra, kadınlar kendi bedenlerini dışardan bir gözlemci veya üçüncü göz gibi görmeye başlamakta ve nesneleştirilmeyi içselleştirmektedirler (Fredrickson ve Roberts, 1997: 177; Bearman ve Amrhein, 2014: 204). Toplumdaki egemen bakış eril olduğu için birçok

kadın, bilincine yerleşmiş bir erkek gözüyle kendini değerlendirmekte ve yargılamaktadır (Calogero, Tantleff-Dunn ve Thompson, 2011). Nesneleştirilmiş bir beden, dövülebilir, ölçülebilir ve kontrol edilebilir bir beden olarak algılanmaktadır. Kendini cinsel bir nesne olarak görmek ve o şekilde davranmak aslında başkaları tarafından öyle değerlendirilme beklentisi ile davranan kadınların ilk önce kendi kendilerini o süreçten geçirmesidir. Böylece olumsuz yargılarla karşılaşmadan önce, onlara hazırlıklı hale gelme ve tetikte olma durumu söz konusudur (Fredrickson ve Roberts, 1997; Calogero, 2012: 575). Yani kendini nesneleştirmenin, kadınların başkaları tarafından nasıl görüneceklerini ve onlara nasıl davranılacağını tahmin etmelerine ve böylece üzerinde bir derece kontrol sahibi olmalarına izin veren psikolojik bir stratejiyi yansıttığını belirtmek önemlidir (Calogero, 2012: 575). Bu yönüyle aslında kendini nesneleştirme, cinsiyetçi bir toplumda yaşayan kadınların aldıkları bir tedbir olarak da değerlendirilebilir. Ancak bu durumun çoğu zaman negatif sonuçları olmaktadır

Kendini nesneleştirme bağlamında ortaya çıkan olumsuz sonuçlarda biri utançtır. Kendisini toplumun gözünden izleyip yargılayan kişi utanç duyabilmektedir. Utanç duygusu ile ilgili olarak Darwin, kişinin kendi bedenini incelemesinin değil, başkalarının onun bedeniyle ilgili olarak ne düşündüğünü düşünmenin utanç duygusunu ortaya çıkarttığını savunmaktadır (Darwin, 1872 ve 1965'ten akt. Fredrickson ve Roberts, 1997: 181). Kadınlar kendilerini nesnelleştirilmiş bir mercekten inceledikleri zaman kendi benlik-beden ilişkilerine yönelik algıları bozulabilmektedir (Calogero, 2012: 575). Kadınların cinsel nesne olarak görüldüğü toplumsal atmosferde kadınlarda kendini nesneleştirmenin görünüş anksiyetesi, beden utancı, içsel farkındalığın azalması, enerji düşüklüğü, fiziksel güvenliği konusunda endişeler ve bunlarla bağlantılı olarak depresyon, yeme bozuklukları ve cinsel işlev bozuklukları gibi psikolojik sorunların ortaya çıkabileceği belirtilmektedir (Szymanski ve ark., 2009). Nesneleştirilmeyi içselleştiren kadınlar nesneleştirenlerin veya toplumun onayını almak için kozmetik, estetik cerrahi vb. birçok alanda maliyeti yüksek ve tehlikeli işlemlere yönelmektedir. Yine bu onaylanma elde edilemediğinde bedeninden utanma, anksiyete, depresyon, yeme bozuklukları gibi psikolojik sorunlar ortaya çıkabilmektedir (Calogero, Tantleff-Dunn ve Thompson, 2011; Moradi, Dirks ve Matteson, 2005).

Kadınlar için hem bireysel hem de grup olarak dezavantaj olan ve kadınları bedensel görünümüne kasıtlı olarak odaklayan kendini nesneleştirmeyi, toplumsal cinsiyet eşitsizliğini koruyan cinsiyetçi ideolojilerin bir tezahürü olarak değerlendirmek mümkündür. Yani kendini nesneleştirme aslında kadınları toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin aktif katılımcısı olmaya teşvik ederek toplumsal cinsiyet eşitsizliğini meşrulaştıran ve sürdüren daha kapsamlı bir ideolojik ağ içinde konumlanmaktadır (Calogero ve Jost, 2011: 212). Bu çerçevede kendini nesneleştirme, içselleştirilmiş cinsiyetçiliğin gündelik yaşam pratiklerinde de oldukça yaygın olan temel boyutlarından biri olarak değerlendirilmektedir.

2. Kadınlar Arası Rekabet: Genel olarak cinsiyet-içi rekabet tartışmaları literatürde yer almaktadır. Özellikle evrimsel açıklamalar cinsiyet-içi rekabeti karşı cinse cinsel açıdan erişmek amacıyla aynı cinsiyetten olan kişilerle girilen rekabette kullanılan stratejiler olarak tanımlamaktadır (Fisher, 2004). Kadınlar arası rekabette evrimsel açıklamalar erkeklerin partner seçiminde gözettiği gençlik, güzellik, çekicilik gibi kriterlerin kadınlar arasındaki rekabette rol oynadığını savunmaktadır. Kadınlar arasındaki rekabette erkeklerden farklı olarak doğrudan değil daha çok dolaylı saldırganlığın gözlemlendiği ifade edilmekte ve saldırganlıkların dedikodu ve rakibi kötü bir biçimde etiketleme şeklinde ortaya çıkabildiği belirtilmektedir. Bunun nedeninin ise kadınlarda çocuk doğurma ve bakımının getirdiği kısıtlamalar nedeniyle nispeten düşük riskli rekabet stratejilerinin tercih edilmesi olduğu ifade edilmektedir (Campbell, 2004: 21; Stockley ve Campbell, 2013). Kadınlar arası rekabeti evrimsel açıklamalardan ziyade toplumsal cinsiyet eşitsizliği ile açıklamaya çalışan bakış açıları ise rekabeti farklı bir biçimde ele almaktadır.

Kadınlar arası rekabeti toplumsal cinsiyet eşitsizliği temelinde ele alan yaklaşıma göre bir baskı biçimi olan cinsiyetçilik, kaynakları kadın ve erkek arasında adil olmayan bir biçimde paylaşmaktadır. Bu durum erkeklere avantaj sağlarken, kadınlar için daha az para, daha az yüksek statülü pozisyon, daha az karar verme gücü, vb. dezavantajları ortaya çıkartmaktadır. Bu nedenle kadınların erkeklerle aynı kazanımları elde edebilmeleri için daha çok çalışmaları gerekmektedir (Bearman ve Amrhein, 2014: 217-218). Diğer taraftan düşmanca cinsiyetçiliğe maruz kaldıklarında, kadınların güvende olma duyguları ve özgüvenleri azalmakta, bu durum da erkeklerle rekabet etme isteğini olumsuz olarak etkilemektedir (Lemonaki, Manstead ve Maio, 2015). Örneğin Fox-Keller ve Moglen (1987: 494) kadınların hayatta kalmak için (doğrudan veya mecazi) dolaylılığı, göze batmamayı ve hatta görünmezliği kullanmanın yollarını keşfettiklerini, kadınların girişimlerinin nadiren tehdit edici olarak algılandığını ve bu nedenle erkek dünyasını sembolize ediyor gibi görünen rekabet sorunlarından muaf olduklarına inanıldığını belirtmektedir. Ancak sınırlı da olsa kadınların bazı imkânlara erişebilmesi, güç ve nüfuz alanlarının onlara açılması rekabeti de beraberinde getirmiştir.

Kadınlar bazen sınırlı kaynakların sorumluluğunu cinsiyetçiliğe değil rakibi olarak gördüğü diğer kadınlara yüklemektedir. Erkeklerle rekabet etmeleri güvenlik kaygıları nedeniyle engellenen kadınların da daha çok kadınlar arası rekabete yöneldikleri düşünülmektedir. Kadınlar arasındaki rekabet bazen sosyal saldırganlık biçimleri olan yıkıcı dedikodu veya sosyal dışlama şeklinde ortaya çıkmaktadır. Kadınlar arası rekabet bazen kendisini daha iyi görmek ve/veya göstermek için diğer kadınların statüsünü düşürme veya düşük pozisyonda kalmasını sağlama şeklinde de yapılabilmektedir (Bearman ve Amrhein, 2014: 218). Kadınlar arası rekabetin erkek akranlarından daha farklı, daha derin ve daha acı verici bir biçimde yaşanabileceği, kadınların erkeklerle değil kadınlarla rekabet ettiği ve erkeğin başarısından

ziyade kadının başarısını kendisine tehdit gibi algılayabildiği belirtilmektedir (Fox-Keller ve Moglen, 1987: 495). Genel olarak yetkinliğini/becerilerini arttırma, kendini geliştirme gibi yapıcı rekabet etme yolları (kadınlar veya erkeklerle) cinsiyetçi uygulamalar nedeniyle kapatılan kadınlar rekabetten tamamen geri çekilebilmektedirler. Kadınlar böylece toplumsal cinsiyet rolleri ile belirlenmiş sınırların ardına çekilmekte ya da rakibi olarak gördüğü diğer kadınlara zarar vererek aşağı çekmeye dönük yıkıcı rekabet stratejileri kullanmaktadır.

Diğer taraftan, rekabet konusunun feminizmdeki tartışmalı konulardan biri olduğu bilinmektedir. Hem duygusal hem de fiziksel olarak hayatta kalmaya yönelik bir tehdidin olduğu her yerde, tanınma, nüfuz, para, meslekler veya sempati ve aşk gibi ödül olasılığının olduğu her yerde rekabetin var olduğu ve kişisel çatışmaları yenebilecek feminist bir kardeşlik hayalinin gerçek hayatta karşılığını bulmanın zor olduğu belirtilmektedir (Fox-Keller ve Moglen, 1987: 495). Erkekler arası rekabet normal görülürken kadınlar arası rekabetin patolojik olarak değerlendirilmesinin toplumsal cinsiyet ayırımını pekiştirebileceği vurgulanmaktadır (Willis, 2009). Ancak cinsiyetçiliğin içselleştirilmesinden kaynaklanan rekabetin toplumsal uyumu bozduğu ve bu durumun kadınların cinsiyetçiliğe karşı çalışmak için gereken dayanışmayı inşa etme becerisini olumsuz yönde etkilediği için risklidir. Kadınların rakip olarak konumlandırılmasının panzehrinin ise dayanışma geliştirme pratikleri olabileceği, kadınlar cinsiyetçilik karşısında diğer kadınlarla beraber mücadele etmesi gerektiğinin farkına varırsa kolektif olarak kadınlar arası rekabetin olumsuz etkilerinin üstesinden gelinebileceği belirtilmektedir (Bearman, Korobov ve Thorne, 2009b).

3. Derogasyon: Derogasyon genel olarak eksiltme-değerini azaltma anlamında kullanılan bir kavramdır. Derogasyon cinsiyet içi rekabette yaygın bir stratejidir ve rakip derogasyonu, aynı cinsiyetten bir rakibi daha az çekici göstermek amacıyla başlatılan eylemlerdir (Buss ve Dedden, 1990). Hem erkekler hem de kadınlar cinsiyet-içi rekabet etseler de, rakip derogasyonu stratejilerinde farklılıkları bulunmaktadır. Örneğin, erkekler kadınların fiziksel çekiciliğine, sadakatine ve uzun vadede bakım becerilerine önem verdikleri için kadınlar derogasyonda rakiplerinin bu yönlerini hedef almaktadırlar (Fisher ve Cox, 2009; Chaudhary, Al-Shawaf, ve Buss, 2018; Krems, 2021). Diğer taraftan kadınlar erkeklerde zekâ, ekonomik kaynaklara sahip olma, başarı, fiziksel dayanıklılık, atletik olma, cesaret ve sosyal statüye önem verdikleri için erkeklerin de rakip derogasyonunda rakiplerinin bu yönünü hedef aldıkları belirtilmektedir (Chaudhary, Al-Shawaf, ve Buss, 2018). Yani derogasyon her iki cinsiyetin de kullandığı bir stratejidir ancak kadınlarda toplumdaki cinsiyetçi yapının da etkisiyle farklı bir hüviyete bürünebilmektedir.

Kadın derogasyonunu, kadınların başka bir kadın rakibinin değerini azaltmayı hedeflediği dolaylı bir saldırganlık türü olarak tanımlanmaktadır (Fisher, 2004). Ancak içselleştirilmiş cinsiyetçiliğin bir boyutu olarak derogasyon; kadınların kendilerini ve diğer

kadınları cinsiyet rolüne uygun bir biçimde yargılamaları olarak da tanımlanmaktadır (Bearman ve Amrhein, 2014: 215). Yani hem diğer kadınların değerini hem de kadın olarak kendi değerini azaltma şeklinde görülebilmektedir. Özellikle cinsiyetçi derogasyonda kadınlıkla ilgili duyarsız, olumsuz ve saldırgan yorumlar bulunmaktadır (Settles, Cortina, Buchanan ve Miner, 2012). Örneğin flört eden kadınların aşağılayıcı bir dille suçlanması, zekâ ile ilgili olarak kadınlara yönelik küçümseyici ifadeler kullanılması, erkekleri kadına yönelik özellikler atfederek aşağılamak, vb. durumlar derogasyon kapsamında değerlendirilebilir (Ifechelobi ve Ifechelobi, 2017). Derogasyon, kadınlarda bir hizalama mekanizması olarak işlev görmekte ve kendilerine biçilen rollerinin dışına çıktıklarında kadınları tekrar bu sınırların içine itmektedir. Özellikle kadınları cinsel ahlak üzerinden yargılama ve kadının cinselliğini kontrol etme çabası derogasyonda belirgindir. Cinsiyetçiliğin diğer yönleri gibi, derogasyon da içselleştirilebilmekte ve kadınların cinsiyet rolüne uygun davranmanın pekiştirilmesi amacıyla kendilerine ve birbirlerine karşı kullanılabilmektedir (Bearman ve Amrhein, 2014).

4. İçselleştirilmiş Güçsüzlük: İnsanların kendi kendine güç kazanmadığı veya güçsüzleşmediği ve güçlenme veya güçsüzleşmenin insanların içinde yaşadıkları sosyal gruplarla veya ilişkide oldukları diğer insanlarla bağlantılı olarak gelişen bir süreç olduğu (Mason, 2005) bilinmektedir. Azınlıklarla yaptığı çalışmalar sonucunda Solomon (1976) güçsüzlüğün potansiyel kaynaklarını bireylerin uğradıkları baskı sonucu benliklerini olumsuz değerlendirme, çevreleriyle ilişkilerindeki olumsuz deneyimler ve daha kapsamlı olarak da sistemler tarafından ortaya koyulan yapısal engeller olarak tanımlamıştır.

İçselleştirilmiş güçsüzlük ya da aşırı güçsüzlük, bireyleri kendilerini gerçek durumun gerektirdiğinden daha fazla güçsüz hissettiren ve sonrasında onları güçsüzlüklerini gerçekten onaylayacak biçimde hareket etmeye yönlendiren duygular ve inançlar dizisi” olarak tanımlanmaktadır. Baskılanan gruplarda güçsüzlük sadece bir inanç değildir. Güçsüzlük aynı zamanda bir yaşam tarzıdır ve etkisi bütünseldir. Dolayısıyla kişinin duygularını, düşüncelerini, eylemlerini, benlik kavramını ve alternatif bir benlik hayal etme potansiyelini etkilemektedir (Lerner, 1991). Ataerkilliğin hiyerarşik bir sistem olduğu ve toplumsal cinsiyetin temelde erkekler ve kadınlar arasındaki toplumsal güç ilişkilerinin ve bu güç ilişkilerinin içselleştirilmesine atıfta bulunduğu (Kaufman, 1999) düşünüldüğünde güç ve güçsüzlük kavramlarının cinsiyetçilik tartışmalarında da önemli bir yer tuttuğu fark edilmektedir. Cinsiyetçilik, gücü kadınlarla erkekler arasında eşit olmayan bir şekilde dağıttığı ve kadınları kaynaklara, statüye, ekonomik avantajlara, kendi kaderini belirleme ve güvenliğe erişim konusunda erkeklere oranla dezavantajlı bir pozisyona yerleştirdiği için kadınların güce erişimleri daha zor olmaktadır. (Bearman ve Amrhein, 2014: 200).

Baskılanan gruplar kendilerini aşağılayabilir ve güçten, bilgidен yoksun olduklarını düşünebilirler. Bu özellik egemen olan gruptan sık sık duydukları güçsüzlük, acizlik vb.

ezenlerinin kendileri hakkındaki görüşünü içselleştirmelerinden kaynaklanan bir özelliktir. İçselleştirilmiş baskı, ezilen grupların üyelerinin kendilerini güçsüz hissetmelerini ve dolayısıyla güçsüz davranmalarına yol açarak asimetrik güç dağılımının korunmasına yardımcı olmaktadır. (Freire, 1991). Benzer bir biçimde içselleştirilmiş cinsiyetçilik, kadınların güçsüz hissetmelerini ve dolayısıyla güçsüz hareket etmelerini garanti altına alarak eşitsiz güç dengesinin korunmasına yardımcı olmaktadır (Bearman ve Amrhein, 2014: 200). Bu durum ise cinsiyet rollerini daha da pekiştirmektedir.

Bazen baskıya karşı pasif kalmak, itaat ediyormuş gibi görünmek daha az zarar görmeye yönelik bir korunma stratejisi olabilir. Fakat kadın yeterli güç ve deneyime sahip olduğunda dahi bu durum sürüyorsa güçsüzlüğün içselleştiğinden söz edilebilir. Güçsüzlük kadın rolüyle daha uyumlu görünebilir ve içselleştirilmiş güçsüzlük, sanki kadın olmanın önemli bir parçasıymış gibi doğal görünebilir (Bearman ve Amrhein, 2014: 202). Örneğin Falbo, Hazen ve Linimon (1982), bir laboratuvar çalışmasında, çaresizlik sergileyen (kadınlarla ilişkili olarak algılanan) erkek konuşmacıların ve uzmanlık sergileyen (erkeklerle ilişkili olarak algılanan) kadın konuşmacıların daha az sempatik bulunduğunu saptamıştır. Bu durum kadın rolüne uygun davranmak için de güçsüzlüğün benimsenebileceğine örnektir.

Bilindiği gibi toplumsal cinsiyet rolleri kadınların seçeneklerini iki biçimde sınırlamaktadır. Bunlardan ilki, kadınların erkekler için uygun görülen kariyerlere ve etkinliklere katılmalarını engellemek, ikincisi ise kadınların yaşamlarını kadınlar için uygun görülen faaliyetlerle doldurmaya teşvik etmektir. Özellikle yeterli rol modellerinden ve destekten yoksun olan ve hayatlarını kadınlara ayrılmış faaliyetleri yaparak geçiren kadınların diğer seçenekleri değerlendirmesine çok da zaman ve enerjisi kalmamaktadır. Bu durum ise içselleştirilmiş güçsüzlüğü arttırmaktadır (Bearman ve Amrhein, 2014: 201). Sonuç olarak içselleştirilmiş cinsiyetçilik ve ona eşlik eden güçsüzlüğün içselleştirilmesi, kadınların hayatta neyi hak ettikleri ve ne için çabalayacakları konusunda öğrenmiş oldukları düşük beklentileri güçlendirir (Bearman, Korobov, ve Thorne, 2009a). İçselleştirilmiş güçsüzlüğün iç içe olduğu; belki de içselleştirilmiş güçsüzlüğün bir sonucu olarak ortaya çıkan durum ise benlik kaybıdır.

5. Benlik Kaybı: Benlik, psikolojide sıklıkla incelenen bir konudur. Benliğin kendi kendine değil sosyal bir bağlam içerisinde olduğu belirtilmektedir (Maji ve Dixit, 2020). Benliği etkileyen en önemli sosyal bağlamlardan biri toplumsal cinsiyet olgusudur. Toplumsal cinsiyet rolleri ile uyumlu olarak kadınlara halinden memnun insanlar olmaları, öfkelerini bastırmaları, hayır dememeleri, insanları mutlu ve rahat ettirmeleri gerektiği öğretilmektedir. Böylelikle, kadınların gerçek benliklerinden uzaklaşmaları ve benliklerini ideal kadın imajına uygun dolayısıyla da toplumsal cinsiyet rollerini de içeren bir biçimde yapılandırılmalarını söz konusu olabilemektedir (Gilligan, 1982). Bu durum ise benlikleri üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Bu olumsuz etkilerden biri de benlik kaybıdır.

Benlik kaybı, kadınların, çoğu zaman erkeklerin isteklerini ve/veya ihtiyaçlarını karşılamak için kendi ihtiyaçlarını ve isteklerini feda ettikleri ve hatta kendi istek ve ihtiyaçlarına yönelik farkındalıklarını kaybettikleri durumlara işaret etmektedir (Bearman, Korobov, ve Thorne, 2009a). Aşırı fedakârlık, sonuçlar kişinin benliği için zararlı olsa bile, karşıdaki kişinin veya ilişkinin iyi olması için kişisel kendi istek ve ihtiyaçlarından vazgeçmesi olarak tanımlanmaktadır (Whitton, Stanley ve Markman, 2002). Özellikle aşırı fedakârlığın kadınlarda yaygın olduğu bilinmektedir. Kadınlara sosyalizasyon süreçlerinde mükemmel bir eş ve anne olması, şefkatli, fedakâr, affedici ve kendini adanmış olmaları (kaNdIondlo, 2011), özellikle sevgi ve onay kazanmalarının kendilerini tümüyle feda etmelerine bağlı olduğu (Bepko ve Krestan, 1998) öğretilmektedir. Kısaca kadınlardan aşırı fedakâr olmaları ve bu rolde kalmaları beklenmektedir. Bu fedakârlık davranışları geleneksel cinsiyet rolleri ile uyumludur. Yani cinsiyetçilik, kadınlara ilişkilerde, ailelerde ve diğer sosyal gruplarda boyun eğmeyi öğretmektedir. Bu roller içselleştirildikçe, kadınlar kendi ihtiyaçlarını ve isteklerini hizmet etmesi ve ilgilenmesi beklenen diğerlerinin ihtiyaçları için feda etmeyi öğrenirler (Bearman ve Amrhein, 2014: 208-209). Bu durum benlik kaybına işaret etmektedir. Yani bu rolde yeterince kaldıktan sonra kadınlar aslında neyi isteyip neyi istemediklerini veya ne hissettiklerini bilmeyebilmektedirler.

6. Kendini Geçersizleştirme

Karar verme gücü insanın kaderini şekillendiren bir güçtür. Egemenliği sürdürmek, karar verme üzerinde kontrol sahibi olmakla mümkündür. Cinsiyetçilik, kadınları erkeklerinkileri yerine getirmek için kendi ihtiyaç ve arzularını feda etmeye şartlandığı gibi, aynı zamanda kadınları da karar verme gücünü de erkeklere vermeye şartlandırır. Bunu mümkün kılmak için içselleştirilmiş cinsiyetçilik, kadınları sistematik olarak kendilerini ve diğer kadınları geçersiz kılmaya teşvik eder. Cinsiyetçilik, kadına atfedilen veya kadına ait olan özellikleri ve var olma biçimlerini değersizleştirilmektedir. Bu yüzden insanlığın kadına ait görünen yönleri değersizleştirilip geçersizleştirilmektedir. Cinsiyetçilik kadınların düşüncelerini, görüşlerini, inançlarını, değerlerini, duygularını, tercihlerini ve seçimlerini erkeklerin lehine geçersiz kılar. Kadınlar kendi deneyim ve bilgilerinin geçersiz olmasını içselleştirdikçe, seslerini susturmayı, kendi kararlarına güvenmemeyi buna bağlı olarak da erkeğe daha çok güvenip karar verme gücünü erkeğe bırakmayı öğrenirler (Bearman ve Amrhein, 2014: 212-213). Kadının bilgisinin ve deneyiminin geçersizleştirilip bunun kadına kabul ettirilmesi arttıkça karar verme mekanizmalarına katılması daha da zorlaşmakta ve özellikle kendi hayatıyla ilgili konulardaki kararlarda dahi erkeğin onayına ihtiyaç duyabilmektedir.

2.2. Kadınlarda Güç, Güçlendirme/Güçlenme ve Psikolojik Güç

Güç kavramı bağlamsal, çok yönlü, karmaşık ve dinamik bir kavramdır. Sosyolog Max Weber gücü, sosyal ilişkide yer alan bir aktörün, sonuçları ne olursa olsun, direnişle karşılaşsa dahi kendi isteklerini yerine getirebilme olasılığı olarak tanımlamıştır (Weber, 1947). Güç aynı zamanda kendimizi, başkalarını ve çevremizdeki dünyayı etkileme, onu daha fazla istediğimiz hale getirme yeteneği olarak da tanımlanmaktadır (Bearman ve Amrhein, 2014). Güçsüzlük duygusu ise kişinin kendi davranışının kişisel ve sosyal sonuçlarının ortaya çıkışını kontrol edemeyeceği beklentisi veya algısıdır. Kontrol, dış güçlere, güçlü başkalarına, şansa veya kadere aittir (Seeman, 2001). Güçsüzlük söz konusu olduğunda güçlenme/güçlendirme ihtiyacı da akla gelmektedir.

Güçlendirme, her şeyden önce, güçle ve güç ilişkilerini daha önce kendi yaşamları üzerinde çok az güç uygulayanlar lehine değiştirmekle ilgilidir (Batliwala, 1993; akt. Batliwala, 2007). Güçlendirme bireyin özerk bir şekilde düşünme, harekete geçme ve işi kontrol etmesini, bireyin kaderi ve yaşam koşulları üzerinde kontrol sahibi olmasını sağlayan çok boyutlu bir sosyal süreç olarak da tanımlanmaktadır (Bayeh, 2016; Bhat, 2015: 188). Güçlenme hem kaynaklar (fiziksel, entelektüel, ekonomik) hem de ideoloji (inançlar, değerler ve tutumlar) üzerindeki kontrolü kapsamaktadır (Sen ve Batliwala, 2000). Güç kontrol anlamına geliyorsa, güçlendirme de bu nedenle kontrol kazanma sürecidir (Batliwala, 1993). Özellikle güçlenmenin başkaları tarafından bahsedilebilecek bir şey olmadığı, ancak eşitsizlikleri tanımak, haklara sahip olma hakkını savunmak, eşitlik lehine yapısal değişim için işbirliği ve baskı yapmak gibi unsurları içerdiği savunulmaktadır (Cornwall ve Edwards, 2014: 4).

Güçlenme bireyin özgüvenini ve bilincini kullanarak kaynaklara erişme veya geleneksel ideolojiyi değiştirme önündeki dış engellerin üstesinden gelmesini sağlayan içsel bir dönüşümü ifade etmektedir (Sen ve Batliwala, 2000). Yani güçlenme bireylerin potansiyellerine tam kapasiteyle ulaşmalarını, siyasi ve sosyal katılımlarını iyileştirmelerini ve kendi yeteneklerine inanmalarını sağlayan bir süreçtir (Bhat, 2015: 188). Bu çerçevede güçlenmiş kişiler, benlik saygısı ve öz-yeterlik algıları yüksek olan ve yaşamları üzerindeki kontrol duyguları, eleştirel farkındalıkları ve sivil katılımları artmış kişilerdir (Francina ve Joseph, 2013).

Bireyler kendi kendine güçlenmez veya güçsüzleştirilmez. Güçlenme ve güçsüzleşme insanların bağlı oldukları toplumsal gruplara veya ilişkide oldukları diğer insanlarla ilişkileri içerisinde gelişen süreçlerdir (Mason, 2003). Bu nedenle kadının güçsüzleştirilmesi ve güçlenme ihtiyacının ortaya çıkması ekonomik, politik ve kültürel kaynakların ve gücün eşit olmayan bir şekilde dağıtıldığı yapısal ve sosyal bir ilişkiye işaret eden toplumsal cinsiyet eşitsizliği (Lorber, 1994) ile ilgilidir. Feminist düşüncenin etkisiyle kadınların güçlendirilmesi toplumsal, ekonomik ve demografik değişimin yanı sıra toplumsal cinsiyet eşitliğini sağlamada da önemli bir faktör

olarak kabul edilmektedir (Pradhan, 2003: 51). Yani kadının güçlendirilmesi kendi başına bir amaç değil, toplumsal cinsiyet eşitliğini sağlama yolunda çok önemli bir adımdır (Murphy-Graham, 2010). Kadınlarda güç ve güçlendirme kavramları literatürde uzun yıllardır sosyal, ekonomik, politik ve psikolojik açıdan tartışılan kavramlardır.

Kadınların güçlendirilmesi kavramı, 1980'lerde kadın hareketinin ürettiği eleştiri ve tartışmalardan, özellikle de o zamanlar daha yaygın olarak "üçüncü dünya" ülkeleri olarak tanımlanan feminist hareketlerin geliştiği dönemlerde ortaya çıkmıştır (Batliwala, 2007). Yani bu kavramların önem kazanmasının ve tartışılmasının nedeni temelde kadın ve erkek arasında eşit olmayan güç ilişkilerini görünür kılan toplumsal cinsiyet eşitsizliğine yönelik artan bilinç ve farkındalıklardır. Amaç hiyerarşik toplumsal cinsiyet yapısının özellikle kadınlar için ortaya çıkan olumsuz etkilerini azaltmak ve/veya ortadan kaldırmak için kadının güçlenmesidir.

Kadının güçlenmesi/güçlendirilmesi 1980'lerin ortalarında, yalnızca ataerkilliğe değil, aynı zamanda sınıf ve ırk, etnisitenin aracı yapılarına da meydan okuyan mücadeleler için daha politik ve dönüştürücü bir fikir olarak yayılmıştır. Ancak diğer birçok kavram gibi güçlendirme kavramı da orijinal anlamından ve stratejik değerinden neredeyse tamamen yoksun bırakılmış bir şekilde "ana akım haline getirilmiş ve 1990'lara gelindiğinde, kadın sorunları ve toplumsal cinsiyet eşitliği ile ilgilenen herkes - devlet aktörleri, yardım kuruluşları, kalkınma uzmanları, feminist aktivistler ve savunucular - güçlendirme kavramını kullanmaya başlamıştır (Batliwala, 2007). Bu durum, kavramın dönüştürücü yönünü kaybetme tehlikesiyle karşı karşıya olduğu ve güçlendirmenin daha açık bir şekilde tanımlanmasının gerekliliğini göstermektedir (Cornwall ve Edwards, 2014). Bu tanımlamaları feminist bir yorumla yapmak önemlidir.

Gücün feminist yorumları, gücün resmi ve kurumsal tanımlarının ötesine geçtiği ve 'kişisel olan politiktir' fikrini içerdiği için, daha da geniş bir güçlendirme anlayışını beraberinde getirmektedir. Baskı dinamikleri ve baskının içselleştirilmesi daha az güçlü grupların resmi ve gayri resmi karar alma süreçlerine katılma ve süreçleri etkileme yeteneklerini etkilediğinden, bireylerin veya grupların kendilerini algılama biçimlerini ve hareket etme ve çevrelerindeki dünyayı etkileme yeteneklerini de etkiler. Güçlendirme, bu nedenle, karar vermeye erişimden daha fazlasıdır; aynı zamanda, insanların kendilerini bu karar verme alanında yer almaya yetkili olarak algılamalarını sağlayan süreçleri de içermelidir (Rowlands, 1997). Başka bir deyişle, kadınlara kredi, iş fırsatları ve gelir elde etme araçları sağlamak, yoksulluklarını daha iyi yönetebilmelerini sağlamak yaşamlarında bazı değişikliklere neden olabilir. Ancak, yoksulluğun temel nedenlerini dönüştürebilecek ve toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin derin yapısal temelini ele almaya başlayabilecek türden gerçekten önemli değişimleri görmek için, kadınların kendi durumlarını anlamaları, sadece kendileri için değil diğer kadınlar için de faydalı olacak değişimleri sağlamak, bir araya gelmek ve bilinç değişimleri için koşulların sağlanması önemlidir. Yoksulluğu azaltmak ve kadınların az da olssa gelir elde etmelerini sağlamak hayatları daha iyi

hale getirebilir, ancak çalışma, mülkiyet, güvenlik, oy hakkı, cinsellik ve özgürlük hakkını onaylayan kolaylaştırıcı ortam, sadece dikiş makineleri veya mikro kredi ile oluşturulmamıştır (Cornwall ve Edwards, 2014; Sholkamy, 2010). Bu tartışmalar kadınların güçlendirilmesinde sadece ekonomik boyuta odaklanılmaması gerektiğini vurgular niteliktedir.

Kadının güçlendirilmesi kavramının anaakımlaşmasını eleştiren ideolojik ve kurumsal değişimin, güçlendirme ve gerçek sosyal dönüşümü sürdürmek için kritik olduğunu savunan Batliwala (2003, 2007) kadınların güçlenmesinin/güçlendirilmesinin üç yolla yapılması gerektiğini belirtmekte ve bu yollardan sadece birine odaklanmanın dönüşümü sağlayamayacağını belirtmektedir. Bunlar;

1. Sosyal eşitsizlikleri meşrulaştıran ideolojilere (cinsiyetçilik veya kast sistemi, vb.) meydan okuma
2. Ekonomik kaynaklar, doğal kaynaklar ve entelektüel kaynaklara erişim ve bunlar üzerinde egemen olan kontrol modellerini değiştirme
3. Mevcut iktidar yapılarını (aile, devlet, piyasa, eğitim ve medya gibi) güçlendiren ve sürdüren kurum ve yapıları dönüştürme olarak belirlenmiştir.

Güçlendirmenin sadece ekonomik boyutta düşünülmesine yönelik yapılan eleştiriler etkili olmuş ve resmi kurum ve kuruluşların da güçlendirme konusunda ekonomik boyut hala ağırlıklı olsa da toplumsal cinsiyet eşitsizliğine de vurgu yapıldığı gözlenmiştir. Örneğin Birleşmiş Milletler Kadın Kalkınma Fonu (UNIFEM, 2000) ekonomi politiği insani gelişimin çıkış noktası olarak kabul etmesine rağmen baskı altındaki insanların yeteneklerini geliştirme ve kullanma cesaretinden yoksun olabileceklerini kabul ederek kadınların güçlendirilmesinin aşağıdaki maddeleri kapsadığını belirtmektedir (UNIFEM, 2000):

1. Toplumsal cinsiyet ilişkileri ve bu ilişkilerin nasıl değiştirilebileceği hakkında bilgi ve anlayış kazanmak
2. Öz değer algısı geliştirmek ve istedikleri değişiklikleri sağlama yeteneğine ve yaşamını kontrol etme hakkına yönelik inanç geliştirmek
3. Seçimler yapma ve pazarlık gücü kullanma becerisi kazanmak.
4. Ulusal ve uluslararası düzeyde daha adil bir sosyal ve ekonomik düzen yaratmak için sosyal değişimin yönünü örgütleme ve etkileme becerisini geliştirmek.

Kadınların güçlenmesi/güçlendirilmesi çok boyutlu, geniş kapsamlı ve yaşamın her alanında kimliklerini ve güçlerini ortaya koymalarını sağlayan aktif ve çok boyutlu bir süreçtir (Pillai, 1995). Güçlendirmenin bileşenlerinin neler olduğu literatürde de tartışılmaktadır. Örneğin Malhotra ve ark., (2002) kadının güçlendirilmesinin sosyal, ekonomik, kültürel, politik, yasal ve psikolojik boyutları kapsadığını ifade etmişlerdir. Kawaguchi ve ark. (2014) ise kadınlarda güçlenmenin bileşenlerini hareket özgürlüğü, ekonomik güvenlik ve istikrar, aile desteği,

tahakkümden kurtulma, günlük yaşamda karar verme ve toplumsal katılım olarak ifade etmişlerdir. Diğer taraftan kadınların güçlendirilmesinin üç düzeyde gerçekleşebileceği belirtilmektedirler (Huis, Hansen, Otten ve Lensink, 2017: 3-7):

1. Mikro düzey: Bireyin kişisel inançları ve kişisel güçlenmenin gözlemlenebileceği eylemleri içermektedir.

2. Mezo Düzey: Bireyin çevresindeki diğer insanlarla ilişkilerdeki güçlenmesini içermektedir.

3. Makro Düzey: Toplumsal güçlenmenin gözlemlenebileceği daha geniş, toplumsal bağlamdaki güçlenmeye dair çalışmaları içermektedir.

Diğer taraftan Stromquist (1995: 14-15) güçlendirmenin dört bileşenden oluştuğunu ve bu dört bileşenin her birinin eşit derecede önemli olduğunu savunmakta ancak hiçbir bileşenin tek başına kadınların güçlenmesini sağlamak için yeterli olmadığını ifade etmektedir. Bu bileşenler şöyle sıralanmaktadır:

1. Bilişsel Bileşen: Kadınların eleştirel bir biçimde kendi gerçekliğini, tabi olma koşullarını ve bu koşulların nedenlerini toplumun hem mikro hem de makro düzeylerinde anlamalarını ifade eder. Güçlü toplumsal cinsiyet ideolojilerini yapılandıran eski inançları yıkmanın yanı sıra, toplumsal cinsiyet ilişkilerinde farklı bir anlayış yaratmak için yeni bilgiler edinmeyi içerir. Yine kadınların yasal haklarını bilmeleri bu kapsamdadır.

2. Psikolojik Bileşen: Kadınların kendi durumlarını iyileştirmek için kişisel ve toplumsal düzeyde harekete geçebilme algısının gelişimini ve değişim çabalarında başarılı olabileceklerine dair inancın oluşmasını içerir. Özellikle kadınların sosyalizasyon süreçlerinde cinsiyet rolüne uygun bir biçimde pasiflik, öğrenilmiş çaresizlik vb. tepkileri öğrendikleri ve özgüvenlerinin azalabildiği bilinmektedir. Bu nedenle psikolojik bileşen özgüven ve benlik saygısının geliştirilmesini de içermektedir.

3. Ekonomik Bileşen: Güçlendirmenin ekonomik bileşeni, kadınların başlangıçta ne kadar küçük ve elde edilmesi zor olursa olsun, onlara bir dereceye kadar mali özerklik sağlayacak bir üretim faaliyetinde bulunabilmelerine işaret eder

4. Politik Bileşen: Güçlendirmenin politik bileşeni, çevredeki çevreyi politik ve sosyal açıdan analiz etme yeteneğini gerektirir; aynı zamanda sosyal değişim için örgütlenme ve harekete geçme yeteneği anlamına gelir.

Sonuç olarak, güçlendirme sürecinin hem bireysel farkındalığı içermesi hem de toplumsal dönüşüme ulaşmak için kolektif harekete geçmeyi esas alması gerekmektedir (Stromquist, 1995). Kolektif harekete geçmenin koşulunun da bireysel farkındalık ya da psikolojik güçlenme olduğu düşünülmektedir. Yani güçlendirme için daha çok karar verme, seçim yapma ve ekonomik güce vurgu yapılsa da bunları sağlamak için psikolojik güçlenmenin ön koşul olduğu düşünülmektedir.

Genel güçlendirmenin bir bileşeni olan psikolojik güçlendirme, kişisel etkinliği sağlamak veya arttırmak olarak tanımlanmaktadır (Conger ve Kanungo, 1988: 473). Psikolojik

güçlenme/güçlendirmeye benzer anlamda kullanılan bir diğer kavram ise kişisel güçlendirmedir. Kişisel güçlendirme düşünme, analiz etme ve kendi fikirlerini geliştirme kapasitesinin geliştirilmesi, özgüven, benlik saygısı, kontrol duygusu, daha geniş bir bağlamda benlik algısı ve onuru güçlendirmeye destek olan dönüşüm süreçlerinin temelini oluşturan temel öğeler kümesidir (Rowlands, 1997: 129-130). Kişisel güçlenme aynı zamanda içselleştirilmiş baskının etkilerinin ortadan kaldırılmasıyla ilgilidir (Rowlands, 1995). Yani kişisel güçlenmenin özü kadının kültürden veya bağlamdan kaynaklanan toplumsal cinsiyet rollerinden çıkabilmesidir (Francina ve Joseph, 2013: 166). Toplumsal cinsiyet eşitsizliğine ilişkin bilinç kazanma ve güçlenmede eğitimin önemli bir işlevi vardır.

Eğitim kadınların güçlenmesinde ve toplumdaki konumlarını değiştirebilmesinde rol oynayan en güçlü araçtır. Eğitimdeki düzenlemeler kadınlarda bilişsel, psikolojik, politik ve ekonomik boyutlarda güçlenmeyi geliştirme potansiyeline sahiptir (Stromquist, 2012: 2). Örneğin eğitimde örgün eğitimde, ders kitaplarındaki cinsiyet rollerine ilişkin kalıp yargıların kaldırılması, müfredat aracılığıyla cinsiyet kimliklerine olumlu bir yaklaşımın teşvik edilmesi, öğretmenlerin toplumsal cinsiyet eşitliğine duyarlı olmaları için yeniden eğitilmesi ve cinsiyetçi olmayan psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin sağlanması yoluyla cinsiyet eşitliğinin gelişmesine önemli katkılarda bulunulabilir (Stromquist, 1995: 19). Yine eğitilmiş kadınların eğitimsiz kadınlara göre evlilik, çocuk sayısı ve çocuk sağlığı ile ilgili bilinçli kararlar verme konusunda daha yetkin olduğu ve işgücü piyasasına katılmaya ve siyasi katılıma daha hazırlıklı olduğu bilinmektedir (Stromquist, 2006). Ancak eğitimin kadınların potansiyelini sınırlandıran, erkeklik ve kadınlıkla ilgili cinsiyetçi kalıp yargılara karşı koyma ve sorgulamayı mümkün kılacak bilgi ve becerileri geliştirmede olanak sağlayan bir içerikte olması gerekmektedir (Stromquist, 2012: 4). Yani eğitim her ne kadar zaman zaman cinsiyet eşitsizliğini yeniden üretme riskine sahip olsa da kadınların güçlenmesinde önemli bir role sahiptir ve eğitimin kadınlar için öneminin farkında olmak da bu çerçevede kadının güçlenmesinin önemli bir adımıdır.

Kadınların psikolojik olarak güçlendirilmesinde başvurulabilecek müdahale stratejileri incelendiğinde Feminist Terapi kavramı karşımıza çıkmaktadır. Aşağıda Feminist Terapiye ilişkin kuramsal çerçeve sunulmuştur.

2.3. Feminist Terapi

Kadınların toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı yaşadıkları zorlanmalara yönelik müdahalelerde genellikle kadının güçlendirilmesine vurgu yapılmaktadır. Güçlendirmeye yönelik müdahaleler kadınların hedeflerine ulaşma, değişim ve gelişimini sağlama konusunda daha bağımsız ve girişken olmalarına yardımcı olmaya yönelik müdahalelerdir. Bu müdahaleler, kadınların değişim sağlamak için iç ve dış kaynaklara ulaşabilmesini ve hem mevcut olan hem de

gelecekte karşılaşmaları muhtemel olan stres faktörleriyle etkin bir şekilde başa çıkabilmelerini sağlamayı amaçlamaktadır (Johnson, Worell ve Chandler, 2005). Kadınların toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklı yaşadıkları psikolojik zorlanmalar göz önüne alındığında Feminist Terapi yaklaşımının bu alanda önemli bir yer tuttuğu açıktır.

Feminist Terapide önemli bir isim olan Laura Brown, Feminist Terapiyi hem danışmanı hem de danışanı feminist direnişi, dönüşümü ve günlük yaşamın içinde kişisel sosyal, duygusal ve politik çevreyle olan ilişkilerde toplumsal değişimi geliştiren stratejilere ve çözümlere yönlendiren, kadın ve toplumsal cinsiyet konusunda çok kültürlü feminist bilime, feminist politik felsefeler ve analizlere dayanan bir terapi uygulaması olarak tanımlamaktadır. (Brown, 1994: 21-22). Feminist Terapi, danışan ve terapist, öğrenci ve öğretmen, araştırmacı ve katılımcı olmak üzere hepimizi etkileyen gerçekliklerin politikalarına sahip çıkan ve bunları isimlendiren birkaç terapi yaklaşımından biridir (Brown, 2006) ve bir çok açıdan diğer danışma kuramlarından farklılaşmaktadır.

Feminist Terapi, diğer birçok terapi danışma kuramının aksine, tek bir kurucu isim veya öncü tarafından geliştirilmemiştir. Çeşitli ruh sağlığı alanlarında psikoterapi uygulayan birçok feminist tarafından tabandan geliştirilen bir paradigmadır ve ortaya çıkışı birçok insanın kişisel, politik ve profesyonel ortamlardaki deneyimleri ve etkileşimleri bağlamında meydana gelmiştir. Hiçbir zaman merkezi bir otorite, akreditasyon kurumu veya kurucusu olmadığı için, kendisini uygulayıcıları olarak tanımlayanlar, Feminist Terapi'nin sınırlarını tam olarak belirlemekte hemfikir olmamışlardır (Brown, 2018). Feminist Terapi'nin, gerçek bir danışma kuramından ziyade bir yaklaşım, çerçeve veya terapiyi analiz etmenin bir yolu olduğu belirtilmektedir (Fodor, 1993). Kısaca Feminist Terapi psikoterapiye, kavramsal olarak feminist politik analizlere ve kadın ve toplumsal cinsiyet psikolojisi üzerine yapılan araştırmalara dayanan eklektik bir yaklaşım (APA, 2021) olarak da nitelendirilmektedir.

Her ne kadar Feminist Terapi'nin eklektik yönü vurgulansa da feminist bakış açısının kullanılan teknikleri de dönüştürmesi olasıdır çünkü bir değer sistemi olan feminist bakış açısı, teorik yönelimden bağımsız olarak uygulamayı da dönüştüren bir felsefedir. Bir terapist veya danışman, bilişsel-davranışçı, aile terapisi, psikodinamik veya gestalt gibi teorik bir yönelime sahip olabilir, ancak temel feminist ilkeler bu çerçeveye entegre edilebilir. Feminist bir terapist, pratiğin nasıl yürütüldüğüne ve danışanın nasıl görüldüğüne dair felsefi bir yaklaşım olan Feminist Terapi ilkelerine bağlı kalmalıdır (Wyhce ve Rice, 1997). Yani Feminist Terapi'nin ilkelerine bağlı kalındığı sürece diğer danışma kuram ve modellerinin kullanılmasında bir sakınca yoktur. Wyhce ve Rice, (1997: 64) Feminist Terapi ile ilgili olası modelleri üçe ayırmışlardır:

1. Ayrık model (Seperate Model): Feminist Terapi, danışanların bilişsel, duygusal, kişilerarası ve ruhsal kaygılarıyla aynı anda ilgilenen ayrı, benzersiz bir psikoterapi modeli olarak görülür. Yaklaşımda çekirdek ve bütünsel bir feminizm modeli vardır.

2. Bütünleştirici model (Integrative model): Pek çok danışma yaklaşımından türeyen çoklu teknikler ve uygulamalar danışmadaki feminist bakış açısıyla ele alınıp uygulanır.

3. Melez model (Hybrid model): Psikanalitik kuram, vb. belirli bir psikoterapi kuramı, feminist bir mercek aracılığıyla uygulanır.

Feminist Terapi'nin kökenleri 1960'lar ve 1970'lerde etkili olan ikinci dalga feminist aktivizme dayanmaktadır. Özellikle, bilinç yükseltme grupları, feminist değerlerin ve içgörülerin terapi odasında da uygulanmasına ilham vermiştir (Brown ve Brodsky, 1992, Enns, 2012). Bu dönem kadınların geleneksel kadın rollerinin sınırlandırıcı doğasıyla ilgili hoşnutsuzluklarını belirtmek için birlikte seslerini yükselttikleri bir dönemdir. Toplumsal cinsiyet eşitsizliği ile ilgili araştırmalar 1970'lerde başlamıştır. Bu artış Feminist Terapi fikrine daha çok olanak tanımış ve kurumlar Feminist Terapi'nin gelişimini desteklemeye başlamıştır. Feminist grup terapisi 1980lerde beden imgesi, istismara dayalı ilişkiler, yeme bozuklukları, ensest ilişki ve cinsel istismar gibi belli sorun ve konular üzerine gittikçe daha çok odaklanmaya başlamış ve önemli ölçüde değişime uğramıştır (Corey, 2008). Ancak feminist Terapi'de, psikoterapi deneyiminin toplumsal cinsiyet, güç ve güçsüzlük yapılarını geniş sosyal ve politik bağlamlara yerleşmesi sabit kalmıştır. Terapi, yalnızca danışma seansında veya danışma odasında meydana gelen şekliyle yorumlanmaz, günlük yaşamdaki olaylarla ve iktidar, ayrıcalık ve güçsüzleştirme politikalarıyla bağlantılıdır; bu, açık ve gizli olarak tüm kültürlerde bulunmaktadır (Brown, 2018).

Adından dolayı genellikle Feminist Terapi'nin sadece kadınlarla ilgili olduğu sanılmaktadır. Bunun nedeni, toplumsal cinsiyet hakkındaki eleştirel söyleme rağmen popüler kültürde yer alan feministler ve feminizm hakkındaki temelsiz klişeler, varsayımlar ve örtük önyargılardır (Brown, 2018). Ancak Feminist Terapistler; bireysel düzeyde kadınlara ve erkeklere kişisel güçlerini tanıma, sorgulama ve benimsemelerinde yardımcı olmaya çalışırlar (Corey, 2008: 385).

Feminist Terapi'nin esas hedefi; cinsiyet ayrımcılığının, diğer ayrımcılık çeşitlerinin ve baskıların bulunmadığı bir toplum yaratmaktır. Feminist Terapi hem birey olarak danışan için hem de bir bütün olarak toplum için değişimi sağlamaya çalışır. Danışanların dayanışmacı, güçlü, kendine ve diğer insanlara güvenen bireyler olmasına yardımcı olurlar. Kadınlara ve erkeklere kendilerini nasıl tanımladıklarının ve diğer insanlarla nasıl ilişki kurduklarının cinsiyet rolü beklentilerinden etkilenmesinin kaçınılmaz olduğunu anlatmaya ve kadınların ruhsal sağlığını yeniden yorumlamaya çalışırlar (Corey, 2008: 385).

Feminist Terapi, kadın olmanın kültürel, sosyal, politik, ekonomik ve tarihi bir ortamda ortaya çıktığını ve yaşam boyu gelişimi etkilediğini savunmakta, kadına uygulanan açık ve gizli şiddetin onlara duygusal, fiziksel ve ruhsal olarak zarar verdiğini ve kadınların kadın kimliklerinden kaynaklı düşmanlıklarla karşılaştığını kabul etmektedir. Feminist Terapi, kadınların sosyal inanç ve değerleri nasıl içselleştirdiklerini anlamalarına yardımcı olur ve

danışanlarla birlikte onların benliğine zarar veren yapılara karşı mücadele etmelerine destek olur. Danışanların kendi bakış açılarını oluşturmalarına yardımcı olma, kendi güçlerini görme ve buna sahip çıkma, kadınların alternatiflerini, seçeneklerini ve tercihlerini genişletmelerini sağlama gibi konular Feminist Terapi'nin üzerinde durduğu önemli noktalardır (Murdock, 2013). Feminist Terapi'nin insan doğası görüşü onu diğer psikolojik danışma yaklaşımlarından ayıran en önemli özelliklerden biridir. Diğer danışma kuramları biyolojik cinsiyetin bireye farklı özellikler ve roller yüklediğini savunurken Feminist Terapi danışanı, herkes ile eşit hak ve özgürlüklere sahip, birtakım kültürel ve sosyal beklentiler tarafından baskılanmış ve cinsiyet rollerine ilişkin farkındalıkları arttırılıp geliştirilecek kişiler olarak kabul eder (Corey, 2008: 378).

Feminist Terapide temelde kadının özgürleşmesi politik tavrı üzerinde durulmasına rağmen, uygulamada kadının içsel süreçlerini de dikkate alarak, çelişkilerin neden olduğu bilişsel yönler de değerlendirilmektedir. Kadının yaşadığı ailevi sorunlar, kimliğinden kaynaklı sorunlar, intra-psişik süreçler müdahale sürecinde vaka formülasyonuna dâhil edilmektedir. Ancak, Feminist Terapi, kadınların deneyimlediği içsel süreçleri, kadının içinde yaşadığı ataerkil sistemin cinsiyetçi, kadını ezen ve değersizleştirmeye çalışan yapısından bağımsız olmadığını vurgulamaktadır. Terapinin temel amacı; acı verici sosyal gerçekliklere karşı farkındalık kazandırmak, uyum sağlamaktan ziyade güçlendirmektir (Eyüpoğlu, 2008). Yani geleneksel cinsiyet rollerine uyum değil onlara karşı çıkmak için güçlendirmek Feminist Terapide esastır.

2.3.1. Feminist Terapi ve Kadının Güçlendirilmesi

Feminist Terapide güçsüzlüğün aşındırıcı olduğu vurgulanır ve gücün güçsüzlere nasıl ulaştırılabileceğine odaklanılır (Brown, 2006). Yani Feminist Terapi, kadının güçlendirilmesine odaklanan bir yaklaşımdır (Brown, 2006; Murdock, 2013; Worell ve Remer, 2003; Johnson, Worell ve Chandler, 2005). Güçlendirme, terapi bağlamında iki şekilde kavramsallaştırılmaktadır: Birincisi, danışanlar, problem çözümünde beceri ve esneklik kazanarak ve bir dizi kişilerarası beceri ve yaşam becerisi geliştirerek zorlayıcı yaşam durumlarıyla başa çıkma konusunda güçlendirilir. Kişisel güçlerini ve varlıklarını belirlemeyi ve kendilerine değer vermeyi öğrenirler, ayrıca değişim için sorumluluklarını kabul ederler. Kültürel ve kişisel kimlikler, danışanların kaygılarındaki rolleri ve kişisel ve kültürel benliklerini güçlendirmedeki alakalarından dolayı araştırılır. İkinci tür kavramsallaştırmada, güçlendirme, kadınları, kendilerini kadın veya azınlık gruplarının üyeleri olarak değersizleştiren ve onlara tabi kılan ve fırsat eşitliğini ve değerli sosyal, ekonomik ve kurumsal kaynaklara - bu kaynaklara - erişimlerini engelleyen yaşamlarının dış koşullarını tanımlamaya ve bunlara meydan okumaya teşvik eder. Güçlendirmeye yönelik feminist yaklaşımlar, kişisel problemler ve iyilik haline etki eden iç ve dış faktörlerin etkileri bir arada ele alarak kadınların bunların arasındaki ayırımı görmelerine yardımcı olur. Bu ayırımı

yapmak, onları kendilerini farklı, eksik, delirmiş veya kontrolden çıkmış olma duygularından kurtarma işlevi görür. Böylece güçsüzlük duygularının yerini, mevcut ve gelecekteki zorluklarla başa çıkma yeteneklerindeki güç ve onurla değiştirir. Bu yeni duygu ve beceriler, stres ve zorluklarla başa çıkmada esnekliğin artmasını sağlar. Güçlendirmenin, gelecekteki durumsal eşitsizlikler, ayrımcılık, dışlanma ve kişilerarası ilişkilerdeki stresle etkili bir şekilde başa çıkmayı kolaylaştıran bilgi ve becerileri destekleyerek dayanıklılığa yol açtığı varsayılmaktadır (Worell ve Remer, 2003:).

Güçlendirici Feminist Terapi Modeli dört temel ilkeye dayanmaktadır. Bu ilkeler ve bu ilkeler doğrultusunda danışana destek olunabilecek konular şöyle sıralanmaktadır (Worell ve Remer, 2003: 66-75):

1- *Kişisel ve Sosyal Kimlikler Birbiriyle Bağlantılıdır:* Bu ilke terapide bireyin kişisel ve sosyal kimliklerinin bir arada değerlendirilmesi gerektiğine işaret etmektedir. Bireyin kişisel kimliğinin yanı sıra kültürünü, cinsiyetini, etnik kökenini, sosyal sınıfını, cinsel yönelimini de göz önünde bulundurmak ve kişinin aidiyetlerine saygılı yaklaşmak bu ilkenin hedefidir. Bu ilke çerçevesinde psikolojik danışmanın danışana yardımcı olabileceği hedefleri şu şekilde sıralanmaktadır:

- a. Danışanın sosyal konumu hakkındaki farkındalığını arttırmak ve bu konular bağlamında kimlik gelişimine destek olmak
- b. Sosyal konumlarının içsel ve dışsal temsillerini ayırt etmelerine destek olmak
- c. İçinde bulundukları sosyal konumlarında kendini kabul etme ve takdir etmelerine destek olmak
- d. Sosyal konumlarının karşılıklı bağımlılığı ile daha kolay başa çıkmak
- e. Kendini ve ait olduğu grupları takdir etmek, değer vermek.

2- *Kişisel Olan Politikdir:* Toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin kalıp yargılar kurumsallaştırılmış cinsiyetçilik ve baskılama ile ilgili konuları ele alır. Spesifik olarak, bu ilke, bir danışanın patolojisinin kaynağını sosyal ve politik bir bağlamda bulmak gerektiğini vurgulamaktadır. Bu ilkeye göre psikolojik danışmanın toplumsal cinsiyetin sosyalizasyon sürecinin farkında olması, kültür ve toplumsal cinsiyet kalıp yargıları tarafından dikte edilmeyen daha esnek davranışlar geliştirmesi gerekmektedir. Daha geniş perspektifte ise bu ilke sosyal değişimi ve kişinin bireysel ve toplumsal olarak gücünün farkına varmasını hedeflemektedir. Bu ilke çerçevesinde danışma sürecinde danışana destek olunabilecek konular ise şu şekildedir:

- a. Kendi toplumsal cinsiyet rolü sosyalizasyon süreçlerine ilişkin farkındalık geliştirmek
- b. İçselleştirilmiş baskı mesajlarını ve inançlarını tanımlayabilmek
- c. İçselleştirilmiş kalıp yargıların, kendini geliştiren olumlu içi konuşmalar ile değiştirmek.
- d. Ataerkil otoriteler tarafından dikte edilmeyen, özgürce seçilen davranışlar geliştirmek (Örneğin, daha esnek ve yetkin olmak ve daha az cinsiyete dayalı rollere girmek).

- e. Sosyal faktörlerin kişisel deneyimler üzerindeki etkisini değerlendirebilmek.
- f. Toplumun kadınları ve diğer azınlık grupları nasıl baskıladığını anlamak
- g. Kendilerini olumsuz etkileyen cinsiyetçi ve baskıcı toplumsal/kültürel uygulamaları belirlemek.
- h. Çevresel değişimi hayata geçirmek için becerileri kazanmak.
- i. Ayrımcı uygulamalardan kurtulmak için kurumları yeniden yapılandırmak.
- j. Kişisel ve sosyal güç duygusu geliştirmek.

3- *İlişkiler Eşitlikçi Olmalıdır*: Bu ilke toplumda eşit olmayan güç ilişkilerini ele almakta ve kadınlarda eşitlikçi ilişkiler, ekonomik özgürlük ve girişkenlik gibi özelliklerin geliştirilmesine odaklanmaktadır. Bu ilkeye yönelik danışma sürecinde danışana yardım edilebilecek hedefler şu şekildedir:

- a. Danışanın hem terapide hem de yaşamında eşitlikçi ilişkiler geliştirmesi.
- b. Ekonomik özgürlük için becerilerin geliştirilmesi.
- c. İlişkilerde bir bağımsızlık ve karşılıklı bağımlılık dengesinin geliştirilmesi.
- d. Kişilerarası beceriler ve yaşam becerilerinin geliştirilmesi.
- e. Gerçekçi bir girişkenliğe sahip olma.
- f. Baskıcı ortamlarda yaşamaktan kaynaklanan kişilerarası çatışmalarla başa çıkma becerilerinin geliştirilmesi.
- g. Yapıcı değişimin uygulanmasına hizmet ederken öfkeyi uygun şekilde ifade etmek ve kullanmak.
- h. Kişisel güçlü yönlerin belirlenmesi ve bunlara değer verilmesi.

4- *Kadınların Perspektifleri Değerlidir*: Bu ilke kadının deneyimlerinin ve bakış açısının önemszenmesine, kültürel bağlamda geleneksel olarak kadınsı kabul edilen özelliklerin değersizleştirilmesine karşı çıkmayı içermektedir. Bu ilke aynı zamanda kadınların kendi sezgilerine güvenmesi, kadınlığı kadın bakış açısıyla değerlendirmeyi, kendini kadın olarak değerli bulmayı, bedenini kabul etmeyi, kendi ihtiyaçlarını önemsemeyi, diğer kadınlara ve onlarla olan ilişkilerine önem vermeyi geliştirmeyi de hedeflemektedir. Bu ilkeye yönelik danışma sürecinde danışana yardım edilebilecek hedefler şu şekilde belirtilmiştir:

- a. Kadın olarak kendi deneyimlerine güvenmek.
- b. Kadınlığı kadın bakış açısıyla yeniden tanımlamak.
- c. Kadınlara ilgili değerleri takdir etmek.
- d. Meşru bir bilgi kaynağı olarak sezgilere güvenmek.
- e. Kişisel olarak güçlü yönleri belirlemek.

- f. Kendi ihtiyaçlarını belirleyip ilgilenmek ve kendisine bakmak.
- g. Kendine kadın olarak değer vermek.
- h. Diğer kadınlara ve onlarla olan ilişkilerine değer vermek.
- i. Androsentrik ve etnosentrik olarak tanımlanmış fiziksel çekiciliğinin gerçekçi ve geçerli olmadığını vurgulamak.
- j. Kendi bedenlerini kabul etmek ve takdir etmek.
- k. Başkasının cinsel ihtiyaçlarından çok kendi cinsel ihtiyaçlarına hareket etmek.

2.3.2. Feminist Terapide kullanılan Teknikler

Feminist Terapide özellikle diğer danışma kuramları ve bunlara ait teknikler kullanıldığında önyargıdan arındırma, güçlendirici Feminist Terapi'nin ilkeleriyle uyumlu olup olmadığının incelenmesi gerekmektedir. Tercih edilen kuramın güçlendirici Feminist Terapi ile uyumlu bir formatta nasıl bütünleştirildiği netleştirilmelidir. Örneğin birey merkezli terapide önemli bir yer tutan empati, kendini açma ve diğer ilişki kurma tekniklerinin feminist teoriye nasıl entegre edildikleri önemlidir. Özellikle birey merkezlinin yanında bilişsel davranışçı terapi ve psikodramanın bazı teknikleri de Feminist Terapiyle uyumludur (Worell ve Remer, 2003). Literatürde Feminist Terapide kullanılabilecek bazı tekniklerin tartışıldığı görülmektedir. Diğer yaklaşımlardaki tekniklerin yanı sıra Feminist Terapide sıklıkla kullanılan bazı teknikler şunlardır (Butler, 1985; Worell ve Remer, 2003; Corey, 2008, Murdock, 2013):

Cinsiyet rolü analizi ve müdahalesi: Toplumsal cinsiyet rolü analizi tekniği, kadınları ve erkekleri, düşünce, duygu ve davranışlarına yön veren toplumsal cinsiyet kurallarını incelemeye teşvik eder. Cinsiyet rolü farkındalığı kazanma sürecinde danışanlar, kuralların nasıl öğrenildiğini keşfedebilir, bu kuralların kendileri için şu anda ne kadar iyi işlediğini değerlendirebilir ve cinsiyete dayalı mesajlarından hangisini revize etmek istediklerine karar verebilirler. Cinsiyet rolü müdahalesi ise benzer cinsiyet rolü analizinin devamı olarak toplumun beklentilerinin danışanı nasıl etkilediği ile ilgili danışana içgörü kazandırarak daha sağlıklı düşünce ve yaklaşımlar geliştirmesine destek olmayı kapsamaktadır (Worell ve Remer, 2003: 44, Corey, 2008: 392).

Güç analizi: Ataerkil toplumda erkek ve kadın olmanın yarattığı güç farklılığı ile ilgili danışanın içgörü kazanması, kendi yaşamının kontrolünü alma konusunda güçlenmesi ve sahip olunan veya erişilebilecek farklı güç çeşitlerini tanımasını kapsamaktadır. Feminist Terapi, kadınların iç ve dış sorunların kaynakları arasında ayırım yapmalarına yardımcı olmak için bilişsel araçlar olarak cinsiyet rolü analizini ve farklı güç analizini kullanması bakımından hem cinsiyetçi değildir hem de politiktir. Feminist Terapi bu teknikleri, kadınların kendileri, grup olarak kadınlar ve yaşam

durumları hakkındaki inançlarını yeniden yapılandırmalarına yardımcı olmak için kullanır (Worel ve Remer, 2003: 78).

Bibliyoterapi: Bibliyoterapi ile kast edilen görsel, işitsel ve basılı dokümanların (kitap, film, kaset, vb.) olumlu bir etki ve farkındalık yaratması için danışana önerilmesidir. Bibliyoterapi, danışanların yaşamla başa çıkma becerilerini öğrenmeleri için de iyi bir yoldur. Bibliyoterapi aynı zamanda danışanın terapistle karşı uzmanlığını artırabilir, böylece aralarındaki güç farkını azaltabilir (Worel ve Remer, 2003: 79-80).

Atılganlık eğitimi: Terapistin danışana girişken davranışlar konusunda eğitim vermesidir. Bu eğitimin danışanın kültürüne uygun olmasına dikkat edilmelidir. Bu eğitim; danışanın gücünü arttırma, atılganlık ve saldırganlık arasındaki farkı öğrenme, yeni davranışlarında karşılaşacağı tepkilerle baş etme konularında yardımcı olabilir (Murdock, 2013: 397-398).

İçerik yansıtma: Diğer danışma kuramlarında kullanıldığından farklı olarak, birey odaklı değil toplumsal etkenlere odaklanılarak kullanılır (Corey, 2008).

Sosyal aktivizm ve hak savunuculuğu: Sosyal aktivizm ve hak savunuculuğu danışanın da güçlenmesine ve deneyimiyle çevre arasındaki ilişkiyi görmesine yardım edebilecek bir olgudur. Terapist de terapi sürecine feminist farkındalık getirmeye devam etmek için bir bilinç yükseltme sürecine dahil olmalıdır. Ayrıca, kadınların gelişimi ve ruh sağlığı ihtiyaçları konusunda artan bilgi birikimine odaklanan sürekli eğitim ve denetim faaliyetlerine katılarak kadın psikolojisi ve kadın ruh sağlığı konusunda uzman olmalıdır. Son olarak, feminist bir terapist, kadınların eşitliğini teşvik eden sosyal değişim çabalarına destek vermelidir. Terapinin tek başına her derde deva olmadığını kabul etmek ve kadınları terapötik bir deneyim yerine veya bunlara ek olarak büyüme ve destek için başka yolları düşünmeye teşvik etmek bu teknik kapsamındadır. Örneğin danışanı kadın haklarıyla ilgili bir sivil toplum kuruluşunda çalışmaya teşvik etmek bu kapsamda değerlendirilebilir (Corey, 2008).

Kendini Açma: Kendini açma Feminist Terapide kullanılan tekniklerden biridir. Terapistin kendini açmasının amacı, terapistin üstünlüğünü ileri sürmekten veya terapistin kendi terapötik ihtiyaçlarını karşılamaktan ziyade, kadınlar arasında paylaşılan bir deneyim birliği duygusu geliştirmeye yardımcı olmaktır. Bu eşit ilişki ilkesine uygun bir tekniktir (Murdock, 2013: 397).

Grup çalışması: Yalnız olmadıklarını görmek ve dayanışmayı güçlendirmek için kadın gruplarına katılmak oldukça yararlıdır. Danışan bu sayede yalnız olmadığını hissedip, yılmayacak ve mücadele etmeye devam edecektir (Worel ve Remer, 2003).

Grup çalışması diğer bütün teknikleri içermeye potansiyeline sahiptir. Bu tez çalışması Feminist Terapiye göre yapılandırılan bir grupla danışması uygulamasının etkililiğini test etmeyi amaçlamaktadır. Bu nedenle feminist grup çalışması aşağıda daha ayrıntılı bir şekilde incelenmiştir.

2.3.3. Feminist Terapide Grup Çalışması ve Bilinç Yükseltme Grupları

Feminist Terapide bilinç yükseltme grupları önemli bir yer tutmaktadır. Genel olarak bilinç yükseltme grupları, belirli bir azınlık grubundaki kişilerin bir araya geldiği bir grup sürecidir. Grup sürecinin amacı, ayrımcılık ve dezavantaj yaratan ve sürdüren sosyo-politik yapıları incelemektir (Larson, 2014). Bilinç yükseltme grupları, siyasi bir bağlamda gelişmiştir ve daha geniş bir toplumsal hareketle, yani kadın kurtuluş hareketiyle ilişkilendirilmiştir. Bu gruplardaki kişisel gelişimin ve değişimin doğası, kadınların toplumdaki değişen rolleri ve statüleriyle ilişkilidir. Bu nedenle, bilinç yükseltme grupları genellikle yeni feminizmin temel taşı, kadın kurtuluş hareketinin kalbi olarak tanımlanmıştır (Kravetz, 1978: 169). Yani bilinç yükseltme grupları feminist hareketin içerisinde doğup gelişmiştir.

Kadınlar için bilinç yükseltme gruplarının ortaya çıkışı kadınların ataerkil sistemde değişim yaratabilmek için değişimi öncelikle kendilerinde başlatmaları gerektiğini fark etmeleriyle başlamıştır. Özellikle çağdaş feminist hareketin ilk dönemlerinde mağdur edilmekten dolayı yaşadıkları öfke ve kızgınlığı dışa vuramayan kadınların bilinç yükseltme gruplarında öncelikle (nasıl müdahale edileceğine dair bir strateji geliştirmeden önce bile) öfkelerini açığa vurmuşlardır. Yani incinmiş ve sömürülmüş birçok kadın, bilinç yükseltme gruplarını bir terapi aracı olarak kullanmıştır (Hooks, 2012: 20).

Bilinç yükseltme grupları, yaşamlarını tartışmak için düzenli olarak bir araya gelen kadın gruplarıdır. Bu gruplarda bir araya gelen kadınlar kişisel yaşamları hakkında bilgi paylaştıkça, deneyimlerdeki ortak noktaları belirlemeye ve ardından bu deneyimlerin yaşadıkları baskıcı ortamlardaki sosyal/dışsal nedenlerini görmeye başlamışlardır. Kadınlar, bu gruplarda toplumsal cinsiyet rolü sosyalleşme sürecini ve bunun yaşamları üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerini (cinsiyet rolü analizi) fark etmekte ve kadınların toplumdaki güç konumlarını incelemektedir (güç analizi). Genel olarak, bilinç yükseltme grupları lidersiz ve eşitlikçidir, gelişime ve sosyal değişime yönelik çalışmaya odaklıdır. İçerik, bilişsel odaklı tartışmalardan daha kişisel, duygusal paylaşıma kadar geniş bir yelpazede değişebilir. Kendi kendine yardım gruplarıyla da benzerlikler taşımaktadırlar (Kravetz, 1978; Worell ve Remer, 2003). Kravetz (1976: 70) bilinç yükseltme gruplarının genel olarak 5 tane çıktısı olduğunu savunmaktadır. Bunlar; (1) kadınların kendilerini, kişilerarası ilişkilerde eşit olarak algılamaya daha yatkın olması, (2) kadınların, erkeklerden ve çocuklardan bağımsız olarak kendi kimliklerini geliştirme olasılıklarının daha yüksek olması, (3) kadınların diğer kadınlara güvenme ve saygı duyma olasılıklarının daha yüksek olması, (4) kadınların hayatlarını etkileyen sosyal, politik ve ekonomik faktörlerin farkına varmaları ve 5) sosyal değişim birçok kişisel değişimin ön koşulu olarak tanımlamalarıdır (Kravetz, 1976: 70).

Feminist Terapi'nin ortaya çıkışında da bilinç yükseltme gruplarının etkili olduğu bilinmektedir. Özellikle, bilinç yükseltme grupları, feminist değerlerin ve içgörülerin terapi odasında da uygulanmasına ilham vermiştir (Brown ve Brodsky, 1992, Enns, 2012). Bilinç yükseltme gruplarının hedefleri ve formatı genellikle Feminist Terapistler tarafından terapistin lider olduğu tümüyle kadınlardan oluşan gruplarda, kadınlara danışmanlık yapmak için uyarlanmaktadır. Kadınlardan oluşan bu terapi grupları, Feminist Terapi'nin temel ilkelerine uygun bir biçimde yürütülür ve bireysel psikolojik danışmaya göre çeşitli avantajlara sahiptir. Birinci avantajı, bu gruplarda paylaşımlar sadece danışan ve danışman yerine birçok kişiye ulaşır, böylece kadınların deneyimlerindeki ortaklıkları ve farklılıkları belirlemek için daha geniş bir zeminin sağlanmasıdır. İkincisi, kadınlar birbirleri için şifa kaynaklarıdır, genellikle sırayla, iyileşen ve şifacı olurlar ve bu süreç bireysel olarak kadını güçlendirir. Üçüncüsü, kadınların toplumsal değişim için birlikte çalışmaları tek başlarına çalışmalarından daha etkilidir. Bu nedenle, bilinç yükseltme grupları güçlendirici Feminist Terapi için çok önemli bir araçtır (Worell ve Remer, 2003). Yukarıda verilen teknikler ve bunların dışındaki pek çok teknik Feminist Terapi temelinde yapılandırılan bilinç yükseltme gruplarında kullanılmaya elverişlidir.

2.4. İlgili Araştırmalar

Toplumsal cinsiyet ile ilgili yapılan araştırmalar oldukça geniş ve disiplinler arası bir yelpazede yer almaktadır. Yüksek Öğretim Kurumu (YÖK) tez merkezinin internet sayfasında toplumsal cinsiyet terimi ile arama yapıldığında 2021 yılına kadar, çeşitli alanlarda, Türkiye'de yapılan 2678 tezin bulunduğu görülmektedir. Bu tezlerden 1700'ü son beş yıla aittir (2016-2021 arasında). Bu tez çalışmaları birçok farklı alanda yapılmasına rağmen özellikle psikoloji, sosyoloji, sağlık, edebiyat ve eğitim alanında yapılan tezlerin çoğunlukta olduğu görülmektedir. Dünya literatüründe ise milyonlarca çalışma yer almaktadır. Aşağıda bu çalışmalardan konumuz ile ilgili olduğu düşünülen çalışmalardan feminist grup çalışmasını içerenlerin bir kısmına yer verilmiştir.

Feminist Terapi temelli grupla danışma uygulamalarının etkililiğinin değerlendirildiği çalışmaların tarihi oldukça eskidir. Örneğin Maracek, Kravest ve Finn (1979) yaptıkları bir araştırmada geleneksel terapi ve Feminist Terapi odaklı olarak yürütülen farkındalık yükseltme gruplarına katılan kadınların terapiden yararlanma düzeylerini karşılaştırmışlardır. Katılımcı sayısı 408 olan çalışmada 201 kadının Feminist Terapi ve 207 kadının geleneksel terapi aldığı bir örnekleme çalışılmıştır. Karşılaştırmalar demografik değişkenler, terapi süresi, terapinin değerlendirilmesi ve siyasi görüş üzerinden yapılmıştır. Demografik özellikler, semptom düzeyleri ve genel yaşam stresi seviyelerde feminist ve geleneksel tedavi alan danışanlar arasında fark bulunamamıştır. Feminist Terapistlerin danışanlarının geleneksel terapistlerin danışanlarına göre daha fazla radikal olarak siyasi görüşlerini açıklama ve kendilerini kadın

hareketinin üyesi olarak tanımlamaya eğilimli oldukları saptanmıştır. Feminist Terapistlerin danışanlarının terapiyi faydalı olarak değerlendirme puanları geleneksel terapistlerin danışanlarından daha yüksektir. Kendilerini kadın hareketinin üyesi olarak tanımlayan danışanlar Feminist Terapi'nin daha yararlı olduğunu belirtirken üye olmayanlar Feminist Terapi ve geleneksel terapiyi eşit derecede yararlı olarak değerlendirmişlerdir.

Feminist Terapi'nin kullanıldığı bir diğer araştırmada Alyn ve Beceker (1984) ruh sağlığı merkezinde tedavi gören kronik ciddi psikiyatrik rahatsızlığı olan 28 kadınla yürüttükleri bir çalışmada Feminist Terapiye dayalı grupla danışmanın katılımcıların benlik saygısı, cinsel bilgi düzeyi ve kadınlara yönelik tutumları üzerindeki etkisini belirlemeyi amaçlamışlardır. Bu araştırmada Feminist Terapi temelli grupla danışmaya katılan kadınların benlik saygısı ve cinsel bilgi düzeylerinde önemli artış sağlandığı ancak kadına yönelik tutumlarında herhangi bir değişiklik olmadığını saptamışlardır.

Bu çalışmadakine benzer olarak genç kadınlarla yapılan bir çalışmada ergenlik dönemindeki genç kadınlarda aidiyet, yetkinlik ve güçlendirme gelişiminde feminist temelli grup müdahalesini etkinliği incelenmiştir. Çalışmada sezgisel paradigma modeli kullanılmıştır. "Sezgisel Paradigma" müdahale modeli, kadınlar arasında destekleyici bir ortamın geliştirilmesine dayanmaktadır ve bu nedenle kişisel ve kolektif güçlendirmenin artırılmasında etkili olduğu araştırmacı tarafından belirtilmiştir. Yapılan çalışmanın amacına uygun ve etkili olduğu değerlendirilmiştir (D'Haene, 1995). Benzer olarak Bowling, Zimmerman, ve Daniels (2000) tarafından yapılan bir araştırmada feminist yaklaşımla hazırlanan psikoeğitim programının ergenlik dönemindeki genç kızlarda öz-farkındalık, özsaygı, iddialı iletişim, partner şiddeti, beden imajı, cinsel karar verme, kariyer seçimleri ve kendini önemsemeye etkisi incelenmiştir. Program sonucunda programa katılan genç kadınların daha güçlü bir öz-farkındalık duygusu, düşüncelerini ifade etme yeteneği ve kendilerini istismarcı ilişkilere, genç hamileliğine ve yeme bozukluklarına yöneltebilecek toplumsal mesajları reddetme isteğinde artış olduğunu saptanmıştır.

Singh ve Hays (2008) eş şiddetine maruz kalan Güney Asyalı kadınlarla yaptıkları feminist grupla psikolojik danışma sürecinin etkililiğini değerlendirmişlerdir. Yapılan çalışmada grup üyelerinin Feminist Terapi temelli grup sürecini partner şiddetinden kaynaklı etkilerin giderilmesinde etkili buldukları sonucuna ulaşılmıştır. Benzer olarak Mondolfi Miguel ve Pino-Juste, (2020) yaptıkları bir çalışmada eş şiddetine maruz kalan kadınlarda travma sonrası stres bozukluğu [TSSB], depresyon, kaygı ve cinsiyetçi stereotipleri azaltmak; yaşam kalitesi, yaşam amacı iletişim becerileri ve benlik saygısını geliştirmek amacıyla uyguladıkları drama terapisi, baskılanma tiyatrosu ve psikodrama temelli bir programın etkinliğini belirlemeyi hedeflemişlerdir. Araştırmanın sonucunda uygulanan grupla psikolojik danışma sürecinin, depresyonda istatistiksel olarak anlamlı bir azalma ve yaşam amacında artış olduğunu

saptamışlardır. Benzer olarak Ron ve Yanai (2021) tarafından yapılan bir çalışmada sığınma evlerinde kalan kadınların güçlendirilmesi amacıyla 12 ay süren psikodrama temelli grupla psikolojik danışma uygulamasının etkililiği incelenmiştir. Yapılan çalışmada uygulanan grupla psikolojik danışmanın katılımcıların kaygı, stres, suçluluk ve kendini suçlamayı azalttığı; özgüven ve benlik saygısını ise güçlendirdiği saptanmıştır.

İçselleştirilmiş cinsiyetçiliğin bir türü olan kendini nesneleştirme ve bununla bağlantılı yeme bozuklukları beden imajı, vb. konularda yapılan grupla psikolojik danışma uygulamalarının etkisinin incelendiği araştırmalar da literatürde yer almaktadır. Örneğin Holmes, Drake, Kelsey Odgers ve Wilson (2017) yeme bozukluğu olan kadınlarla yaptıkları ve feminist yaklaşımı kullandıkları bir araştırmada 10 oturumluk grupla psikolojik danışma müdahalesinin etkilerini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda yapılan grup müdahalesinin kadınların suçluluk duygularını azaltma ve yaşadıkları sorunu kültürel bağlama oturtmalarına yardımcı olduğunu bu temelde feminist yaklaşım temelli grup müdahalelerinin kadınların nesneleşmesi, kimliği ve iştahı ile ilgili baskın ideolojilerden bir "koruma" biçimi olarak işlev görebileceğini saptamışlardır. Bergner, Remer ve Whetsell, (1985) tarafından yapılan bir araştırmada ise kadınların olumsuz beden algılarını dönüştürmeyi amaçlayan ve Feminist Terapi'nin ilkelerine göre yürütülen 8 haftalık grupla psikolojik danışma programının etkisi incelenmiştir. Üç deney ve bir kontrol grubunun yer aldığı çalışmada, grupların birinde görsel birinde kinestetik, birinde ise görsel-kinestetik teknikler kullanılmıştır. Kontrol grubuna ise herhangi bir işlem uygulanmamıştır. Yapılan araştırmada görsel ve görsel-kinestetik teknikler kullanılan grupların beden algılarında ve benlik algılarında kontrol grubuna göre olumlu yönde değişiklikler olduğu saptanmıştır.

Feminist Terapi'nin farklı gruplarda da kullanıldığı gözlenmektedir. Örneğin Tekindal (2015) tarafından yapılan bir çalışmada engelli çocuğu olan annelere yönelik feminist grup çalışması uygulaması yapılarak kadınların benlik saygısını yükseltme, toplumsal cinsiyet tutumlarının daha eşitliğe dayalı olmasını sağlama ve kadınların güçlenmeleri için bilinç gelişimini sağlama amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre kadınların topluluk önünde kendilerini ifade etme, yaşadıkları ortak deneyimleri paylaşma ve değerlendirme, birbirlerine güvenerek empati kurma, meydan okuma stratejileri geliştirme, seslerini çıkarma, kendi düşünce duygu ve ihtiyaçlarını ifade etmeye başlama davranışları gelişmiştir.

Arıcı-Şahin (2017) tarafından evli çiftlerle yürütülen ve feminist yaklaşıma dayalı ilişki geliştirme programının evli çiftlerin güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumlarına etkisinin incelendiği bir çalışmada Feminist Yaklaşıma Dayalı İlişki Geliştirme Programının; deney grubundaki evli bireylerin güç paylaşımı, ilişki yönelimi ve çift uyumu düzeylerini arttırmada istatistiksel açıdan etkili olduğu saptanmıştır.

Toplumsal cinsiyet olgusu ile ilgili yapılan çalışmalardan bazıları ise bu olguya yönelik kalıp yargıların değişmesini sağlamaya yönelik eğitim/psikoeğitim programlarının etkililiklerinin incelenmesine yönelik araştırmalardır. Örneğin Altınova (2009) yaptığı bir araştırmada, yaratıcı drama yönteminin kadınların özsaygı düzeyi ve toplumsal cinsiyet bilinci üzerindeki etkisini incelediği çalışma bu örneklerden biridir. 26'sı deney 25'i kontrol grubunda olmak üzere toplam 51 kadın ile gerçekleştirdiği kontrol gruplu ön test-son test modelinin kullanıldığı deneysel çalışmada 12 oturumluk "Yaratıcı Drama Yöntemiyle Özsaygı ve Toplumsal Cinsiyet Bilincini Geliştirme Programı"nı uygulamıştır. Araştırma sonucunda deney ve kontrol gruplarından elde edilen sonuçlara göre, kadınların; özsaygı düzeylerinin arttığı, cinsiyet rolleri bakımından androjen özellikler göstermeye başladıkları ve toplumsal cinsiyet algılarının olumlu yönde değiştiği gözlenmiştir. İzleme çalışması ile bu etkilerin büyük oranda devam ettiği görülmüştür. Özcan (2012) ise, yaptığı bir araştırmada üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rol tutumlarına yönelik verilen eğitimin bu tutumlar üzerine etkisini incelemeyi amaçlamıştır. Çalışma ön test-son test tek gruplu model ilkelerine uygun deneysel bir çalışmadır. Örneklemenin 40 öğrenciden oluştuğu bu çalışmada öğrencilere 9 oturumluk toplumsal cinsiyet eğitimi verilmiştir. Bu eğitimin sonucunda öğrencilere toplumsal cinsiyete yönelik verilen eğitimin öğrencilerin toplumsal cinsiyet tutumlarında geleneksel tutumdan eşitlikçi tutuma doğru olumlu yönde değişime neden olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak yapılan çalışmalar incelendiğinde feminist terapi temelli grupla danışma müdahalelerinin ve/veya toplumsal cinsiyete yönelik tutumlarını değiştirmeye yönelik grup çalışmalarının olumlu çıktıları olduğu gözlenmiştir. Yapılan çalışmalar sayıca oldukça az olmasına rağmen dünyanın çeşitli yerlerinde bu çabaların olduğunu görmek hem toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin evrensel oluşuna hem de var olan kalıpyargıların değişimine yönelik çabaların sürdüğüne işaret etmektedir.

3. MATERYAL ve YÖNTEM

Bu bölümde yapılan araştırmanın deseni, çalışma grubu, uygulanan grupla danışma programının içeriği, programın uygulanması, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Deseni

Bu araştırma öntest – sontest kontrol gruplu yarı deneysel bir araştırmadır. Öntest-Sontest kontrol gruplu desen olarak da bilinen bu desende yansız atama kullanılamaz. Desende hazır grupların ikisi belli değişkenler üzerinde eşleştirilmeye çalışılır (Büyüköztürk ve diğerleri, 2010). Bu çalışmada, kullanılan 2x2'lik desen Tablo 3.1'de verilmiştir:

Tablo 3.1. Araştırma Deseni

Gruplar	Öntest	İşlem (FTT-GPDP-9 Hafta)	Son – test
Deney (13 kişi)	01.1	X	01.2
Kontrol (Kontrol Grubu, 13 Kişi)	02.1		02.2

Tablo 3.1'de görüldüğü gibi araştırmanın bağımlı değişkenleri genç kadınların psikolojik güç ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeyleridir. Araştırmanın bağımsız değişkenini ise deney grubuna uygulanan “Feminist Terapiye Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Programı” oluşturmaktadır.

X: Deneysel işlem (Müdahale Programı)

01.1 : Deney grubunun ön ölçümü

01.2 : Deney grubunun son ölçümü

02.1 : Kontrol grubunun ön ölçümü

02.2 : Kontrol grubunun son ölçümü

Araştırma için Mersin Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 25.03.2020 tarihli ve 034 karar sayılı etik kurul izni (Ek 1) alınmıştır. Belirlenen araştırma deseni doğrultusunda, grup süreci başlamadan 1 hafta önce deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcılara İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Ölçeği, Kadın Psikolojik Güç Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu ön test olarak uygulanmıştır. Grupla psikolojik danışma sürecinde deney grubuna haftada bir iki saat olmak üzere araştırmacının liderliğinde 9 hafta boyunca grupla psikolojik danışma programı uygulanmış; kontrol grubuna ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. Grupla danışma süreci bittikten sonraki hafta içerisinde grup üyelerine son testler uygulanmıştır. Araştırmanın başında uygulanması planlanan izleme testleri ise COVID-19 pandemisinde

üniversite eğitime ara verilmesi nedeniyle uygulanamamıştır. Araştırma süreci Tablo 3.2’de verilmiştir

Tablo 3.2. Araştırma Süreci Aşamaları

1. Grup süreci için duyuruların yapılması ve katılımcıların seçilmesi
2. Gönüllü katılımcılarla ön görüşme toplantısı ve Gönüllülük Formunun(Ek 2) imzalanması
3. Hazırlanan uygulama formlarının ön-test olarak deney ve kontrol gruplarına uygulanması
4. Grupla psikolojik danışma oturumlarının yürütülmesi
5. Deney ve kontrol gruplarına son-testlerin uygulanması

3.2. Katılımcılar

Deneyssel ve yarı-deneyssel araştırmalarda grupların oluşturulması yansız atama veya eşleştirme şeklinde yapılabilmektedir. Bu araştırmada deney ve kontrol grupları grup eşleştirme yöntemiyle oluşturulmuştur. Grupların eşleştirilmesinde deney ve kontrol grupları çeşitli özellikler açısından benzer ortalamalara sahip olması gerekmektedir (Büyüköztürk ve diğ., 2010). Programın içeriği ve katılım talebine ilişkin duyurular dersler esnasında sınıflarda yapılmıştır. Başvuran öğrencilerle görüşüldükten ve programa katılımın koşulları açıklandıktan sonra katılabileceğini belirten öğrencilere gönüllülük formu imzalatılmıştır. Gruba üye seçiminde gönüllülük esas alınmıştır. Uygulama 2019 - 2020 eğitim-öğretim yılında yapılmıştır. Bu araştırmanın çalışma grubunu Akdeniz Bölgesindeki bir üniversitede okumakta olan 26 genç kadın (13 kişi deney, 13 kişi kontrol grubunda olmak üzere) oluşturmaktadır. Tablo 3.3’de deney ve kontrol gruplarına ait betimsel bilgiler sunulmuştur.

Tablo 3.3. Çalışma Grubuna Ait Betimsel Bilgiler

Değişkenler		Deney Grubu		Kontrol Grubu	
Yaş		F	%	F	%
21		3	23.1	3	23.1
22		3	23.1	3	23.1
23		4	30.8	4	30.8
24		3	23.1	3	23.1
Romantik İlişki		F	%	F	%
Evet		6	46.2	8	61.5
Hayır		7	53.8	5	38.5

Tablo 3.3’te görüldüğü gibi araştırmaya katılan genç kadınların yaşları 21-24 aralığındadır. Katılımcıların 14’ü romantik ilişkisi olduğunu belirtirken 12’si ise romantik ilişkisi olmadığını ifade etmiştir. Katılımcıların tümü bekâr ve 4. Sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu nedenle Tablo 3’e sınıf ve medeni durum değişkenleri eklenmemiştir.

3.3. Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı'nın (FTT-GPDP) Geliştirilmesi ve Uygulanması

Bu bölümde FTT-GPDP'nin kuramsal temelleri, amacı, özel amaçları, yapılandırılma süreci ve oturumların içeriği ile ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

3.3.1. Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı'nın Kuramsal Temelleri

Bu araştırma kapsamında geliştirilen FTT-GPDP'nin kuramsal temelleri Feminist Terapiye dayanmaktadır. Feminist Terapide güçsüzlüğün aşındırıcı olduğu vurgusundan (Brown, 2006) ve gücün güçsüzlere nasıl ulaştırılabileceğine odaklanılması gerektiğinden hareketle (Brown, 2006; Murdock, 2013; Worell ve Remer, 2003; Johnson, Worell ve Chandler, 2005) gruba katılan kadınların güçlendirilmesi ve içselleştirilen cinsiyetçiliğin azaltılması amaçlanmıştır.

Güçlenmenin en önemli boyutlarından biri olan ve diğer güçlenme boyutlarını da etkileyen psikolojik güçlenmenin artırılması hedeflenmiştir. Çünkü bireyin içinde bulunduğu koşulları değiştirebileceğine yönelik inancı ve değişimi hedefleyen etkinliklere katılma isteği olmadığında güçlenmesi zordur (Francina ve Joseph, 2013: 169). Psikolojik güçlenme özgüven, benlik saygısı, kontrol duygusu, daha geniş bir bağlamda benlik algısı ve onuru güçlendirmeye destek olan dönüşüm süreçlerinin temelini oluşturan temel öğeler kümesidir (Rowlands, 1997: 129-130) ve bu güçlenmenin özü ise kadının kültürden veya bağlamdan kaynaklanan toplumsal cinsiyet rollerinden çıkabilmesi (Francina ve Joseph, 2013: 166) olarak ifade edilmektedir. Kültürden ve bağlamdan kaynaklanan rollerden sıyrılabilme ise çoğunlukla içselleştirilen cinsiyetçiliğin etkisini fark etmeye ve buna karşı çıkabilmeye bağlıdır. Bu nedenle grubun kadınların güçlenmesi ve içselleştirilen cinsiyetçiliğin azaltılması hedeflenmiştir.

Grubun genel amacı doğrultusunda Worrel ve Remer (2003: 95) tarafından önerilen güçlendirici Feminist Terapi modelinin dört temel ilkesine (1. *Kişisel ve Sosyal Kimlikler Birbiriyle Bağlantılıdır*, 2. *Kişisel Olan Politikadır*, 3. *İlişkiler Eşitlikçi Olmalıdır* 4. *Kadınların Perspektifleri (deneyimleri) Değerlidir*) uygun bir şekilde tasarlanmıştır.

Grup sürecinde bazı psikodrama etkinliklerinden ve masallardan da bilinç yükseltme ve farkındalık kazandırma amacıyla yararlanılmıştır. Özellikle toplumsal cinsiyet eşitliği/eşitsizliği ile ilgili literatürde masalların toplumsal cinsiyet ayrımını pekiştirmesine yönelik eleştirilerde göz önünde bulundurularak (Artun, 2012; Gün, 2008; Sezer, 2004) masalların toplumsal cinsiyet eşitliği/eşitsizliği çerçevesinde analiz edilmelerine grup sürecinde yer verilmiştir.

Masallar olağanüstü bir atmosferde, tipler, birer şablon olan olaylar ve değerlerle kurgulamalar yapmaktadır. Masallar toplumların kültürel yapısına uyum sağlamak ve dünyanın her yerinde bir benzeriyle karşımıza çıkmaktadır. Masallar özellikle erginlenme, yetişkin

yaşamının kuruluş süreci (evlilik, vs.) ve toplumsal cinsiyet rollerini genel ahlâka göre dinleyenlere aşılacaktır (Sezer, 2004). Yazılı edebiyatın gelişimiyle daha eril bir karaktere bürünen masalların ataerkil bir perspektifle tekrar yazıldığı ve toplumsal cinsiyete uygun sosyalizasyon süreçlerinde kullanıldığı belirtilmektedir (Pekşen, 2017). Masallarda ataerkil kadınlık anlatısını iyi – kadın / kötü kadın ikiliği üzerinden gözlemlemek mümkündür. Masallarda iyi olmak güzel olmakla, kötü olmak ise çirkin olmakla özdeşleştirilmektedir. Bahsedilen güzellik ise genelde erkek beğenisine göre tasvir edilen beden imajına bağlıdır. Masallara göre güzel olan kadın iyi bir baht umabilir, çirkin olan ise en sonunda layığını bulur (Yüksel, 2011). Özellikle iyi kadın – kötü kadın ikiliği ile masallarda kadınlar arası dayanışmayı kıran ve kadınlar arası rekabeti yerleştirmeye çalışan bir anlayış söz konusudur. Masallarda, kadınların hangi durumda ödüllendirileceği ve hangi durumlarda cezalandırılacağı da gösterilmektedir. Örneğin masallarda, var olan durumlarına isyan eden, kaderlerini değiştirmek isteyen ve ya verilen öğütleri tutmayan kızların başlarına hep kötü şeyler gelmesi buna örnektir. Masallardaki Kötü kadınlar ise erkeğin sahip olması gereken kızgınlık, intikam, öfke gibi duygulara sahiptirler ve kaderlerine boyun eğmemektedirler. Masalın sonunda cezalandırılan da kadının bu bağımsız karakteri olmaktadır (Yüksel, 2011). Bu çerçevede masalın feminist bir perspektifle eleştirel olarak ele alınabileceği düşünülmüştür. Bu nedenle grup sürecinde masallar feminist eleştirel bir yorumla ele alınmıştır. Feminist eleştirinin gerçekleştirmeye çalıştığı farklı bir ideolojik okumadır. Amaç sanat eserini değerlendirmek değil, onlar aracılığıyla cinsiyetçi yapılanmayı deşifre/ teşhir etmektir (Yaraman, 2009).

Grup sürecinde yararlanılan ve Feminist Terapiye entegre edilen bir diğer yaklaşım Psikodrama'dır. Psikodrama J.L. Moreno tarafından geliştirilmiş olan bir grup psikoterapisi yöntemidir (Hawort, 2005). Psikodrama teorisi, insanları öncelikle sosyal varlıklar olarak görmektedir. Moreno'ya göre spontanlık psikolojik sağlığın bir göstergesidir ve insanın sosyal atomu yani içinde yaşadığı yakın çevre spontanlığı geliştirebilir veya engelleyebilir. Kültürel olarak kalıplaşmış (conserves) yapılar spontanlığı engelleyen önemli faktörlerdir. Bu kalıplar cinsiyet rolü olarak da karşımıza çıkmaktadır. Psikodramada rol önemli bir kavramdır, roller üstlenilebilir, değiştirilebilir, sadeleştirilebilir detaylandırılabilir ve vazgeçilebilir. Bu özgürleştirici bir derstir. Öğrenilen ve korunan/kalıplaşan rollere ilişkin toplumsal cinsiyet rollerine yönelik feminist bir uygulama bu kalıpların belirli bir kültürde kadın ve erkeklerin kendiliğinden davranışsal tepkilerini nasıl sınırladığını görmesini sağlayabilmektedir (Worel ve Remer, 2003).

Psikodrama Feminist Terapi'nin ilkeleriyle de uyumludur. Örneğin feminist terapistler danışanların sosyal konumları hakkında farkındalıklarını yükselterek ve sorunlarını sosyokültürel bağlamları içinde çerçeveleyerek danışanları güçlendirmeye çalışır. Benzer şekilde, kültürel kalıpların bireylerin davranışları üzerindeki etkisi, psikodrama teori ve uygulamasının

temel odak noktasıdır. Psikodrama rol teorisi, rollerin kültüre bağlı doğasını ele alır, danışanların kültürel rollerini anlamının önemini vurgular ve rol oluşturma stratejilerini kullanarak toksik kültürel rol kısıtlamalarına meydan okumalarına yardımcı olmaya odaklanır. Bu durum ise “kişisel ve sosyal roller birbiriyle bağlantılıdır” ilkesine uygundur. Moreno patolojinin kaynağı olarak sosyal çevreyi ve kalıpları göstermektedir. Bunun karşısı ise spontanlıktır. Bu nedenle, teorisinin özü, kişisel olanın sosyal olduğu fikrine dayanmaktadır. Bu durum ise Feminist Terapi’nin “kişisel olan politiktir” ilkesiyle uyumludur. Paylaşımaya yapılan vurgu ise “ilişkiler eşitlikçi olmalıdır” ilkesiyle uyumludur. Psikodrama teorisi, kadınların deneyimlerinin birçok yönüne değeri verir ve diğeri insanlarla ilişkilerin önemini vurgular. Psikodramada kullanılan teknikler (tele, rol değıştirme, vb.) kadının ortak değeriğerlerinin ve güçlü yanların oynadığı önemli rolleri gösterir. Tüm kadın grupları, kadınların yalnızca ortak sorunlarını değeri, aynı zamanda ortak güçlerini keşfetmelerini de kolaylaştırabilir. Bu özellikler ise “kadınların perspektifleri değeriğerlidir” ilkesine uygundur (Worell ve Remer, 2003). Grup sürecinde Feminist Terapiye entegre edilen psikodrama temelli etkinlikler kültürel analiz, cinsiyet rolü analizi, cinsiyet rolü müdahalesi, güç analizi ve güç mücadelesi teknikleri kapsamında kullanılmıştır. Bu çerçevede rol oynama, çeşitli oyunların oynanması, çizimler yapma, spontan hikâye yazma, vb. teknikler kullanılmıştır.

Grup sürecinde Feminist Terapi çerçevesinde kullanılan teknikler ve amaçları Tablo 3.4’te sunulmuştur:

Tablo 3.4. Grup Sürecinde Feminist Terapi Çerçevesinde Kullanılan Teknikler

Oturum	Teknik	Tekniğinin Adı	Amaç
1. Oturum	1. Tanışmak ve ortak hedefleri belirlemek	1. Tanışma etkinliği ve Tahta Kaşıklar hikâyesinin grup süreci çerçevesinde yorumlanması	1. Tanışmak ve ortak hedefleri belirlemek.
2. Oturum	1. Cinsiyet rolü analizi 2. Cinsiyet rolü analizi	1. Kırmızı Başlıklı Kız Masalı’nın Feminist Perspektifle Ele Alınışı 2. Kişisel Cinsiyet Rollerini Sosyalleşmesini Tarihi	1. Toplumun kadınlara çocukluk ve ergenlikte dayattığı rolleri fark etmek 2. Cinsiyet rollerinin nasıl edinildiğinin farkına varmak.
3. Oturum	1. Cinsiyet rolü ve kimlik gelişimi Analizi 2. Cinsiyet Rolü Müdahalesi	1. Külkedisi Masalı’nın Feminist Perspektifle Ele Alınışı 2. Roller ve Ayakkabılar etkinliği	1. Toplumun kadınlara romantik ilişkiler bağlamında dayattığı rolleri fark etmek. 2. Kişisel olarak sahip olduğu rolleri fark etmek ve değıştirmek istediği rolleri hakkında farkındalık kazanmak

Tablo 3.4. (devamı)

4. Oturum	1.Cinsiyet analizi 2. Cinsiyet Rolü Müdahalesi	rolü	1. Çirkin Ördek Yavrusu Masalı'nın Feminist Perspektifle Ele Alınışı 2. Beden İmajı Etkinliği (Bedeninin Resmini çizme ve bedeninde beğendiği ve beğenmediği yönlerin listesini yapma)	1.Kadına dayatılan güzellik standartları ve bunların beden algısı üzerindeki etkileri hakkında farkındalık geliştirmek 2. Olumlu beden algısı geliştirmek
5. Oturum	1. Cinsiyet Rolü Analizi 2. Atılganlık Eğitimi	Rolü	1. Pamuk Prenses Masalı'nın Feminist Perspektifle Ele Alınışı 2. Balon Etkinliği	1.Cinsiyetçi rekabete ilişkin toplumdan aldıkları mesajlar hakkında farkındalık geliştirmek 2.Rekabet etmeye yönelik beceri geliştirmek
6. Oturum	1. Güç analizi ve cinsiyet rolü müdahalesi 2. Cinsiyet rolü müdahalesi	rolü	1. Süper kahraman olduğunu hayal etme oyunu ve güce yönelik algı etkinliği 2. Kontrol kimde etkinliği	1.Grup üyelerinin toplumda erkek ve kadın olma arasındaki güç farklılığı hakkında iç görü kazanması ve kendi gücünün farkına varması
7. Oturum	1. Güç Analizi ve Güç Mücadelesi 2. Güç Analizi ve Güç Mücadelesi		1. Kukla Oyunu 2. Rol oynama	Grup üyelerinin gücün olumsuz kullanımı ve güçsüzlüğün etkileri konusunda farkındalık geliştirmeleri
8. Oturum	1. Cinsiyet Rolü Analizi 2. Güç Analizi	Rolü	1. Denizkızı masalının Feminist Perspektifle Ele Alınışı	Katılımcıların aşırı fedakârlık ve benlik kaybı hakkında farkındalık geliştirmelerini sağlamak
9. Oturum	1. Bilinç yükseltme, benlik saygısı, işbirliği ve dayanışmayı geliştirme		1. Ev ödevleri ve sevgi bombardımanı etkinliği	Katılımcıların süreçte edindikleri farkındalıkları pekiştirmek, kendileri ve grup arkadaşları hakkında olumlu duygular geliştirmek ve gruptan olumlu duygularla ayrılmak.

Tablo 3.4'te grup sürecinde Feminist Terapi'nin tekniklerine uygun olarak yapılandırılan spesifik etkinlikler ve bunların amaçları yer almaktadır. Grup sürecinin kendisi de başlı başına Feminist Terapide yer alan bilinç yükseltme grubu tekniği çerçevesinde ele alınabilir. Ayrıca grup sürecinde içerik ve duygu yansıtma, kendini açma, vb. teknikler de kullanılmıştır.

3.3.2. Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı'nın Yapılandırılması

Bu çalışmada genç kadınların içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeylerinin azaltılması ve psikolojik güçlenmelerinin arttırılması amacıyla “Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı” (FTT-GPD) adıyla bir program geliştirilmiştir. Brown’a (2004) göre, genel olarak psiko-eğitim gruplarının planlanmasında sekiz aşama izlenmektedir. Bunlar; grubun amaçlarının ortaya konması, hedef kitlenin kararlaştırılması, hedefler ve beklenen sonuçlarının belirlenmesi, alanyazının gözden geçirilmesi, çevresel faktörlerin belirlenmesi, oturumların planlanması, eğitim stratejileri ve materyallerin seçilmesi ve en son aşama değerlendirmedir. Bu çerçevede ilk önce amaçlar belirlenerek hedef kitleye karar verilmiştir. Grup çalışmasının beklenen sonucu kadınlarda içselleştirilmiş cinsiyetçiliğin azaltılması ve algıladıkları psikolojik gücün yükselmesidir. Daha sonra grup oturumlarının nerede yapılacağı kararlaştırılarak oturumlar hazırlanmaya başlanmıştır. Bu çerçevede içselleştirilmiş cinsiyetçilik ve kadının güçlenmesi/güçlendirilmesi ile ilgili alanyazın incelenmiştir. Daha sonra grup sürecinde kullanılacak etkinlikler ve bunlara uygun malzemeler hazırlanmıştır. Aşağıda grup süreci özetlenmiştir.

3.3.3. Grup Oturumları

1. Oturum: Tanışma, Amaçların Belirlenmesi ve Grup Kurallarının Oluşturulması

Diğer grupla psikolojik danışma programları ve psikoeğitim programlarında olduğu gibi bu programda da ilk hafta için amaç tanışma, amaçların belirlenmesi ve grup kurallarının oluşturulması olarak belirlenmiştir. Bu çerçevede ilk olarak “Tanış ancak arkadaşının ismini unutma” (Gürgen, 2006) isimli tanışma etkinliği uygulanmıştır. Normalde oyun önce liderin ismini söylemesi, yanındaki üyenin liderin ismini ve kendi ismini söylemesi, onun yanındaki üyenin ise kendinden önce gelen tüm arkadaşlarının isimlerini öncelikle söyleyerek daha sonra kendi ismini söylemesi ve kendinden önceki isimleri unutan üye, unuttuğu kişiye adını sorarak tekrar en baştan itibaren grup arkadaşlarının isimlerini söyleyerek oynanmakta ve tüm grup üyeleri birbirlerinin isimlerini unutmadan söyleyip bitirinceye kadar devam etmektedir (Gürgen, 2006). Ancak bu etkinlik araştırmacı tarafından üyelerin kendilerini tanımalarını da kolaylaştırması için kendi ismini isminin baş harfiyle başlayan bir sıfatla nitelendirerek gerçekleştirilmiştir. Böylece hem üyelerin tanışması hem de üyelerin kendilerini tanımlayan sıfatlar üzerinde düşünmesi sağlanmaya çalışılmıştır. Daha sonra grubun amaçları katılımcılar ile birlikte ele alınmıştır. Grup süreci ile ilgili bilgi verilmiş ve grup kuralları oluşturulmuştur. Grup kuralları oluşturulurken Feminist Terapi’nin “İlişkiler Eşitlikçi Olmalıdır” ve “kadınların deneyimleri değerlidir” ilkelerinden hareketle kurallar üyelerle birlikte oluşturulmuş ve grupta

herkesin eşit söz hakkı olduğu, üyelerin birbirlerini dikkatle dinlemeleri, yargılamak yerine birbirlerini anlamaları, desteklemeleri ve ortak yaşantılarını paylaşmaları, üyelerinin birbirlerine güven sarsıcı ve zarar verici davranmalarına izin verilmeyeceği, grupta paylaşılan özel yaşantıların gizliliği, etkinliklere katılım, karşılıklı saygı kendini açma kuralları oluşturulmuştur. Diğer kurallar ise grup sürecinin işleyişine yöneliktir. Grup kuralları Ek 3'te verilmiştir. Grupta herkesin eşit hakka sahip olduğu ve grubun işbirliğinin önemi vurgulanmış ve bu temelde "Uzun Kaşıklar" (Peseschkian, 1998) hikâyesi okunarak bu hikâyedeki kişiler gibi grup sürecini verimli veya verimsiz kullanmanın katılımcıların birbirleriyle olan etkileşimine ve işbirliğine bağlı olduğu vurgulanmıştır. Bu hikâye aracılığıyla grup sürecinde işbirliği ve ortaklığın güçlendirici etkisi vurgulanmıştır. Oturumun sonlarına doğru üyelerin davranışsal amaç belirlemeleri için davranışsal amacın ne olduğu anlatılmış ve üyelerin somut bir amaç belirlemeleri sağlanmaya çalışılmıştır. Amaçların genellikle cinsiyet eşitliğine yönelik farkındalık kazanmak ve kadın olarak daha güçlü ve özgüvenli hissetmek konularına yoğunlaştığı gözlenmiştir. Amaç belirleyemeyen üyelerin hafta içerisinde düşünmeleri ve gelecek oturumda amaçlarını açıklayabilecekleri belirtilmiştir. Son olarak üyelerin oturum boyunca nasıl hissettikleri ve eklemek istedikleri bir şey olup olmadığı sorularak oturum sonlandırılmıştır. Üyelerin genel olarak oturumu çok keyifli ve rahatlatıcı buldukları gelen geri bildirimlerde göze çarpmıştır.

2. Oturum: Çocukluk ve Ergenlikte Cinsiyet Rolü

Bu oturumda grup üyelerinin kadın olarak toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında çocukluk ve ergenlikte toplumdan ve aileden aldıkları mesajları tanımları ve bu mesajların hayatlarındaki etkisinin farkına varmaları amaçlanmıştır. Bu çerçevede kısa bir sohbet ve önceki davranışsal amaç belirlemeyen üyelerin amacına ilişkin yapılan konuşmalardan sonra "Kırmızı Başlıklı Kız" hikâyesi okunmuş ve hikâyenin feminist perspektiften eleştirel bir biçimde nasıl ele alınabileceği tartışılmıştır. Masal yorumlanırken Fromm (2003) tarafından yapılan eleştirel yorum baz alınmıştır. Kırmızı başlıklı kız, regl olmaya ve dolayısıyla yetişkin olmaya ve cinselliğiyle karşı karşıya kalmaya başlayan bir kadın olarak yorumlanmıştır. Yoldan sapmama ve şeyi kırmama ikazları ise cinselliğin tehlikelerine ve namusun yitirilmesine işaret etmektedir. Bu masaldaki kurt saldırgan ve kandırıcı erkekleri sembolize etmektedir. Bu çerçevede grup üyelerinden namus kavramından kaynaklı ailede ve toplumda karşılaştıkları engellemeler ve baskılar konusunda paylaşım alınmıştır. İki grup üyesi masaldakine benzer olarak sürekli eve erken gelme baskısı yaşadığını ama aynı evde yaşayan abilerinin benzer kısıtlamaları yaşamadıklarını belirtmişlerdir. Üyelerden biri doğu kültüründen geldiğini ve bu nedenle namus konusunda daha çok baskıyla karşılaştığını belirtirken Türkiye'nin batısında doğan bir üye ise aynı baskıyı hatta zaman zaman fiziksel şiddet de içeren bir biçimde yaşadığını ifade etmiştir. Bu çerçevede etkinlik Feminist Terapi tekniklerinden hem cinsiyet rolü analizi hem de kültürel analizin ölçütlerine uymaktadır.

Oturumda ikinci etkinlik olarak Kişisel Cinsiyet Rollerini Sosyalleşiminin Tarihi isimli etkinlik yapılmıştır. Bu etkinliğin amacı cinsiyet rollerinin gelişim dönemleri içerisinde nasıl edinildiğine ilişkin farkındalık oluşturmaktır. Bu çerçevede çocukluk ve ergenlikte çevreden alınan mesajların neler olduğu ele alınmıştır. Genellikle dikkat etmek, toplumsal kurallara uymak, ailenin başını belaya koymamak vb. mesajlar alındığı üyeler tarafından ifade edilmiştir. Özellikle cinsiyet rollerinin edinilmesinde ve devam ettirilmesinde annelerin etkili olduğu gelen paylaşımlarda öne çıkan bir husus olmuştur. Örneğin bir üye annesinin “sen kızsın göğüslerin büyüdü öyle koşamazsın artık, otururken kalkarken dikkat edeceksin” diyerek kısıtlayıcı mesajlar aldığından bahsederken başka bir üye annesinin “abine şunu getir, bunu getir, vb.” gibi mesajlara maruz kaldığını, bir diğer üye ise sakız çiğneme, yüksek sesle gülme vb. konularda kısıtlayıcı mesajlar aldığını belirtmiştir. Bir üye, ailesinin bu mesajlarını çocuğunu koruma olarak algıladığını ama bu oturumda bunların aslında cinsiyet rollerinin devam etmesine katkıda bulunan mesajlar olduğunu fark ettiğini ifade etmiştir. Oturumun sonunda üyelerin oturumu değerlendirmeleri istenmiş ve üyeler genel olarak farkındalıklarının arttığını, özellikle hikâye üzerinden yapılan değerlendirmeden çok etkilendiklerini ifade etmişlerdir. Oturumun Feminist Terapi’nin her dört ilkesine uygun bir seyir izlediği ve doğrudan Feminist Terapi teknikleri olan cinsiyet rolü analizi ve kültürel analizi içermesi açısından grubun amacına uygun bir biçimde işlediği görülmüştür.

3. Oturum: Romantik İlişkilerde Cinsiyet Rolü

Üçüncü oturumda kadınların ataerkil toplumun dayattığı ve kendilerine zarar veren rolleri fark etmelerine yardımcı olma ve kadınları bu rollerden çıkmaları konusunda cesaretlendirme amaç olarak belirlenmiştir. Gruba ısınma amaçlı kısa bir sohbetten sonra “Hangi masal kahramanıdır” etkinliği yapılmıştır. Bu etkinlikte amaç grup üyelerinin kendilerine yönelik farkındalık kazanmaları ve masallarla bağ kurmalarının kolaylaştırılması hedeflenmiştir. Daha sonra “Külkedisi” masalı okunarak üyelerden masalla ilgili kendilerine çarpıcı gelen bir veya iki sahneyi çizimleri istenmiştir. Üyelerden gönüllü olanlar çizimlerini paylaştıktan sonra masal romantik ilişkilerde kadınlara dayatılan roller çerçevesinde feminist bir perspektifle yorumlanmıştır. Masadaki semboller (cam ayakkabı- kadının uyması gereken eril zihniyet, bekâret, prens-erkeklerin zengin olma zorunluluğu, külkedisi ve üvey anne ile üvey kardeşler -iyi kadın - kötü kadın ikilemleri ve ailenin korunması mesajı, kadınlar arası rekabetin yeniden üretilmesi, külkedisinin sessizliği ve hamaratlığı - kadınlara sabretmeleri, hamarat olmaları ve şikâyet etmemeleri halinde ödüllendirilecekleri vaadi) teker teker ele alınarak katılımcıların bu konudaki farkındalıkları arttırılmaya çalışılmıştır. Grup üyelerinin iyi kadın, iyi partner, vb. toplumun bakış açısına uygun davranmak için kendilerini kalıplara sıkıştırmak zorunda kalıp kalmadıkları sorgulanmış ve bu çerçevede üyelerden biri bu konuda ailesinde ciddi baskı yaşadığından bahsetmiştir. Bir üye masalda külkedisinin ancak güzel elbiselerle ve ayakkabılarla

görünür hale geldiğine vurgu yaparken bir diğer üye ise kızların zengin erkek yani prens için yarışmasına vurgu yapmıştır. Yine cam ayakkabının rahatsızlığı ve kırılabilirliği üyeler tarafından dikkat çekici bulunmuştur.

Masal yorumlandıktan sonra “Ek 4’te verilen Rol Örnekleri formu dağıtılmış ve katılımcıların cinsiyet rolleri olarak belirlenen özelliklerin hangilerine sahip olup hangilerine sahip olmadıklarını saptamaları istenmiştir. Bu çerçevede üyeler aslında erkeğe ait olarak sunulan rollerden bazılarını da sahip olduklarını fark etmişlerdir. Tespit ettikleri rollerden hangilerini bırakmak istedikleri sorularak süreç devam ettirilmiştir. Son olarak Ek 5’te verilen Ayakkabılar etkinliği (Altınova, 2009) yapılarak üyelerin kendilerini sınırlayan cinsiyet rollerini ayakkabılarla sembolize etmeleri istenmiştir. Bu etkinlikle hem okunan masalla hem de roller etkinliğiyle bağlantılandırılarak üyelerde toplum tarafından sıkıştırıldıkları cinsiyet rollerini bırakma konusunda farkındalık geliştirilmeye çalışılmıştır. Bu çerçevede, oturumda cinsiyet rolü analizi ve cinsiyet rolü müdahalesi teknikleri kullanılmıştır. Oturum Feminist Terapi’nin her dört ilkesine uygun bir seyir izlemiş ve oturum sonunda üyelerden gelen sözlü geribildirimlerde oturumda yapılan etkinlikleri verimli buldukları gözlenmiştir.

4. Oturum: Beden Algısı

Bu oturumun amacı üyelerin kadına dayatılan güzellik standartları ve bunların beden algısı üzerindeki etkileri hakkında farkındalık kazanması ve olumlu beden algısı geliştirmesi olarak belirlenmiştir. Oturumun başında ısınma amaçlı kısa bir sohbet ve geçen haftanın kısa bir özeti yapılmıştır. İçselleştirilmiş cinsiyetçiliğin bir biçimi olarak kendini nesneleştirmenin ve toplumun gerçekçi olmayan güzellik standartlarına göre kendini değerlendirmenin azaltılması amacıyla bu oturumda “Çirkin Ördek Yavrusu” isimli masalı feminist bir perspektifle okunarak değerlendirilmiştir. Bu çerçevede masaldaki semboller de kullanılarak toplumun dayattığı güzellik standartlarının gerçekliği sorgulanmıştır. Daha sonra Beden İmajı Etkinliği (Gruys, 2014) yapılmıştır. Bu etkinlikte katılımcılardan kendi bedenlerini çizmeleri istenmiş ve kendi bedenleri ile ilgili 5 olumlu ve 1 olumsuz özellik yazmaları istenmiştir. Bu etkinlikte katılımcıların olumlu beden algısı geliştirmeleri hedeflenmiştir. Bu etkinlikten sonra yapılan paylaşımlarda üyelerden biri ilk defa bedeni hakkında olumlu bir tanımlama yaptığını belirtmiştir. Diğer bir üye sürekli daha uzun boylu olması gerektiğini ama grupta uzun boylu olup bundan şikâyetçi olan bir üye ile etkileşimi sonucunda bu algısının değiştiğini ifade etmiştir. Üyenin şu sözleri oldukça çarpıcıydı: *“Uzun boylu olup da memnun olmayan da varmış bunu gördüm. Ya da çok zayıf olup da memnun olmayanlar da varmış. Kesinlikle kadınlar tek tipe indirgenmeye çalışılıyor, böyle bir şeyin olmaması gerekiyor. Yani şunu fark ettim ki aslında ben bu şekilde mutluymuşum. Çevrenin dayatması ya da sürekli kendimi başka kişilerle kıyaslamam beni ben olmaktan çıkartıyor ve artık onların rolüne girmeye başlıyordum.”* Bu ifadeler oturumda yapılan cinsiyet rolü analizi ve cinsiyet rolü

müdahalesi etkinliklerinin etkili olduğunu göstermesi açısından önem taşımaktadır. Bu çerçevede oturumun amacına uygun işlediği gözlenmiştir. Oturumun sonunda katılımcıların grup sürecine katılımlarını değerlendirmeleri için “Doktor” etkinliği yapılmıştır. Etkinlik Altınay’dan (2015) uyarlanmıştır. Bu etkinlikte her grup üyesine soyadının başına doktor unvanı getirilerek kendisinin grup üyesi olarak nasıl ilerlediği sorulmuştur (Örneğin katılımcının ismi Fatma Yılmaz ise Doktor Yılmaz, Fatma isimli grup üyesinin süreci nasıl ilerliyor, sizce gruptan yeterince fayda sağlıyor ve yeterince katılım sağlıyor mu? vb. sorular sorularak etkinlik yürütülmüştür). Bu etkinlikte görece daha az paylaşım yapan üyeler bunu görerek bundan sonraki oturumlarda daha aktif katılacaklarını belirtmişlerdir. Oturum özetlendikten sonra katılımcılara teker teker bu oturumda nasıl hissettikleri sorularak paylaşımları alınmış ve oturum sonlandırılmıştır.

5. Oturum: Rekabet

Bu oturumun amacı katılımcıların rekabete ilişkin toplumdan aldıkları mesajlar hakkında farkındalık geliştirmeleri, ataerkil sistemde teşvik edilen kadınlar arası rekabetin farkına varmaları ve olumlu rekabet etme özelliklerinin gelişmesi hedeflenmiştir. Oturuma rekabet de içeren “Sandalye Kapmaca” oyunu ile başlanmış ve katılımcıların ısınması sağlanmıştır. Katılımcılara haftanın konusu olan rekabetle ilgili bilgi verildikten sonra “Pamuk Prenses masalı okunmuş ve masadaki üvey annenin Pamuk Prensesle olan güzellik rekabeti ele alınmıştır. Özellikle kadınlar arası rekabette giyim, kuşam vb. konuların öne çıktığı grup üyeleri tarafından vurgulanmıştır. Daha sonra balon patlatma etkinliği uygulanmıştır. Üye sayısı kadar balon şişirilerek ve her üyenin birer balon seçmesi sağlanarak balonlar iple üyelerin ayağına bağlanmıştır. Üyelere “herkes kendi balonunu korumaya çalışırken diğer arkadaşlarının ayağına bağlanmış olan balonu patlatmaya çalışacak. Böylece en son ayağındaki balon sağlam kalan oyunu kazanmış olur” denilerek oyun başlatılmıştır. Katılımcılardan biri çok kısa sürede diğer üyelerden çoğunun ayağındaki balonu patlatarak etkinliğin gidişatını değiştirmiştir. Etkinlikten sonra yapılan değerlendirmede diğer katılımcılar olumsuz rekabeti bire bir deneyimlediklerini söyleyerek çok etkilendiklerini ifade etmişlerdir. Bu oyunun oturumun amacını da olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Daha sonra kadın ve erkeklerde rekabet olgusundaki farklılıklar ele alınmıştır. Katılımcıların kadınlar arası dayanışmanın farkına varmaları için hayatlarında onları desteklemiş olan/destekleyen kadınları düşünmeleri istenmiş ve konudaki paylaşımları alınarak oturumun genel bir değerlendirmesi yapılmış ve oturum sonlandırılmıştır.

6. Oturum: Güç ve Güç Farklılıkları

Bu oturumun amacı grup üyelerinin güç, gücün etkileri, toplumda erkek ve kadın olma arasındaki güç farklılığı ile ilgili iç görü kazanmaları ve kendi güçlerinin farkına varmaları olarak belirlenmiştir. Isınma amaçlı kısa bir sohbet ve geçen haftaki oturumun özeti yapıldıktan sonra “Hikâye Oluşturma” etkinliği yapılmıştır. Bunun için grup lideri önce etkinliğin anlaşılması için aşağıdaki açıklamayı yapmıştır:

“İlk önce ben bir cümle söyleyerek hikâyeyi başlatacağım. Sonra yanımdaki arkadaş başka bir cümle ekleyerek hikâyeyi devam ettirecek. Bir sonraki arkadaşınız hikâyeye ilişkin başka bir cümle söyleyecek. Halkadaki en son arkadaşımız cümlesini söylediğinde hikâyemiz tamamlanmış olacak. İstedığınız konuda, istediğiniz bir cümle kurabilirsiniz. İsterseniz, hikâyeyi bambaşka bir yöne götürecek bir şey de söyleyebilirsiniz. Ancak kesinlikle hikâyenin kurgusundan kopuk bir cümle söylememelisiniz. Ben de bu sırada sizin cümlelerinizi bir kâğıda not alacağım. En sonunda nasıl bir hikâye oluşturduğumuzu görmek için okuyacağım.”

Bu çerçevede grup lideri ilk cümle olarak “Süper güçleri olan bir kahraman varmış” diyerek hikâyeyi başlatmıştır. Etkinlik diğer üyelerin cümleleriyle devam etmiş ve Ek 6’daki hikâye ortaya çıkmıştır. Etkinlikten sonra hikâye okunmuş ve grup üyelerinin paylaşımları alınmıştır. Özellikle bu etkinlikte 5. Sıradaki üyenin süper kahramanın kadın olduğunun fark edilmesine yönelik bir cümle eklemesiyle hikâyenin seyri değişmiş ve grubun amacına uygun bir şekilde kadına yönelik şiddette öz savunma, kadınlar arası dayanışma ve şiddetin önlenmesi için hak savunuculuğu/aktivizm temaları ön plana çıkmıştır. Daha sonra grup üyelerine eğer olabilselerdi nasıl bir süper kahraman olmak istedikleri sorulmuş ve paylaşımları alınmıştır. Daha önceki oluşturulan hikâyenin etkisiyle güçlü olmak ezilmeye karşı durabilmek gibi özellikleri olan süper kahraman olma istekleri ifade edilmiştir. Üyeler özellikle oluşturulan hikâyeye de atıfta bulunarak bir kişinin bile bazen hikâyenin gidişatını değiştirebildiğine dikkat çekmişlerdir. Daha sonra kadın olarak kurtarılan değil de kurtaran olmak veya kahraman olmak nasıl bir his diye sorularak paylaşımlar alınmıştır. Grup üyelerinin güç algısı ve kadın erkek arasındaki güç farklılıklarına yönelik algılarını ortaya çıkarmak için güç, güçlü kadın ve güçlü erkeği tarif etmeleri istenmiştir. Burada genellikle gücün sadece fiziksel olmadığı ve aslında fiziksel gücü çok ön plana çıkaran erkeğin güçsüzlüğüne üyeler tarafından vurgu yapıldığı gözlenmiştir. Güçlü kadın tanımlarında ise daha çok dayanıklılık, ekonomik güç ve zekâ faktörlerine dikkat çekilmiştir. Daha sonra güç mücadelesine yönelik farkındalık oluşturmak için “Kontrol Kimde” adlı etkinlik uygulanmıştır. Bu etkinlikte ikili olarak eşleşen grup üyeleri önce karşılıklı olarak birer ucundan tuttukları ipi elde etmeye çalışmış ardından da aynı etkinlik lastik ile devam ettirilmiştir. Daha sonra kazananlar ve kaybedenler neler hissetti denilerek paylaşımlar alınmıştır. İpi elde eden üyelerden biri elinin acıdığını belirtmiş ve bunu gücün olumsuz kullanımı ile ilişkilendirmiştir. Bir diğer üye ise lastik çekilirken esnek olduğu için kazanma ve kaybetmenin daha az olduğunu belirterek kişilerarası ilişkilerde esnekliğe dikkat çekmiştir. Bu çerçevede gücün ve özellikle kazanan – kaybeden olması durumunda (ipten eli acıyan üye gibi) her iki taraf için de olumsuz etkileri olabileceğine dikkat çekilmiştir. Sonrasında grup üyelerine oturumda en çok akıllarında kalan yönlerin neler olduğu sorulup paylaşımlar alındıktan sonra oturum sonlandırılmıştır.

7. Oturum: Güç Kullanımı

Bu oturumun amacı katılımcıların güç kullanımı ve şiddete yönelik farkındalık kazanmalarını sağlamak ve katılımcıların şiddet karşısında gösterebilecekleri reaksiyonlar

hakkında bilgi sahibi olmalarını sağlamaktır. Oturuma ısınma amaçlı kısa bir sohbet ile başlanarak ardından kukla etkinliği (Altınay, 2007) yaptırılmıştır. Bu etkinlikte katılımcılar ikili olarak eşleştirilerek biri kukla biri de kuklacı olmuştur. Kuklacılar, kuklaları istedikleri şekilde hareket ettirmiş ardından da roller değiştirilerek her katılımcının hem kukla hem de kuklacı rolünü oynamaları sağlanarak etkinlik sonlandırılmıştır. Katılımcılara kukla olmak ve kuklacı olmanın nasıl bir his olduğu sorulmuş ve genellikle her iki rolde de zorlandıklarını fark ettikleri gözlenmiştir. Daha sonra biri tarafından yönlendirilmek nasıl bir his diye sorularak katılımcıların bu konudaki paylaşımları alınmıştır. Sürecin başından beri diğer üyelere oranla daha sessiz olan ve bazen de oturumlara geç gelen bir üye bu paylaşımlar sırasında söz alarak ailesinde kız çocuğu olmaktan kaynaklı yaşadığı güçsüzlük duygusundan, çaresizlik hissinden, grup sürecine katıldığından beri bunu fark ettiğinden ve bunu kabul etmekte zorlandığı için sürece yeterince katılım gösteremediğinden bahsetmiştir. Bunun üzerine gruptaki üyelere 2 kişi daha benzer durumları yaşadıklarını ve aile söz konusu olduğunda yönlendirilmekten kaçınmakta zorlandıklarını ifade etmişlerdir. Üyeler grupta olan ve aile ile güç mücadelesinde daha aktif olduklarına ilişkin örnekler veren kadın arkadaşlarından güç aldıklarını ifade etmişlerdir. Daha sonra güç ilişkileri ve güç mücadelesinin flört ilişkilerinde de yaşandığına değinilmiş ve buna yönelik bir etkinlik canlandırılmıştır. Katılımcılar ikili olarak eşleştirilmiş ve her çiftin flört ilişkisi yaşayan bir çifti canlandıracağı söylenmiştir. Her çifte “aşağılama, suçlu hissettirme, yalnızlaştırma, mahrum bırakma, tehdit, korkutma, ses yükseltme, küfretme, değersizleştirme, yetersiz hissettirme” yazılı kâğıtlardan biri verilerek kendilerine verilen kâğıtta yazan eylemin yaşandığı bir anı sessiz bir şekilde canlandırmaları istenmiştir. Hazırlık için biraz süre verildikten sonra teker teker gruplar ortaya geçerek rollerini canlandırmışlardır. Her canlandırmadan sonra grup üyeleriyle bu durumların yaşanma nedenleri üzerine değerlendirmeler yapılmış ve cinsiyete dayalı güç farklılıklarının bu duruma neden olduğu grup üyeleri tarafından da dile getirilmiştir. Bu durumlarla karşılaşıldığında (kendileri ve çevrelerindeki kadınlar) neler yapılabileceği üzerinde konuşulmuştur. Grup üyelerinden birisi bir kafede yaşadığı taciz durumunu anlatmış ve yasal süreçler ve bunların zorluklarından bahsetmiştir. Diğer bir üye ev içerisinde abisinin fiziksel şiddete varan yaklaşımları karşısında genellikle romantik ilişkisinden sosyal ilişkilerine yaptığı her şeyi saklamak zorunda kaldığından bahsetmiştir. Bunun için geçmişte suçluluk duyduğunu ama grup sürecine katıldığından beri bu suçluluk duygularının azalttığını ifade etmiştir.

Sizce bu durumların yaşanmaması için kadınların ne yapması gerekiyor? Kadınları güçlendiren etmenler neler olabilir? sorularıyla grup etkileşimi devam ettirildiğinde özellikle ekonomik özgürlük, kadınlar arası dayanışma ve özsaygının artmasının kadını güçlü kılabilceği grup üyeleri tarafından ifade edilmiştir. Bir grup üyesi burada eğitimin önemine dikkat çekmiş ve ailesinin baskısına rağmen geleneksel rollerden çıkmak ve güçsüz kalmamak için üniversiteye

gelebilmek ve devam eğitimine devam edebilmek için verdiği mücadeleden söz etmiştir. Ailesinin özellikle sınavdan sonra tercih döneminde ailenin oturduğu şehirde bir bölüm tercih etmesi için baskı kurduğunu ama baskıdan ve üzerinde güç kullanımından kaçınmak için başka bir şehirde okumayı tercih ettiğinden ancak abisinin hala yatay geçiş yapması için baskı yaptığından bahsetmiştir. Daha sonra grup üyelerinden oturum hakkında akıllarında neler kaldığı sorularak paylaşım alınmış ve oturum sonlandırılmıştır.

8. Oturum: Aşırı Fedakârlık ve Benlik Kaybı

Bu oturumun amacı grup üyesi kadınların aşırı fedakârlık ve benlik kaybı hakkında farkındalık geliştirmelerini sağlamak olarak belirlenmiştir. Oturumun başında önceki oturumun özeti gönüllü olan bir üyeye yaptırılarak oturuma başlanmıştır. “Deniz Kızı” masalı okunarak masal okurken neler hissettikleri ve kendilerini özdeşleştirdikleri bir karakter olup olmadığı sorularak grup etkileşimi başlatılmıştır. Grup üyeleri genellikle denizkızının sesini vermesi ve denizköpüğüne dönüşmesinden etkilendiklerini ifade etmişlerdir. Bu imgelerin kadınların ilişkilerde yaşadıkları sessizlikler ile benzerlik taşıdığı grup üyeleri tarafından da dile getirilmiştir. Burada grup lideri kadının sesinin aslında kendi kararları, gücü ve kendine güveniyle ilişkili olduğuna vurgu yaparak sessizliğin güçsüzlük ile ilişkili olduğuna dikkat çekmiştir. Daha sonra grup lideri üyelerden toplumdaki ideal kadını çizmelerini istemiştir. Çizim için yeterli süre verildikten sonra yapılan çizimler beraber incelenmiştir. Özellikle çizimlerde fedakârlık ile ilgili öğelerin bulunup bulunmadığı ve çizilen kadının kâğıttaki konumlanışına dikkat edilerek her üyenin yaptığı çizimi anlatması sağlanarak paylaşım sağlanmıştır. Son olarak üyelerden güçlü ve güçsüz yönleri üzerinde düşünerek kâğıdın bir tarafına güçlü ve bir tarafına da güçsüz yönlerini yazmaları istenmiştir. Bütün üyeler yazdıktan sonra gönüllü olan üyelerden başlanarak paylaşımları alınmıştır. Burada özellikle katılımcılar güçsüz yönlerine pasiflik, özgüven eksikliği gibi özellikleri yazarken güçlü yönlerine ise daha çok mücadelecilik olmak, kendini iyi ifade etmek gibi özelliklerini yazmışlardır. Grup üyelerine sonraki hafta son oturum olacağı söylendikten sonra üyeler kendi içlerinde üç takıma ayrılmış ve her takımın grup sürecine yönelik yansıtıcı materyaller hazırlamaları ev ödevi olarak verilmiştir. Oturum kısaca özetlendikten sonra sonlandırılmıştır.

9. Oturum: Değerlendirme ve Vedalaşma

Son oturumun amacı grup üyelerinin grup sürecini değerlendirmesi ve gruptan olumlu duygularla ayrılması olarak saptanmıştır. Bu çerçevede ilkin grup lideri hafta hafta ele alınan konuları ve içeriği özetleyerek oturuma başlamıştır. Ardından grup üyeleri tarafından hazırlanan ve Ek - 11-1 ve 11-2’te veriler yansıtıcı materyaller grupla beraber incelenmiştir. Grup üyelerinden oluşturulan iki takımın dergi (veya fanzin) formatından yansıtıcı materyaller hazırladıkları gözlenmiştir. Dergilerden birinin ismi “Biz Buradayız” diğerinin ise “Kadın Hakları ve Toplumsal Cinsiyet Eşit(siz)liği” olarak oluşturulmuştur. Dergilerin içerisinde grup üyelerinin

yaptıkları çizimler, şiirler, grup sürecinde ele alınan konulara yönelik haberler, karikatürler, görseller ve süreçte feminist perspektifle değerlendirilen hikâyelere yönelik içerikler oluşturulduğu gözlenmiştir. Üçüncü takım ise hediye paketi gibi tasarlanan ve açıldığında çiçek yaprağı şeklinde açılan bir materyal tasarlamıştır. Bu kutunun içerisinde ise güç, beden algısı, cinsiyet rolleri ve rekabet isimli dört yaprak bulunmakta ve bu yaprakların altına grup süreciyle ilgili notlar ve yorumlar yer almaktadır (Ek 11-3). Grup üyeleri materyalleri hazırlarken grup sürecini tekrar gözden geçirdiklerini ve ev ödevinin kazanımların pekişmesinde etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Ardında “Sevgi Bombardmanı” Etkinliği yapılarak bütün üyelerin birbirleriyle ilgili olumlu yönleri söylemeleri sağlanmış ve bu etkinlik ile üyelerin gruptan olumlu duygularla ayrılmaları hedeflenmiştir. Son olarak yiyecek ve içecek ikramları yapılarak grup süreci sonlandırılmıştır.

3.4. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Ölçeği, Kadın Psikolojik Güç Ölçeği ve Kişisel Bilgi formu veri toplama araçları olarak kullanılmıştır (Ek 12). Kullanılan veri toplama araçlarına ait tanıtıcı bilgiler aşağıda sunulmuştur.

İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Ölçeği: İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Ölçeği 35 maddeden ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte 13. Ve 31. Maddeler ters diğer maddeler ise düz puanlanmaktadır. Ölçekte 8 madde Kendini Nesneleştirme, 7 madde Derogasyon, 9 madde Benlik Kaybı/İçselleştirilmiş Güçsüzlük, 6 madde Rekabet/Ayrıksılık, 5 madde ise Erkeği Önceleme alt boyutunda yer almaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha ve test tekrar test güvenirlik katsayıları sırasıyla ölçeğin toplamı için .84 ve .76; Kendini Nesneleştirme alt boyutu için .75 ve .71; Benlik Kaybı/İçselleştirilmiş Güçsüzlük alt boyutu için .71 ve .69; Rekabet/Ayrıksılık alt boyutu için .71 ve .73; Erkeği Önceleme alt boyutu için ise .66 ve .64 olarak hesaplanmıştır. Ölçek 5’li Likert tipindedir. Ölçekten alınan yüksek puan kadının içselleştirilmiş cinsiyetçiliğinin yüksek olduğunu göstermektedir (Bozkur, 2020).

Kadın Psikolojik Güç Ölçeği: Kadınlarda psikolojik güç algısını ölçmek için geliştirilen Kadın Psikolojik Güç Ölçeği 31 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte 14 madde Güçlülük/Savunuculuk, 8 madde Benlik Saygısı, 4 madde Eğitime Yaklaşım, 5 madde ise Kısıtlayıcılık alt boyutunda yer almaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha ve test tekrar test güvenirlik katsayıları sırasıyla ölçeğin toplamı için .84 ve .75; Güçlülük/Savunuculuk alt boyutu için .80 ve .65; Benlik Saygısı alt boyutu için .70 ve .72; Eğitime Yaklaşım alt boyutu için .80 ve .79; Kısıtlayıcılık alt boyutu için ise .64 ve .63 olarak hesaplanmıştır. Beşli likert tipinde (5= Tamamen Katılıyorum, 1= Kesinlikle katılmıyorum) olan ölçek hem toplam puan hem de alt boyutlar

bazında puanlanabilmektedir. Ölçeğin Ölçekten alınan yüksek puan kadının psikolojik güç algısının yüksek olduğunu göstermektedir (Bozkur, 2020).

Kişisel bilgi formu: Çalışma grubuna ait demografik değişkenleri belirlemeye yönelik sorulardan oluşan kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Programın etkisi Kovaryans Analizi (ANCOVA) ile incelenmiştir. Uygulanan grupta psikolojik danışma programının etki büyüklüğünün saptanmasında ise η^2 (eta-squared) istatistiği kullanılmıştır. Etki büyüklüğü hesaplanmasında kullanılan η^2 değerinin 0,01–0,05 arasında olması küçük etki, 0,06– 0,13 arasında olması orta etki ve 0,14’ten büyük olması geniş bir etki büyüklüğünü göstermektedir (Büyüköztürk, 2010: 44). Verilerin analizinden önce içselleştirilmiş cinsiyetçilik ve psikolojik güç ölçümlerinin kullanılması planlanan parametrik testlerin varsayımlarını karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir.

3.5.1. Kovaryans Analizi (ANCOVA) Varsayımlarının Sınanması

Kovaryans analizi tekniğinin de diğer varyans analizi teknikleri gibi bağımsız değişkenin en az eşit aralık ölçeğinde olması, uç değerlerin olmaması, gözlemlerin bağımsız olması, her bir grup seviyesinde normal dağılım göstermesi, varyansların homojen olması, gruplar içi regresyon eğimlerinin (regresyon katsayıları) homojen olması ve doğrusallık varsayımları bulunmaktadır (Büyüköztürk, 2010; Shavelson, 2016). Bu çerçevede içselleştirilmiş cinsiyetçilik ve alt boyutlarına ait varsayımların incelenmesine dair bulgular Tablo 3.5’te sunulmuştur.

Tablo 3.5. İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ve Alt Boyutlarına İlişkin Shapiro-Wilk Normallik Testi Sonuçları

Değişkenler	Grup	N	Shapiro -Wilk		P	
			Öntest	Sontest	Öntest	Sontest
Kendini nesneleştirme	Deney	13	,94	,89	,44	,09
	Kontrol	13	,95	,93	,65	,33
Derogasyon	Deney	13	,93	,87	,33	,05
	Kontrol	13	,89	,86	,10	,03
Benlik kaybı / içselleştirilmiş güçsüzlük	Deney	13	,98	,95	,94	,65
	Kontrol	13	,97	,92	,90	,22
Rekabet / Ayrışıklık	Deney	13	,97	,96	,88	,75
	Kontrol	13	,85	,96	,03	,74
Erkeği Önceleme	Deney	13	,92	,91	,28	,17
	Kontrol	13	,88	,81	,06	,01
İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Toplam Puan	Deney	13	,89	,89	,10	,09
	Kontrol	13	,94	,93	,39	,33

Tablo 3.5'te de görüldüğü gibi yapılan analizde İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Ölçeği ve alt boyutlarından deney grubu ve kontrol grubunun aldıkları puanların anlamlılık değerleri incelendiğinde Derogasyon alt boyutunun deney ve kontrol grubu son testlerinde, Rekabet Ayırsılık alt boyutunda kontrol grubunun ön testinde ve Erkeği Önceleme alt boyutunda ise yine kontrol grubunun son testinde anlamlılık değerinin .05'ten küçük olduğu gözlenmiştir. Bu nedenle söz konusu ölçümlere ilişkin basıklık çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Basıklık ve çarpıklık katsayılarının kendi standart hatalarına bölünmesi ile ortaya çıkan çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 3 arasında olması dağılımın normal dağılım olarak kabul edilebileceğine yönelik bir kanıt olarak değerlendirilmektedir (Kalaycı, 2008). Yapılan analizde Derogasyon alt boyutunun deney grubuna ait son test puanlarının basıklık değeri 2.67 ve çarpıklık değeri 2.30 olarak belirlenmiştir. Kontrol grubunda ise basıklık 50, çarpıklık ise 1,50 olarak hesaplanmıştır. Rekabet/Ayırsılık alt boyutunun kontrol grubuna ait son test puanlarının çarpıklık katsayısı 2.47, basıklık katsayısı ise 2,67 olarak hesaplanmıştır. Erkeği Önceleme alt boyutunun kontrol grubuna ait son test puanlarının çarpıklık katsayısı 2.83, basıklık katsayısı ise 2,54 olarak hesaplanmıştır. Ölçek ve alt boyutlarından alınan diğer puanlarda ise dağılımın normal olduğu saptanmıştır. Bu nedenle puanlarının normal dağılım gösterdiği ve normallik varsayımının karşıladığı gözlenmiştir.

İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ve alt boyutlarında varyansların homojenliği varsayımının test edilmesi amacıyla yapılan Levene testi sonuçları Tablo 3.6'da sunulmuştur.

Tablo 3.6. Deney ve Kontrol Grubunda Yer Alan Katılımcıların İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ve Alt boyutlarının Ön-test ve Son-test Ölçümleri Puanlarına Ait Varyans Homojenliği (Levene) Testi Sonuçları

Değişkenler	Sd1	Sd2	F		P	
			Öntest	Sontest	Öntest	Sontest
Kendini nesneleştirme	1	24	0,00	,12	,15	,73
Derogasyon	1	24	6,15	,14	,20	,71
Benlik kaybı / içselleştirilmiş güçsüzlük	1	24	1,65	3,22	,05	,06
Rekabet/Ayırsılık	1	24	2,21	3,38	,15	,14
Erkeği Önceleme	1	24	,11	,32	,74	,71
İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Toplam Puan	1	24	3.26	3,10	,08	,09

Tablo 3.6'da da görüldüğü gibi Levene testi sonuçları varyansların homojen olduğunu göstermiştir. Varyansların homojenliği varsayımı içselleştirilmiş cinsiyetçilik ve tüm alt boyutları için sağlanmaktadır.

Ancova'nın bir diğer varsayımı olan regresyon doğruların eğimlerinin içselleştirilmiş cinsiyetçilik ve alt boyutları için eşit olup olmadığı grup* ön test etkileşiminden yararlanarak elde edilmiştir. Yapılan analizlerde kendini nesneleştirme ($F = .68$; $p > .05$), derogasyon ($F = 1.05$; $p > .05$)

Benlik kaybı/içselleştirilmiş güçsüzlük ($F= 3.22, p>.05$), rekabet/ayrışıklık ($F= .04; p>.05$), erkeği önceleme ($F= 1.37; p>.05$) ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik toplam puanı için ($F= 1.01; p>.05$) grupların regresyon eğilimlerinin eşit olduğu belirlenmiştir. Ayrıca doğrusallık varsayımı için saçılma diyagramları incelenmiş ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik toplam puanı ve alt boyutları için ön-test ve son-test puanları arasında doğrusal bir ilişki olduğu gözlenmiştir.

Kadın güç ölçeğinden alınan puanlara ait Shapiro-Wilk normallik testine ait bulgular Tablo 3.7’de sunulmuştur.

Tablo 3.7. Kadın Güç Ölçeği’ne İlişkin Shapiro-Wilk Normallik Testi Sonuçları

	Grup	Sd	Shapiro -Wilk		P	
			Öntest	Sontest	Öntest	Sontest
Kadın Güç Ölçeği Toplam Puanı	Deney	13	,91	,86	,57	,01
	Kontrol	13	,93	,92	,52	,14

Tablo 3.7’de de görüldüğü gibi yapılan analizde Kadın Güç Ölçeği deney grubu ve kontrol grubunun aldıkları puanların anlamlılık değerleri incelendiğinde deney grubu sontest puanlarında bu değer. 05’in altında olduğu gözlenmiştir. Anlamlılık değeri. 05’in altında olan puan için basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Bu çerçevede. 05’in altında olduğu gözlenen deney grubu Kadın Güç Ölçeği Toplam puanının son-testine ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde çarpıklık değerinin -1,6 ve basıklık değerinin ise -0,20 olduğu gözlenmiştir. Bütün değerler ± 3 aralığındadır. Normallik testleri ve basıklık / çarpıklık değerleri bir arada incelendiğine Kadın Psikolojik Güç Ölçeğine ait puanların normal dağıldığı gözlenmektedir.

Kadın Güç Ölçeği ve alt boyutlarında varyansların homojenliği varsayımının test edilmesi amacıyla yapılan Levene testi sonuçları Tablo 3.8’de sunulmuştur.

Tablo 3.8. Deney ve Kontrol Grubunda Yer Alan Katılımcıların Psikolojik Güç Ölçeği Ön-test ve Son-test Ölçümleri Puanlarına Ait Varyans Homojenliği (Levene) Testi Sonuçları

Değişkenler	Sd1	Sd2	F		P	
			Öntest	Sontest	Öntest	Sontest
Kadın Güç Ölçeği Toplam Puan	1	24	5,49	11,10	,03	,00

Tablo 3.8’de de görüldüğü gibi Levene testi sonuçları hem öntest hem de son test ölçümleri için varyansların homojenliğinin öntest ve sontest ölçümlerinde sağlanamadığı gözlenmiştir. Ancak gruplardaki denek sayıları eşit olduğunda ANCOVA’da bu varsayımın ihlal edilebileceği belirtilmektedir (Shavelson, 2016). Ancova’nın bir diğer varsayımı olan regresyon doğrularının eğimlerinin içselleştirilmiş cinsiyetçilik ve alt boyutları için eşit olup olmadığı grup* ön test etkileşiminden yararlanarak elde edilmiştir. Yapılan analizlerde Kadın Psikolojik Güç

toplam puanı için grupların regresyon eğilimlerinin eşit olduğu belirlenmiştir ($F= 2.20$; $p>.05$). Ayrıca doğrusallık varsayımı için saçılma diyagramları incelenmiş ve Kadın Psikolojik Güç Ölçeği toplam puanı için ön-test ve son-test puanları arasında doğrusal bir ilişki olduğu gözlenmiştir.



4. BULGULAR ve TARTIŞMA

4.1. İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ve Alt Boyutlarına ilişkin Bulgular ve Tartışma

4.1.1. Kendini Nesneleştirme Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma

“Deney ve kontrol gruplarının Kendini Nesneleştirme ön- test puanları kontrol edildiğinde son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık var mıdır?” hipotezini test etmek için yapılan analizler aşağıda yer almaktadır.

Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin Kendini Nesneleştirme alt ölçeğinden aldıkları son-test puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, kovaryans analizinde hesaplanan ve çoklu karşılaştırma testinde temel alınan sontest düzeltilmiş ortalama puanları ile standart hataları Tablo 4.1’da sunulmuştur.

Tablo 4.1. Kendini Nesneleştirme Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Grup	N	Ortalama	SS	Düzeltilmiş Ortalama	SH
Deney	13	15,07	3,25	15,11	,97
Kontrol	13	18,92	4,21	18,89	,97

Tablo 4.1’da görüldüğü gibi düzeltilmiş Kendini Nesneleştirme puan ortalamalarına göre gruplar arasında farklılık olduğu gözlenmektedir. Bu farkın anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan ANCOVA sonuçları Tablo 4.2’da sunulmuştur.

Tablo 4.2. Deney V E Kontrol Gruplarında Yer Alan Katılımcıların Kendini Nesneleştirme Ön-Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Kendini Nesneleştirme Son-Test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	(η^2)
Kontrol Edilen Değişken (ön-test)	59,17	1	59,17	4,85	,04	
Grup	92,44	1	92,44	7,58	,01	,25
Hata	280,67	23	12,20			
Toplam	436,00	25				

Tablo 4.2’deki ANCOVA sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarının kendini nesneleştirme düzeltilmiş sontest ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur, $F(7,58; p < .05)$ Buna bağlı olarak grupların düzeltilmiş son-test puanları arasında yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre deney grubunda yer alan katılımcıların Kendini Nesneleştirme düzeyleri ($\bar{X}$ =

15,11) kontrol grubunda yer alan katılımcıların Kendini Nesneleştirme düzeylerinden ($\bar{X}=18,89$) anlamlı düzeyde ($p<.05$) daha düşüktür. Uygulanan grupla psikolojik danışma programının etki büyüklüğünün saptanmasında η^2 (eta-squared) istatistiği kullanılmıştır. Elde edilen η^2 değeri ,25'tir. Buna göre uygulanan grupla psikolojik danışma programının katılımcıların kendini nesneleştirme düzeylerinin düşmesinde geniş düzeyde katkı sağladığı söylenebilir. Buna göre gerçekleşen değişimin % 25'inin uygulanan grupla psikolojik danışma süreciyle açıklanabileceği ve bu programın geniş etki sağladığını söylemek mümkündür.

Bu bulgu içselleştirilmiş cinsiyetçiliğin önemli bir yönü olan kendini nesneleştirmenin uygulanan grupla psikolojik danışma müdahalesi yoluyla azaltılabildiğini göstermesi açısından önem taşımaktadır. Diğer kadınların ve dolayısıyla kendilerinin de nesneleştirildiği sosyalizasyon süreçlerine yeterince maruz kaldıktan sonra, kadınlar kendi bedenlerini dışardan bir gözlemci veya üçüncü göz gibi görmeye başlamakta ve nesneleştirilmeyi içselleştirmektedirler (Fredrickson ve Roberts, 1997: 177; Bearman ve Amrhein, 2014: 204). Kendini nesneleştirmenin; beden imajının bozulması, görünüş anksiyetesi, beden utancı, içsel farkındalığın azalması, enerji düşüklüğü, fiziksel güvenliği konusunda endişeler ve bunlarla bağlantılı olarak depresyon, yeme bozuklukları ve cinsel işlev bozuklukları gibi psikolojik sorunların ortaya çıkışında rol oynadığı belirtilmektedir (Calogero, 2012; Szymanski ve ark., 2009; Johnson, 2014). Bu nedenle literatürde kendini nesneleştirme ile bağlantılı olan beden imajı sorunları, yeme bozukluğu gibi sorunların çözülmesine ve/veya azaltılmasına yönelik olan ve bu çalışmayla paralel sonuçları olan çalışmalar yer almaktadır. Örneğin Holmes ve Ark. (2017) yeme bozukluğu olan kadınlarla yaptıkları ve feminist grup müdahalesini kullandıkları bir araştırmada grup müdahalesinin kadınların suçluluk duygularını azaltma ve yaşadıkları sorunu kültürel bağlama oturtmalarına yardımcı olduğunu ve bu müdahalelerin kadınların nesneleştirilmesi, kimliği ve iştahı ile ilgili baskın ideolojilerden bir "koruma" biçimi olarak işlev görebileceğini saptamışlardır. Yine Bergner, Remer ve Whetsell, (1985) tarafından yapılan araştırmada da bu araştırmanın bulgularıyla paralel olarak Feminist Terapi'nin ilkelerine göre yürütülen grupla psikolojik danışma programının katılımcıların beden algıları ve benlik algıları üzerinde olumlu etkileri olduğunu saptamışlardır. Grup sürecinde katılımcıların özellikle 4. Oturumda yer alan "Çirkin Ördek Yavrusu" hikâyesinin analizi ve "Beden İmajı" etkinlikleri aracılığıyla kendini nesneleştirme konusunda farkındalık kazandıkları düşünülmektedir. Çalışmadan elde edilen nicel bulgular, literatürdeki örnekler ve katılımcıların oturumlar esnasındaki tepkileri kendini nesneleştirme olgusunun Feminist Terapiye temelli grupla psikolojik danışma yoluyla azaltılabildiğine işaret etmektedir.

4.1.2. Derogasyon Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma

“Deney ve kontrol gruplarının Derogasyon ön- test puanları kontrol edildiğinde son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık var mıdır?” hipotezini test etmek için yapılan analizler aşağıda yer almaktadır.

Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların Derogasyon alt ölçeğinden aldıkları son-test puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, kovaryans analizinde hesaplanan ve çoklu karşılaştırma testinde temel alınan sontest düzeltilmiş ortalama puanları ile standart hataları Tablo 4.3’de sunulmuştur.

Tablo 4.3. Derogasyon Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Grup	N	Ortalama	SS	Düzeltilmiş Ortalama	SH
Deney	13	10,62	3,20	10,38	,97
Kontrol	13	16,46	2,18	16,70	,97

Tablo 4.3’de görüldüğü gibi düzeltilmiş Derogasyon puan ortalamalarına göre gruplar arasında farklılık olduğu gözlenmektedir. Bu farkın anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan ANCOVA sonuçları Tablo 4.4’de sunulmuştur.

Tablo 4.4. Deney ve Kontrol Gruplarında Yer Alan katılımcıların Derogasyon Ön-test puanlarına göre düzeltilmiş Derogasyon Son-test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	(η^2)
Kontrol Edilen Değişken (ön-test)	44,84	1	44,84	7,61	,011	
Grup	251,15	1	251,15	42,64	,000	,65
Hata	135,46	23	5,89			
Toplam	402,46	25				

Tablo 4.4’deki ANCOVA sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarının Derogasyon düzeltilmiş sontest ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur, $F(42,64; p < .00)$ Buna bağlı olarak grupların düzeltilmiş son-test puanları arasında yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre deney grubunda yer alan katılımcıların Derogasyon düzeyleri ($\bar{X} = 10,38$) kontrol grubunda yer alan katılımcıların Derogasyon düzeylerinden ($\bar{X} = 16,70$) anlamlı düzeyde ($p < .05$) daha düşüktür. Uygulanana grupta psikolojik danışma programının etki büyüklüğünün saptanmasında η^2 (eta-squared) istatistiği kullanılmıştır. Elde edilen η^2 değeri ,65’tir. Buna göre uygulanan grupta psikolojik danışma programının katılımcıların derogasyon düzeylerinin düşmesinde geniş düzeyde katkı sağladığı söylenebilir.

Bu bulgu içselleştirilmiş cinsiyetçilikte oldukça yıkıcı bir yön olan derogasyonun uygulanan grupla psikolojik danışma müdahalesi yoluyla azaltılabildiğini göstermektedir. Hatta grup sürecinin en geniş düzeydeki etkisi (η^2 değeri= .65) derogasyonun azalmasında meydana gelmiştir. İçselleştirilmiş cinsiyetçiliğin bir boyutu olarak derogasyon; kadınların kendilerini ve diğer kadınları cinsiyet rolüne uygun bir biçimde yargılamaları olarak tanımlanmaktadır (Bearman ve Amrhein, 2014: 215) ve hem diğer kadınların hem de kadın olarak kendi değerini azaltma şeklinde görülebilmektedir. Özellikle cinsiyetçi derogasyonda kadınlıkla ilgili duyarsız, olumsuz ve saldırgan yorumlar (Settles, Cortina, Buchanan ve Miner, 2012), kadınları cinsel ahlak üzerinden yargılama ve kadının cinselliğini kontrol etme çabası belirgindir (Bearman ve Amrhein, 2014). Kadınlardaki derogasyonun başkalarından gelen derogasyona karşı bir hazırlık veya savunma olarak değerlendirilebileceği belirtilmektedir. Bunun nedeni ise kadınların çoğunlukla değerlerinin azaltılmasına yönelik durumlara erkeklerden daha fazla maruz kalmasıdır (Magee ve Upenieks, 2019). Yani zaman zaman kadınlar benliklerine yönelik daha sert saldırılara maruz kalmamak için kendilerine yönelik derogasyon yapmaktadır. Ancak bu durum zamanla içselleşmekte ve benliklerini olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Literatürde doğrudan Feminist Terapi kullanılarak derogasyonu azaltmaya yönelik bir çalışma bulunamamıştır ancak, Alyn ve Beceker (1984) tarafından yapılan bir çalışmada Feminist Terapi temelli grupla psikolojik danışma müdahalesinin kadınların benlik saygısını arttırdığı ancak kadınlara yönelik tutumlarında anlamlı bir fark sağlamadığı saptanmıştır. Mondolfi Miguel ve Pino-Juste, (2020) ise yaptıkları çalışmada Feminist Terapi temelli grupla danışma müdahalesinin cinsiyetçi steryotipleri azalttığını saptamışlardır. Benzer olarak Altınova (2009) uyguladığı grup programının sonunda kadınlardaki toplumsal cinsiyet algısının daha eşitlikçi bir yönde değiştiğini saptamıştır. Bu çerçevede grup sürecinde uygulanan Feminist Terapi ilkeleri çerçevesindeki psikolojik danışma programının kadınlarda bu konuda yüksek düzeyde farkındalık yarattığı düşünülmektedir. Çünkü grup sürecinde uygulanan güçlendirme odaklı müdahaleler, cinsiyet rolü müdahaleleri ve toplumsal cinsiyet eşitsizliğine yönelik farkındalık oluşturan tüm etkinliklerin derogasyon düzeylerini düşürme potansiyeli bulunmaktadır.

4.1.3. Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma

“Deney ve kontrol gruplarının Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük ön- test puanları kontrol edildiğinde son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık var mıdır?” hipotezini test etmek için yapılan analizler aşağıda yer almaktadır.

Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin Benlik Kaybı/İçselleştirilmiş Güçsüzlük alt ölçeğinden aldıkları son-test puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, kovaryans

analizinde hesaplanan ve çoklu karşılaştırma testinde temel alınan sontest düzeltilmiş ortalama puanları ile standart hataları Tablo 4.5'te sunulmuştur.

Tablo 4.5. Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Grup	N	Ortalama	SS	Düzeltilmiş Ortalama	SH
Deney	13	19,92	9,09	20,12	,96
Kontrol	13	25,08	2,63	24,88	,96

Tablo 4.5'te görüldüğü gibi düzeltilmiş Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük puan ortalamalarına göre gruplar arasında farklılık olduğu gözlenmektedir. Bu farkın anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan ANCOVA sonuçları Tablo 4.6'te sunulmuştur.

Tablo 4.6. Deney Ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Katılımcıların Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük Ön-Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük Son-Test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	(η^2)
Kontrol Edilen Değişken (ön-test)	250,28	1	250,28	20,74	,00	
Grup	146,64	1	146,64	12,15	,00	,35
Hata	277,57	23	12,07			
Toplam	700,50	25				

Tablo 4.6'teki ANCOVA sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarının Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük düzeltilmiş sontest ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur, $F(12,15; p = .00)$ Buna bağlı olarak grupların düzeltilmiş son-test puanları arasında yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre deney grubunda yer alan katılımcıların Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük düzeyleri ($\bar{X} = 20,12$) kontrol grubunda yer alan katılımcıların Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük düzeylerinden ($\bar{X} = 24,88$) anlamlı düzeyde ($p < .05$) daha düşüktür. Testten elde edilen η^2 değeri incelendiğinde uygulanan grupla psikolojik danışma programının katılımcıların Benlik Kaybı / İçselleştirilmiş Güçsüzlük düzeylerinin düşmesinde geniş düzeyde katkı sağladığı söylenebilir. Buna göre gerçekleşen değişimin % 35'inin uygulanan grupla psikolojik danışma süreciyle açıklanabileceği ve bu programın geniş etki sağladığı yorumu yapılabilir ($\eta^2 = .35$).

Bu bulgu Feminist Terapi temelli grupla psikolojik danışma programının kadınlardaki içselleştirilmiş güçsüzlük ve bununla bağlantılı olarak benlik kaybını azalttığını göstermektedir. Ataerkil sistemdeki gücün eşitsiz dağılımı kadınların güce erişimlerini zorlaştırmakta (Bearman

ve Amrhein, 2014) bu durum ise kadınların da kendilerini ataerkil bir bakış açısıyla uyumlu bir biçimde güçsüz görmesini beraberinde getirebilmektedir. Freire (1991) tarafından da belirtildiği gibi içselleştirilmiş baskı, ezilen grupların üyelerinin kendilerini güçsüz hissetmelerini ve dolayısıyla güçsüz davranmalarını sağlayarak güç eşitsizliğinin devamını sağlamaktadır. Aşırı güçsüzlük ise benlik kaybını beraberinde getirebilmektedir. Benlik kaybı, kadınların, çoğu zaman erkeklerin ihtiyaçlarını karşılamak için kendi ihtiyaçlarını ve isteklerini feda ettikleri ve hatta farkındalıklarını kaybettikleri durumlara işaret etmektedir (Bearman, Korobov, ve Thorne, 2009a). Bu çerçevede kadınlarda güçsüzlüğün içselleştirilmesi ve benlik kaybına yönelik müdahaleler önem kazanmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgu kadınlarda güçsüzlüğün içselleştirilmesi ve benlik kaybına Feminist Terapi aracılığıyla müdahalenin etkililiğini göstermesi açısından oldukça önemlidir.

Literatürde bu sonuçlara paralel araştırma bulguları bulunmaktadır. Örneğin Bowling, Zimmerman, ve Daniels (2000) tarafından yapılan bir araştırmada feminist yaklaşımla hazırlanan psikoeğitim programına katılan genç kadınlarda daha güçlü bir öz-farkındalık duygusu, düşüncelerini ifade etme yeteneği ve kendilerini istismarcı ilişkilere, genç hamileliğine ve yeme bozukluklarına yöneltebilecek toplumsal mesajları reddetme isteğinde artış saptamışlardır. Benzer olarak D’Haene (1995) tarafından yapılan bir çalışmada feminist temelli grup müdahalesinin genç kadınlarda aidiyet, yetkinlik ve güçlendirme gelişiminde pozitif etki sağladığı bildirilmiştir.

Grup sürecinde 6. 7. ve 8. Oturumlarda güç-güçsüzlük ve benlik kaybı konuları üzerinde durulmuştur. Bu oturumlarda uygulanan Feminist Terapi tekniklerinden güç analizi ve güç mücadelesi teknikleri kapsamında yapılan hikâye analizi, rol oynama, hikâye yazma, kukla oyunu vb. etkinliklerin grup üyelerinin içselleştirilmiş güçsüzlük ve benlik kaybı düzeylerinin düşmesinde etkili olduğu düşünülmektedir.

4.1.4. Rekabet/Ayrıksılık Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma

“Deney ve kontrol gruplarının Rekabet/Ayrıksılık ön- test puanları kontrol edildiğinde son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık var mıdır?” hipotezini test etmek için yapılan analizler aşağıda yer almaktadır.

Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin Rekabet/Ayrıksılık alt ölçeğinden aldıkları son-test puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, kovaryans analizinde hesaplanan ve çoklu karşılaştırma testinde temel alınan sontest düzeltilmiş ortalama puanları ile standart hataları Tablo 4.7’te sunulmuştur.

Tablo 4.7. Rekabet/Ayrıksılık Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Grup	N	Ortalama	SS	Düzeltilmiş Ortalama	SH
Deney	13	17,30	3,42	17,19	,75
Kontrol	13	11,76	1,83	11,89	,75

Tablo 4.7’te görüldüğü gibi düzeltilmiş Rekabet/Ayrıksılık puan ortalamalarına göre gruplar arasında farklılık olduğu gözlenmektedir. Bu farkın anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan ANCOVA sonuçları Tablo 4.8’da sunulmuştur.

Tablo 4.8. Deney ve Kontrol Gruplarında Yer alan katılımcıların Rekabet/Ayrıksılık Ön-test puanlarına göre düzeltilmiş Rekabet/Ayrıksılık Son-test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	(η^2)
Kontrol Edilen Değişken (ön- test)	13,78	1	13,78	1,89	,18	
Grup	178,06	1	178,06	24,48	,00	,52
Hata	167,30	23	7,27			
Toplam	402,46	25				

Tablo 4.8’deki ANCOVA sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarının Rekabet/Ayrıksılık düzeltilmiş son-test ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur, $F(24,48; p < .05)$ Buna bağlı olarak grupların düzeltilmiş son-test puanları arasında yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre deney grubunda yer alan katılımcıların Rekabet/Ayrıksılık düzeyleri ($\bar{X} = 17,19$) kontrol grubunda yer alan katılımcıların Rekabet/Ayrıksılık düzeylerinden ($\bar{X} = 11,89$) anlamlı düzeyde ($p < .05$) daha yüksektir. Uygulanan grupla psikolojik danışma programının etki büyüklüğünün saptanmasında η^2 (eta-squared) istatistiği kullanılmıştır. Elde edilen η^2 değeri ,52’dir. Buna göre uygulanan grupla psikolojik danışma programının katılımcıların rekabet/ayrıksılık düzeylerinin yükselmesine geniş katkı sağladığı söylenebilir. Bu bulgu araştırmanın beklentileriyle uyumlu değildir.

Grup sürecinde kadınlar arası rekabet “Pamuk Prenses” masalı üzerinden analiz edilmiş ve üyelerle rekabetle ilgili olan ve grup sürecinde açıklanan “Balon Etkinliği” uygulanmıştır. Ancak katılımcılardan birinin kazanma hırsının yüksek oluşu ve diğer üyelerle girdiği olumsuz rekabet grup sürecini negatif yönde etkilemiştir. Diğer taraftan literatürde kadınlar arası rekabete ilişkin tartışmalar incelendiğinde de bu konuda çeşitli tartışmaların olduğu gözlenmiştir. Erkeklerle oranla daha dezavantajlı pozisyonda olan kadınların erkeklerle aynı kazanımları elde edebilmeleri için daha çok çalışmalarının gerektiği ve kadınlar bazen bunun sorumluluğunu cinsiyetçiliğe değil rakibi olarak gördüğü diğer kadınlara yükleyebildiği ve erkeklerle değil daha çok hemcinsleriyle rekabet ettikleri belirtilmektedir (Bearman ve Amrhein,

2014: 217-218). Kadınların güç alanlarında yer almaya başladıkça rekabetin kaçınılmaz olduğu ve feminist kız-kardeşlik hayalinin pratikteki karşılığını gözlemlemenin zorluğu vurgulanmaktadır (Fox-Keller ve Moglen, 1987: 495). Hatta erkekler arası rekabetin normal, kadınlar arası rekabetin ise patolojik olarak değerlendirilmesinin toplumsal cinsiyetin inşasını pekiştiren bir faktör de olabileceğine yönelik görüşler bulunmaktadır (Willis, 2009: 51-52). Ancak kadınlar arası rekabet cinsiyetçiliğe karşı çalışmak için gereken dayanışmayı inşa etme becerisini olumsuz yönde etkilediği için risklidir ve kadınlar arası rekabetin ve beraber cinsiyetçiliğe karşı mücadele edebilmenin etkili yollarından biri kadınlar arası dayanışmayı geliştirme pratikleridir (Bearman, Korobov ve Thorne, 2009b: 60). Bu çerçevede kadınlara yönelik Feminist Terapi temelli grupla psikolojik danışma sürecinde ve diğer grup süreçlerinde dayanışmayı vurgulayan etkinliklerin daha çok yer almasının sürecin istendik yönde etkilerinin olması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

4.1.5. Erkeği Önceleme Alt Boyutuna ilişkin Bulgular ve Tartışma

“Deney ve kontrol gruplarının Erkeği Önceleme ön- test puanları kontrol edildiğinde son- test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık var mıdır?” hipotezini test etmek için yapılan analizler aşağıda yer almaktadır.

Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin Erkeği Önceleme alt ölçeğinden aldıkları son- test puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, kovaryans analizinde hesaplanan ve çoklu karşılaştırma testinde temel alınan son- test düzeltilmiş ortalama puanları ile standart hataları Tablo 4.9’de sunulmuştur.

Tablo 4.9. Erkeği Önceleme Son- test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Grup	N	Ortalama	SS	Düzeltilmiş Ortalama	SH
Deney	13	8,00	2,27	8,30	,73
Kontrol	13	8,39	3,33	8,07	,73

Tablo 4.9’de görüldüğü gibi düzeltilmiş Erkeği Önceleme puan ortalamalarına göre gruplar arasında farklılık olduğu gözlenmektedir. Bu farkın anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan ANCOVA sonuçları Tablo 4.10’de sunulmuştur.

Tablo 4.10. Deney Ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Katılımcıların Erkeği Önceleme Ön-Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Erkeği Önceleme Son-Test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	(η^2)
Kontrol Edilen Değişken (ön-test)	42,45	1	42,45	6,40	,02	
Grup	,32	1	,32	,05	,83	,002
Hata	152,63	23	6,65			
Toplam	196,038	25				

Tablo 4.10'deki ANCOVA sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarının Erkeği Önceleme düzeltilmiş son-test ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır, $F(.05; p > .05)$. Buna göre uygulanan grupla psikolojik danışma programının katılımcıların Erkeği Önceleme düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

Erkeği önceleme içselleştirilmiş cinsiyetçiliğin kendini geçersiz kılma yönüyle ilgilidir. Cinsiyetçilik kadınların düşüncelerini, görüşlerini, inançlarını, değerlerini, duygularını, tercihlerini ve seçimlerini erkeklerin lehine geçersiz kılar. Kadınlar deneyimlerinin geçersiz olmasını içselleştirdikçe, seslerini susturmayı, kendi yargılarına güvenmemeyi buna bağlı olarak da erkeğe daha çok güvenip karar verme gücünü erkeğe bırakmayı öğrenmektedirler (Bearman ve Amrhein, 2014: 212-213). Araştırma sonuçları yapılan Feminist Terapi temelli grupla danışma programının katılımcıların erkeği önceleme düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Bu bulguyu araştırma grubunun özellikleri ile beraber değerlendirmek mümkündür. Grup sürecine katılan genç kadınların hepsi bekârdır ve hem yaşları hem de kararları erkeğe bırakma konusunda katı normların olduğu evlilik yaşantısına yönelik deneyimleri olmadığından bu boyuta yönelik farkındalıklarının henüz gelişmemiş olabileceği düşünülmektedir. Diğer taraftan grup sürecinde yer alan kadınların hepsi eğitim seviyesi yüksek olan kadınlardır. Bu durumun da sonuçlarda rol oynamış olabileceği düşünülmektedir. Yani belli bir eğitim düzeyine sahip olan kadınların kendini erkek lehine geçersizleme düzeylerinin grup yaşantısından bağımsız olarak da düşük olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla grup sürecine katılan genç kadınlarda yapılan grupla psikolojik danışma müdahalesi olumlu veya olumsuz bir etki yaratmamıştır.

4.1.6. İçselleştirilmiş Cinsiyetçiliğe (Toplam Puan) ilişkin Bulgular ve Tartışma

“Deney ve kontrol gruplarının İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ön- test puanları kontrol edildiğinde son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık var mıdır?” hipotezini test etmek için yapılan analizler aşağıda yer almaktadır.

Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik ölçeğinden aldıkları son-test puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, kovaryans analizinde hesaplanan ve çoklu karşılaştırma testinde temel alınan son-test düzeltilmiş ortalama puanları ile standart hataları Tablo 4.11’de sunulmuştur.

Tablo 4.11. İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Grup	N	Ortalama	SS	Düzeltilmiş Ortalama	SH
Deney	13	70,92	10,19	71,42	2,43
Kontrol	13	80,46	10,26	79,96	2,43

Tablo 4.11’de görüldüğü gibi düzeltilmiş İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik puan ortalamalarına göre gruplar arasında farklılık olduğu gözlenmektedir. Bu farkın anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan ANCOVA sonuçları Tablo 4.12’de sunulmuştur.

Tablo 4.12. Deney ve Kontrol Gruplarında Yer alan katılımcıların İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Ön-test puanlarına göre düzeltilmiş İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Son-test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	(η^2)
Kontrol Edilen Değişken (ön-test)	756,011	1	756,011	9,924	,004	
Grup	469,637	1	469,637	6,165	,021	,211
Hata	1752,143	23	76,180			
Toplam	3099,538	25				

Tablo 4.12’deki ANCOVA sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarının içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeltilmiş son-test ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur, $F(6,165; p = .00)$ Buna bağlı olarak grupların düzeltilmiş son-test puanları arasında yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre deney grubunda yer alan katılımcıların İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik düzeyleri ($\bar{X} = 71,42$) kontrol grubunda yer alan katılımcıların İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik düzeylerinden ($\bar{X} = 79,96$) anlamlı düzeyde ($p < .05$) daha düşüktür. Uygulanan grupla psikolojik danışma programının etki büyüklüğünün saptanmasında η^2 (eta-squared) istatistiği kullanılmıştır. Etki büyüklüğü hesaplanmasında kullanılan η^2 değerinin 0,01–0,05 arasında olması küçük etki, 0,06–0,13 arasında olması orta etki ve 0,14’ten büyük olması geniş bir etki büyüklüğünü göstermektedir. Buna göre uygulanan grupla psikolojik danışma programının katılımcıların içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeylerinin düşmesinde geniş düzeyde katkı sağladığı söylenebilir.

Buna göre gerçekleşen değişimin % 21'inin uygulanan grupla psikolojik danışma süreciyle açıklanabileceği ve bu programın geniş etki sağladığını söylemek mümkündür ($\eta^2 = .21$)

Bu bulgu Feminist Terapi temelli grupla psikolojik danışma programının kadınlardaki içselleştirilmiş cinsiyetçiliği azalttığını göstermektedir. Literatürde bu sonucu destekleyen çalışmalar (Altınova, 2009; D'Haene, 1995; Mondolfi Miguel ve Pino-Juste, 2020; Tekindal, 2015) yer almaktadır. Feminist Terapi hem danışmanı hem de danışanı feminist direnişi, dönüşümü ve günlük yaşamın içinde kişisel sosyal, duygusal ve politik çevreyle olan ilişkilerde toplumsal değişimi ilerleten stratejilere ve çözümlere yönlendiren bir terapi uygulamasıdır (Brown, 1994, s. 21-22). Feminist Terapi, kadınların deneyimlediği içsel süreçlerin kadının içinde yaşadığı ataerkill sistemin cinsiyetçi yapısından, kadını ezen ve değersizleştirmeye çalışan yapısından bağımsız olmadığını vurgulamakta (Eyüpoğlu, 2008), cinsiyet ayrımcılığının, diğer ayrımcılık çeşitlerinin ve baskılamının bulunmadığı bir toplum yaratmayı hedeflemektedir (Corey, 2008). Bu çerçevede grup sürecine katılan kadınlarda içselleştirilmiş cinsiyetçiliğin düşüş göstermesi Feminist Terapi'nin içeriği ve hedefleriyle uyumludur.

Feminist Terapi'nin ilkelerine (1-Kişisel ve sosyal kimlikler birbiriyle bağlantılıdır, 2-Kişisel olan politiktir, 3-İlişkiler Eşitlikçi olmalıdır, 4- Kadınların perspektifleri değerlidir) ve bilinç yükseltme gruplarının perspektifine (kadınların ataerkill sistemde değişim yaratabilmek için değişimi öncelikle kendilerinde başlatmaları gerektiği perspektifi) uygun bir biçimde yapılandırılan grupla danışma sürecinin kadınların cinsiyetçiliği içselleştirme düzeylerinde düşüş yaratarak katılımcı kadınların güçlenmesi, danışmadaki tüm oturumların ortak hedefi olarak değerlendirilebilir. Bu çerçevede cinsiyet rolü analizi ve cinsiyet rolü müdahalesi başta olmak üzere süreçte uygulanan tekniklerin çoğunlukla etkili olduğu ve cinsiyetçiliği azaltma amacına hizmet ettiği yorumu yapılabilir. Bu teknikler çerçevesinde kullanılan hikayeler ve psikodrama etkinliklerinin de Feminist Terapiye entegre edilebildiği gözlenmiştir.

4.2. Kadının Psikolojik Açıdan Güçlenmesine İlişkin Bulgular

Deney ve kontrol gruplarının Kadın Psikolojik Güç Ölçeği ön- test puanları kontrol edildiğinde son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık var mıdır?" hipotezini test etmek için yapılan analizler aşağıda yer almaktadır.

Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin Kadın Psikolojik Güç ölçeğinden aldıkları son-test puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, kovaryans analizinde hesaplanan ve çoklu karşılaştırma testinde temel alınan sontest düzeltilmiş ortalama puanları ile standart hataları Tablo 4.13'de sunulmuştur.

Tablo 4.13. Psikolojik Güç Son-test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Grup	N	Ortalama	SS	Düzeltilmiş Ortalama	SH
Deney	13	133,38	11,68	135,26	2,51
Kontrol	13	125,23	8,03	123,35	2,51

Tablo 4.13’de görüldüğü gibi düzeltilmiş Kadın Psikolojik Güç Ölçeği puan ortalamalarına göre gruplar arasında farklılık olduğu gözlenmektedir. Bu farkın anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan ANCOVA sonuçları Tablo 4.14’de sunulmuştur.

Tablo 4.14. Deney Ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Katılımcıların Kadın Psikolojik Güç Ölçeği Ön-Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Son-Test Puanlarına İlişkin ANCOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	(η^2)
Kontrol Edilen Değişken (ön-test)	657,28	1	657,28	8,61	,01	
Grup	808,79	1	808,79	10,59	,00	,31
Hata	1756,11	23	76,35			
Toplam	2845,54	25				

Tablo 4.14’deki ANCOVA sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarının Kadın Psikolojik Güç düzeltilmiş son-test ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur $F(10,59; p<.05)$ Buna bağlı olarak grupların düzeltilmiş son-test puanları arasında yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre deney grubunda yer alan katılımcıların psikolojik güç puan ortalamaları ($\bar{X}= 135,26$) kontrol grubunda yer alan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{X}= 123,35$) anlamlı düzeyde ($p<.05$) daha yüksektir. Testten elde edilen η^2 değeri incelendiğinde uygulanan gruba psikolojik danışma programının katılımcıların psikolojik güç ortalamalarının yükselmesinde geniş düzeyde katkı sağladığı söylenebilir. Buna göre gerçekleşen değişimin % 31’inin uygulanan gruba psikolojik danışma süreciyle açıklanabileceği ve bu programın geniş etki sağladığı yorumu yapılabilir ($\eta^2 =,31$).

Literatürde bu bulguyla paralel araştırma bulguları yer almaktadır. Örneğin D’Haene (1995) yaptığı bir çalışmada ergenlik dönemindeki genç kadınlarda aidiyet, yetkinlik ve güçlendirme gelişiminde feminist temelli grup müdahalesini etkinliğini incelemiştir. Araştırmada uygulanan müdahalenin kişisel ve kolektif güçlendirmenin artırılmasında etkili olduğu araştırmacı tarafından belirtilmiştir. Bu araştırma hem yaş hem de sadece kadınların katıldığı bir çalışma olması açısından bu çalışmayla benzerlik taşımaktadır. Tekindal (2015) tarafından yapılan bir çalışmada ise engelli çocuğu olan annelere yönelik feminist grup çalışması uygulaması

yapılarak kadınların benlik saygısını yükseltmek, toplumsal cinsiyet tutumlarının daha eşitliğe dayalı olmasını sağlamak ve kadınların güçlenmeleri için bilinç gelişimini sağlama amaçlanmış ve araştırmanın sonuçlarına göre kadınların topluluk önünde kendilerini ifade etme, yaşadıkları ortak deneyimleri paylaşma ve değerlendirme, birbirlerine güvenerek empati kurma, meydan okuma stratejileri geliştirme, seslerini çıkarmaya başlama, kendi düşünce duygu ve ihtiyaçlarını ifade etmeye başlama davranışları gelişmiştir. Benzer olarak Altınova (2009) tarafından yapılan bir çalışmada, “Yaratıcı Drama Yöntemiyle Özsaygı ve Toplumsal Cinsiyet Bilincini Geliştirme Programı” uygulanan kadınların özsaygı düzeylerinin arttığı, androjen cinsiyet rolü özellikleri gösterdikleri ve toplumsal cinsiyet algılarının eşitlikçi yönde geliştiği saptanmıştır. Arıcı-Şahin (2017) ise evli çiftlerle yürütülen ve feminist yaklaşıma dayalı ilişki geliştirme programının kullanıldığı bir çalışmada bu programın evli çiftlerin güç paylaşımını artırdığını saptamıştır.

Doğrudan feminist grupta danışma müdahalesi şeklinde olmasa da Rungreangkulkij, Kaewjanta, Kotnara ve Saithanu (2021) tarafından yapılan ve cinsiyete duyarlı güçlendirme odaklı psikolojik danışma müdahalesinin etkisinin incelendiği bir çalışmada bu müdahalenin depresyondaki kadında ilişkilerde istismarın farkına varmaktan kaynaklı tutum değişiklikleri, haklarını öğrenmekten kaynaklı güçlenmiş hissetme, özgüven, daha iddialı olma ve kendini sevmeye artış olduğu belirlenmiştir.

Bu bulgu literatür ışığında değerlendirildiğinde, Feminist Terapi ilkelerine göre yapılandırılan grupta psikolojik danışma müdahalesinin kadınların psikolojik olarak güçlenmesine önemli bir katkı sağladığını göstermektedir. Feminist Terapi’nin genel olarak güce ve güçlenmeye odaklandığı bilinmektedir. Çünkü güçlendirmenin, gelecekteki durumsal eşitsizlikler, ayrımcılık, dışlanma ve kişilerarası ilişkilerdeki stresle etkili bir şekilde başa çıkmayı kolaylaştıran bilgi ve becerileri destekleyerek dayanıklılığa yol açtığı varsayılmaktadır (Worell ve Remer, 2003). Grup sürecinin tamamında cinsiyet eşitsizliği ve bu eşitsizliklere karşı çıkabilme üzerinde durulmuştur. Bu nedenle süreçteki bütün oturumları güçlenme başlığı altında değerlendirmek mümkündür. Çünkü güçlenme/güçlendirme düşünme, analiz etme ve kendi fikirlerini geliştirme kapasitesinin geliştirilmesi, özgüven, benlik saygısı, kontrol duygusu, daha geniş bir bağlamda benlik algısı ve onuru güçlendirmeye destek olan dönüşüm süreçlerinin temelini oluşturan temel öğeler kümesidir olarak tanımlanmakta (Rowlands, 1997: 129-130) ve aynı zamanda içselleştirilmiş baskının etkilerinin ortadan kaldırılmasıyla (Rowlands, 1995) da bağlantılı olarak değerlendirilmektedir. Yani kişisel/psikolojik güçlenmenin özü kadının kültürden veya bağlamdan kaynaklanan toplumsal cinsiyet rollerinden çıkabilmesidir (Francina ve Joseph, 2013: 166). Bu çerçevede ele alındığında grup sürecindeki cinsiyet rollerinin analiz edilmesi, beden algısının dönüşümüne yönelik etkinlikler, cinsiyet rolü analizleri, güç analizi, güç mücadelesi, güç paylaşımı, vb. tüm etkinlikler güçlenme amacına hizmet etmiştir.

5. SONUÇ ve ÖNERİLER

Genel olarak bu çalışmada kadını güçlendirmeyi ve içselleştirilmiş cinsiyetçilik düzeyini azaltma ve psikolojik olarak güçlenmesini arttırmaya yönelik bir grupla psikolojik danışma programının hazırlanarak uygulanmış ve bu programın etkililiği incelenmiştir. Araştırma sonucunda araştırmanın amacına uygun olarak katılımcıların içselleştirilmiş cinsiyetçilik, kendini nesneleştirme, derogasyon, benlik kaybı/içselleştirilmiş güçsüzlük düzeylerinde azalış; psikolojik güç düzeylerinde ise artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların erkeği öneleme düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlenmezken rekabet düzeylerinde ise artış olduğu gözlenmiştir. Uygulanan program Worrel ve Remer (2003) tarafından önerilen Güçlendirici Feminist Terapi Modeli'nin dört temel ilkesine (1. *Kişisel ve Sosyal Kimlikler Birbiriyle Bağlantılıdır*, 2. *Kişisel Olan Politik*, 3. *İlişkiler Eşitlikçi Olmalıdır* 4. *Kadınların Perspektifleri (deneyimleri) Değerlidir*) uygun bir şekilde tasarlanmıştır. Süreçte masallar ve bazı psikodrama etkinlikleri de Feminist Terapiye entegre edilerek kullanılmıştır. Aşağıda bu sonuçların toplumsal cinsiyet çalışmaları ve ruh sağlığı alanına katkıları ele alınmış ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Araştırmanın Toplumsal Cinsiyet Çalışmalarına Katkısı

Bu çalışmada, feminist harekette önemli bir yer tutan ve “feminizmin temel taşı, kadın kurtuluş hareketinin kalbi” olarak tanımlanan (Kravetz, 1978: 169) bilinç yükseltme grupları örnek alınmış ve bir grupla danışma programı hazırlanarak uygulanmıştır. Uygulanan programın kadınlarda cinsiyetçiliğin içselleştirilmesini azalttığı ve psikolojik olarak güçlenmesini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Genel olarak bilinç yükseltme grupları, belirli bir azınlık grubundaki kişilerin bir araya geldiği bir grup sürecidir. Grup sürecinin amacı, ayrımcılık ve dezavantaj yaratan ve sürdüren sosyo-politik yapıları incelemektir (Larson, 2014). Bu nedenle grup sadece kadın katılımcılardan oluşturulmuştur ve bu durumun kadınların yaşadıkları cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı zorlanmaları daha verimli bir biçimde ele almalarına katkı sağladığı düşünülmektedir.

Grup sürecinde Feminist Terapi yaklaşımı kullanılmıştır. Feminist Terapi; hem danışmanı hem de danışanı feminist direnişi, dönüşümü ve günlük yaşamın içinde kişisel sosyal, duygusal ve politik çevreyle olan ilişkilerde toplumsal değişimi ilerleten stratejilere ve çözümlere yönlendiren, kadın ve toplumsal cinsiyet konusunda çok kültürlü feminist bilime, feminist politik felsefeler ve analizlere dayanan bir terapi uygulamasıdır (Brown, 1994: 21–22). Grup sürecinde grup üyelerinin sosyal beklentiler tarafından oluşturulan cinsiyet rollerine ilişkin farkındalıklarının arttığı ve bu rollere itiraz etme eğilimlerinin güçlendiği düşünülmektedir. Özellikle kadınlarda psikolojik güçlenmenin kültürden veya bağlamdan kaynaklanan toplumsal

cinsiyet rollerinden çıkabilmeye (Francina ve Joseph, 2013: 166) ilgili olduğu düşünüldüğünde grup sürecinin içselleştirilmiş cinsiyetçiliği azaltma ve kadınların psikolojik olarak güçlenmesine yönelik hedeflerinin birbirini beslediği ve kadının güçlendirilmesine odaklanan Feminist Terapi'nin (Brown, 2006; Murdock, 2013; Worell ve Remer, 2003; Johnson, Worell ve Chandler, 2005) bu müdahaleye oldukça iyi uyum sağladığı düşünülmektedir.

Bu çerçevede uygulanan grupla psikolojik danışma programı aracılığıyla; bilinç yükseltme ve artan farkındalık ile birlikte kadınlarda dönüşümün ortaya çıkması toplumsal cinsiyet çalışmaları açısından önemli bir sonuçtur. Klasik olmayan yani uyumu değil cinsiyet rollerine karşı çıkarak güçlenmeyi hedefleyen bir psikolojik müdahale yolu ile cinsiyet eşitliği mücadelesine katkı sunulabileceği ortaya çıkmıştır.

5.2. Araştırmanın Ruh Sağlığı Alanına Katkısı

Feminist Terapi yaklaşımıyla hazırlanan grupla psikolojik danışma uygulamasının kadınlarda içselleştirilmiş cinsiyetçiliği azaltması ve psikolojik gücü arttırması ruh sağlığı alanı açısından önemli bir sonuçtur. Genellikle ana akım psikolojik danışma müdahalelerinin, erkek merkezli (androcentric), toplumsal cinsiyetçi (gendercentric), etnosentrik, heterosexist, intra-psişik ve determinist önyargılara sahip olmaları nedeniyle eleştirildiği (Worell ve Remer 2003) bilinmektedir. Bu eleştiriler göz önüne alındığında Feminist Terapiyi baz alan ve kadınlarda cinsiyetçiliği azaltarak güçlenmelerini hedefleyen bu çalışma geleneksel psikolojik danışma müdahalelerine birçok açıdan alternatif oluşturma potansiyeli taşımaktadır. Araştırmanın toplumsal cinsiyet eşitsizliğini azaltmayı ve kadınları güçlendirmeyi hedeflemesi araştırmayı hem androsentrik, cinsiyetçi ve/veya cinsiyet körü olarak tanımlanan hem de intra-psişik ve determinist önyargılara sahip olan müdahalelerden ayırmaktadır. Çünkü uygulanan grupla danışma müdahalesi kadın olmanın kültürel, sosyal, politik, ekonomik ve tarihi bir ortamda ortaya çıktığını ve yaşam boyu gelişimi etkilediğini savunan ve kadınların sosyal inanç ve değerleri nasıl içselleştirdiklerini anlamalarına yardımcı olarak benliğine zarar veren yapılarla karşı mücadele etmelerine destek olma perspektifine sahip olan Feminist Terapi (Murdock, 2013) yaklaşımıyla hazırlanarak yürütülmüştür. Diğer taraftan, içselleştirilmiş cinsiyetçiliği azaltma hedefi cinsiyet rollerini kader kabul eden determinist bakış açısına meydan okumakta ve bu rollere uyumu değil bu rolleri sorgulama ve rollerden kaynaklı beklentilere karşı çıkma cesaretini vurgulamaktadır. Toplumsal cinsiyet rollerine karşı çıkma benlik algısı ve onuru güçlendirmeye destek olan dönüşüm süreçlerinin temelini oluşturan psikolojik gücün (Rowlands, 1997: 129-130) merkezinde yer almaktadır (Francina ve Joseph, 2013: 166). Bu nedenle kadınlarda cinsiyetçiliği içselleştirmenin azaltılması aynı zamanda psikolojik gücün artması anlamına da gelmektedir.

5.3. Öneriler

Araştırma sürecinden ve araştırmanın sonuçlarından yola çıkılarak yapılan öneriler araştırmacılara yönelik öneriler, uygulamaya yönelik öneriler ve politika yapıcılara öneriler olmak üzere üç başlık altında toplanmıştır.

5.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Bu araştırma üniversite öğrencisi genç kadınlarla yürütülmüştür. İleride yapılacak çalışmalarda depresyon ve yeme bozuklukları gibi psikolojik sorunlar yaşayan kadınlar, fiziksel, cinsel ve psikolojik şiddete maruz kalan kadınlar, göç, savaş vb travmatik yaşantıları olan kadınlar gibi spesifik gruplarda da benzer çalışmaların yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.
2. Bu çalışma sadece kadınlarla yürütülmüştür. İleride yapılacak çalışmalarda erkeklerde ve farklı cinsel yönelime sahip bireylerde de cinsiyetçiliği azaltmaya yönelik müdahale çalışmaları yürütmenin faydalı olacağı düşünülmektedir.
3. Bu araştırma yarı deneysel bir desende tasarlanan nicel bir çalışmadır. Kadınlarda içselleştirilmiş cinsiyetçiliği azaltma ve güçlenmeye dönük müdahalelerin etkilerinin incelendiği çalışmalarda nitel verilerden ve nitel ile nicel verilerin bir arada değerlendirildiği karma desenlerden de yararlanılabileceği düşünülmektedir.
4. Bu çalışmada uygulanan müdahalenin katılımcılarda içselleştirilmiş cinsiyetçiliğin erkeği önceleme boyutunda anlamlı bir fark oluşturmadığı tespit edilmiştir. Bunda katılımcıların yaşları, medeni durumları ve eğitim seviyelerinin de etkili olabileceği düşünüldüğünden ileride yapılacak çalışmalarda farklı yaş düzeylerinde, evli ve/ veya daha düşük eğitim düzeyine sahip kadınlarda Feminist Terapi temelli müdahalelerin erkeği önceleme konusunda fark yaratıp yaratmadığının incelenmesi faydalı olacaktır.
5. Bu çalışmaya katılan kadınlarda içselleştirilmiş cinsiyetçiliğin kadınlar arası rekabet boyutunda artış olduğu saptanmıştır. Kadınların güç alanlarında yer almaya başladıkça rekabetin kaçınılmaz olduğunun ve erkekler arası rekabet olduğu gibi kadınlar arası rekabetin de olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Bundan sonra yapılan çalışmalarda rekabet konusunda seçilen müdahalelerin yıkıcı değil daha olumlu bir rekabeti ve dayanışmayı vurgulayan müdahaleler olması gerektiği düşünülmektedir.

5.3.2. Uygulamaya Yönelik Öneriler

1. Bu çalışmada geliştirilen ve kadınlarda içselleştirilmiş cinsiyetçiliği azaltmada ve psikolojik gücü arttırmada etkili olduğu saptanan program (FTT-GPDP) kitapçık şeklinde hazırlanarak ileride yapılacak uygulamalarda kullanılabilir.
2. FTT-GPDP içerisinde yer alan toplumsal cinsiyet sosyalizasyonu, beden imajı, güç vb. konuların uygulamacılar tarafından daha kısa süreli müdahaleler şeklinde planlanarak uygulanabileceği düşünülmektedir.
3. Bu çalışmada geliştirilerek uygulanan FTT-GPDP feminist harekette önemli bir yer tutan bilinç yükseltme gruplarından esinlenerek hazırlanmıştır. Uygulanan programın bu özelliği dikkate alınarak toplumsal cinsiyet eşitliğini hedefleyen sivil toplum kuruluşları ve kurumların bünyesinde yapılan eğitim çalışmalarında toplumsal cinsiyet eşitliği bilincini yükseltme amacıyla kullanılabilir.
4. Feminist Terapi teoride oldukça güçlü temellere dayansa da uygulamadaki örneklerin görece az olduğu düşünüldüğünde bu çalışmanın uygulayıcılar için örnek oluşturabileceği ve programın içerisinde yer alan uygulamaların hem feminist grup çalışmalarında hem de feminist bireysel danışma uygulamalarında kullanılabileceği düşünülmektedir.

5.3.4. Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler

1. Toplumsal cinsiyet eşitliğinin gelişmesi için buna yönelik politikaların geliştirilmesi önemlidir. Özellikle cinsiyet eşitliğine yönelik çalışmalarda kadının güçlenmesinin önemi bilinmektedir. Kadınların güçlenmesine yönelik çalışmalarda toplumsal cinsiyet eşitliğini kamusal ve özel alanda destekleyen politikaların geliştirilmesi önem taşımaktadır. Bu politikalara bağlı olarak eşitliği geliştirmeyi hedefleyen uygulamalar ve projeler önem taşımaktadır. Bu çerçevede, çalışmada geliştirilen FTT-GPDP'nin ulusal ve uluslararası düzeyde yapılan cinsiyet eşitliğine yönelik uygulamalarda ve projelerde kullanılabileceği düşünülmektedir.
2. Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin aile, eğitim, sağlık vb. alanlarda yoğun olarak yaşandığı, içselleştirildiği ve yeniden üretildiği göz önünde bulundurulduğunda bu kurumlarda çalışan ruh sağlığı uzmanlarına eğitici eğitimleri verilerek ardından bu kişilerin kurumlarında bulunan bireylere bu uygulamaları yapmaları sağlanarak cinsiyet eşitliğine katkıda bulunan müdahaleler konusunda bütün kurumlarda uygulamalar yaygınlaştırılabilir.

KAYNAKLAR

- [1]. Akdoğan, R. (2007). *Farklı cinsiyet rollerine sahip üniversite öğrencilerinin öfke yaşama biçimleri ve utangaçlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- [2]. Altınay, D. (2007). *Psikodrama, 400 ısınma oyunu ve yardımcı teknik*, (6. bs.) İstanbul, Nobel Yayın.
- [3]. Altınova, H.H, (2009). *Yaratıcı drama yönteminin kadınların özsaygı düzeyine ve toplumsal cinsiyet bilincine etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara
- [4]. Alyn, J. H., & Becker, L. A. (1984). Feminist therapy with chronically and profoundly disturbed women. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 202.
- [5]. APA Dictionary of Psychology (nd). Feminist Therapy. 04. 11. 2021 tarihinde <https://dictionary.apa.org/feminist-therapy> adresinden erişildi.
- [6]. Arıcı-Şahin, F. (2017). *Feminist yaklaşıma dayalı ilişki geliştirme programının güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumuna etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- [7]. Artun, İ. (2012). Masallar ve Toplumsal Cinsiyet: Kadın Kimliğinin Ataerkil, Söylemlerle Yeniden Yapılandırılması. <http://iletisim.ieu.edu.tr/karine/?p=265> adresinden 18. 11 2017 tarihinde erişildi.
- [8]. Batliwala, S. (1993) *Empowerment of women in South Asia: Concepts and practices*, Mumbai: Asian-South Pacific Bureau of Adult Education.
- [9]. Batliwala, S. (2007). Taking the power out of empowerment—an experiential account. *Development in practice*, 17(4-5), 557-565.
- [10]. Bayeh, E. (2016). The role of empowering women and achieving gender equality to the sustainable development of Ethiopia. *Pacific Science Review B: Humanities and Social Sciences*, 2(1), 37-42.
- [11]. Bearman, S., & Amrhein, M. (2014). Girls, women, and internalized sexism. *Internalized Oppression: The Psychology of Marginalized Groups*, EJR David, (ed.) New York, NY: Springer Publishing Company, 191-225.
- [12]. Bearman, S., Korobov, N., & Thorne, A. (2009a). The fabric of internalized sexism. *Journal of Integrated Social Sciences*, 1(1), 10-47.
- [13]. Bearman, S., Korobov, N., & Thorne, A. (2009b). A Reply to Dr. Jessica Willis: Seeking A Cure For Internalized Oppression. *Journal of Integrated Social Sciences*, 1(1): 57-64.
- [14]. Bepko, C., & Krestan, J. (1998). *İyi kadınlar mutsuz yaşamlar*. (Çev. C. Ener Sılay). İstanbul: İlhan Yayınevi.
- [15]. Bergner, M., Remer, P., & Whetsell, C. (1985). Transforming women's body image: a feminist counseling approach. *Women & Therapy*, 4(3), 25-38.
- [16]. Berktaş, F. (2004). Kadınların İnsan Haklarının Gelişimi ve Türkiye Sivil Toplum ve Demokrasi Konferans Yazıları. *İstanbul Bilgi Üniversitesi: Sivil Toplum Kuruluşları Eğitim ve Araştırma Birimi*.

- [17]. Bhat, R. A. (2015). Role of education in the empowerment of Women in India. *Journal of Education and Practice*, 6(10), 188-191.
- [18]. Bozkur, B. (2020). Developing Internalized Sexism Scale for Women: A Validity and Reliability Study. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 5(11), 1981-2028.
- [19]. Bozkur, B. (2020). Kadın Psikolojik Güç Ölçeği: Ölçek Geliştirme Çalışması. *Fe Dergi*, 12(2), 15-31.
- [20]. Bowling, S. W., Zimmerman, T. S., & Daniels, K. C. (2000). "Empower": A feminist consciousness-raising curriculum for adolescent women. *Journal of child and adolescent group therapy*, 10(1), 3-28.
- [21]. Brown, L. S. (1994). *Subversive dialogues: Theory in feminist therapy*. Basic Books, New York.
- [22]. Brown, L. S. (2006). Still subversive after all these years: The relevance of feminist therapy in the age of evidence-based practice. *Psychology of Women Quarterly*, 30(1), 15-24.
- [23]. Brown, L. S. (2018). *Feminist therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- [24]. Brown, L. S., & Brodsky, A. M. (1992). The future of feminist therapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 29(1), 51-57.
- [25]. Buss, D. M., & Dedden, L. A. (1990). Derogation of competitors. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(3), 395-422.
- [26]. Butler, M. (1985). *Guidelines for feminist therapy in handbook of feminist therapy: womens issues in psychotherapy*. Editör: Lynne Bravo Rosewater ve Lenore EA Walker.
- [27]. Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, spss uygulamaları ve yorum*. Ankara: Pegem Akademi.
- [28]. Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (5. bs). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- [29]. Calogero, R. M., & Jost, J. T. (2011). Self-subjugation among women: Exposure to sexist ideology, self-objectification, and the protective function of the need to avoid closure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 211-228.
- [30]. Calogero, R. M., Tantleff-Dunn, S. & Thompson, J. K. (2011). Future directions for research and practice. In R. M. Calogero, S. Tantleff-Dunn, & J. K. Thompson (Ed.), *Self objectification in women: Causes, consequences, and counteractions* (pp. 217-237). Washington, D.C., American Psychological Association. doi: 10.1037/12304-000.
- [31]. Calogero, R. M. (2012). Objectification theory, self-objectification, and body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (Vol. 2, pp. 574-580). San Diego, CA: Academic Press.
- [32]. Capodilupo, C. M. (2017). "Internalized Sexism." *The SAGE Encyclopedia of Psychology and Gender*. Ed. Kevin L. Nadal. Thousand Oaks. SAGE Publications, 949-951. SAGE Knowledge. doi: 10.4135/9781483384269.n320. Erişim Tarihi: 15.10. 2018.

- [33]. Chaudhary, N., Al-Shawaf, L., & Buss, D. M. (2018). Mate competition in Pakistan: Mate value, mate retention, and competitor derogation. *Personality and Individual Differences*, 130, 141-146.
- [34]. Conger, J. and Kanungo, R., (1988). The empowerment process: integrating theory and practice. *Academy of Management Review*, 13(3): 471-482.
- [35]. Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. (Çev. T. Ergene,). Ankara: Mentis Yayınları.
- [36]. Cudd, L., & Jones, E. (2005). Sexism. In R. G. Frey and (Ed.), C. H. Wellman (Eds.), *A companion to applied ethics* (pp. 102–117). Oxford: Wiley Blackwell Publishing.
- [37]. Dehlin, A. J., & Galliher, R. V. (2019). Young Women's Sexist Beliefs and Internalized Misogyny: Links With Psychosocial and Relational Functioning and Political Behavior. *Psi Chi Journal of psychological research*, 24(4).
- [38]. D'Haene, M. T. (1995). Evaluation of feminist-based adolescent group therapy. *Smith College Studies in Social Work*, 65(2), 153-166.
- [39]. Dökmen, Z. Y. (2004). *Toplumsal Cinsiyet Sosyal Psikolojik Açıklamalar*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- [40]. Enns, C. Z. (2012). Feminist approaches to counseling. In E. M. Altmaier & J.-I. C. Hansen (Eds.), *The Oxford handbook of counseling psychology* (pp. 434 – 459). New York, NY: Oxford University Press
- [41]. Etyang, P. (2014). “*Misogyny in Urban Fiction: A Study of Selected Texts by Meja Mwangi*.” Unpublished master's thesis, Kenyatta University, Nairobi.
- [42]. Eyüpoğlu, H. (2008). Cinsel taciz ve travma. Eleştirel bir deneyim aktarımı. *Eleştirel Psikoloji Bülteni*, 1, 53-63.
- [43]. Falbo, T., Hazen, M. D., & Linimon, D. (1982). The costs of selecting power bases or messages associated with the opposite sex. *Sex Roles*, 8(2), 147-157.
- [44]. Fisher, M., & Cox, A. (2009). The influence of female attractiveness on competitor derogation. *Journal of Evolutionary Psychology*, 7(2), 141-155.
- [45]. Fox-Keller, E., & Moglen, H. (1987). Competition and feminism: Conflicts for academic women. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 12(3), 493-511.
- [46]. Fodor, I. (1993). A feminist framework for integrative psychotherapy. (İçinde) G. Stricker & J. Gold (Editör.), *Comprehensive handbook of psychotherapy integration* (pp. 217 -235). New York: Plenum Press.
- [47]. Francina, P. X., & Joseph, M. V. (2013). Women empowerment: The psychological dimension. *Rajagiri Journal of Social Development*, 5(2), 163-176.
- [48]. Freire, P. (1991). Ezilenlerin pedagojisi [Pedagogy of the oppressed]. Çev. Hattatoğlu ve Özbek. Ankara: Ayrıntı Yayınları.

- [49]. Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of women quarterly*, 21(2), 173-206.
- [50]. Fromm, E. (2003) *Rüyalar, Masallar, Mitoslar*. Çev. Arıtan, A & Ökten, K. İstanbul: Arıtan Yayınevi
- [51]. Gilligan, C. (1993). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge: Harvard University Press.
- [52]. Gruys, K. (2014) *Body Image Activities*. 05.12.2014 tarihinde <http://www.ayearwithoutmirrors.com/p/positive-body-image-activities-quizzes.html> adresinden erişildi.
- [53]. Gün, B. (2008). *Masallara feminist bir bakış ve cinsiyet meseleleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Ankara Üniversitesi, Ankara.
- [54]. Gürkan, U. (2006) *Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyine Etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi: Ankara
- [55]. Haworth, P. (2005). The historical background of psychodrama. In n M. Karp, P. Holmes & K. Bradshaw (Eds.), *The handbook of psychodrama* (pp. 15-31). London: Routledge.
- [56]. Hooks, B. (2012). *Feminizm herkes içindir: Tutkulu politika*. (Çev. Ece Aydın vd.), İstanbul: bgts Yayınları.
- [57]. Holland, J. (2016). *Mizojini: dünyanın en eski önyargısı, kadından nefretin evrensel tarihi*. Ankara: İmge Kitabevi.
- [58]. Holmes, S., Drake, S., Odgers, K., & Wilson, J. (2017). Feminist approaches to anorexia nervosa: a qualitative study of a treatment group. *Journal of Eating Disorders*, 5(1), 1-15.
- [59]. Huis, M. A., Hansen, N., Otten, S., & Lensink, R. (2017). A three-dimensional model of women's empowerment: Implications in the field of microfinance and future directions. *Frontiers in psychology*, 8, 1678.
- [60]. Ifechelobi, C. ve Ifechelobi, J N. (2017). "Gender Discrimination: An Analysis of the Language of Derogation." *IOSR Journal Of Humanities And Social Science*. 22(12). 23-27.
- [61]. Johnson, D. M., Worell, J., & Chandler, R. K. (2005). Assessing psychological health and empowerment in women: The personal progress scale revised. *Women & health*, 41(1), 109-129.
- [62]. Johnson, S. (2014). *Perfectionism, the thin ideal, and disordered eating: Does internalized misogyny play a role?* Unpublished doctoral dissertation, University of Oklahoma. Oklahoma, Norman.
- [63]. kaNdIondlo, M. (2011). When sacrificing self is the only way out: A tribute to my mother. *Agenda*, 25(1), 15-21.
- [64]. Kawaguchi, L., Fouad, N. A. M., Chiang, C., Elshair, I. H. H., Abdou, N. M., El Banna, S. R., & Aoyama, A. (2014). Dimensions of women's empowerment and their influence on the utilization of maternal health services in an Egyptian village: a multivariate analysis. *Nagoya journal of medical science*, 76(1-2), 161.

- [65]. Kosut, M. (Ed.). (2012). *Encyclopedia of Gender in Media*. SAGE Publications.
- [66]. Kravetz, D. F. (1976). Consciousness-raising groups and group psychotherapy: Alternative mental health resources for women. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 13(1), 66.
- [67]. Kravetz, D. (1978). Consciousness-raising groups in the 1970's. *Psychology of Women Quarterly*, 3(2), 168-186.
- [68]. Krems, J. A. (2021). Verbal derogation among women. *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science*, 8358-8359.
- [69]. Larson P. (2014) Consciousness-Raising Groups. In: Teo T. (eds) *Encyclopedia of Critical Psychology*. Springer, New York, NY. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-5583-7_603
- [70]. Lerner, M. (1991). *Surplus powerlessness: The psychodynamics of everyday life and the psychology of individual and social transformation*. Buffalo, NY: Prometheus Books.
- [71]. Lorber, J. (1994). *Paradoxes of gender*. New Haven: Yale University Press.
- [72]. Magee, W., & Upenieks, L. (2019). Gender differences in self-esteem, unvarnished self-evaluation, future orientation, self-enhancement and self-derogation in a US national sample. *Personality and Individual Differences*, 149, 66-77.
- [73]. Maji, S., & Dixit, S. (2020). Exploring self-silencing in workplace relationships: A qualitative study of female software engineers. *The Qualitative Report*, 25(6), 1505-1525.
- [74]. Malhotra, A., Schuler, S. R. & Boender, C. (2002) *Measuring Women's Empowerment as a Variable in International Development*. Washington, DC: The World Bank.
- [75]. Marecek, J., Kravetz, D., & Finn, S. (1979). Comparison of women who enter feminist therapy and women who enter traditional therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(4), 734.
- [76]. Mason, K. (2005). Measuring women's empowerment: Learning from cross-national research. In D. Narayan (Ed.), *Measuring empowerment: Cross-disciplinary perspectives* (pp. 89-102). Washington, D.C.: The World Bank.
- [77]. Means, K. K. (2021). "Not Like Other Girls": Implicit and Explicit Dimensions of Internalized Sexism and Behavioral Outcomes. WWU Graduate School Collection. 1020. 10. 02. 2022 tarihinde <https://cedar.wvu.edu/wwuet/1020> adresinden erişildi.
- [78]. Mondolfi Miguel, M. L., & Pino-Juste, M. (2021). Therapeutic achievements of a program based on drama therapy, the theater of the oppressed, and psychodrama with women victims of intimate partner violence. *Violence against women*, 27(9), 1273-1296.
- [79]. Moradi, B., Dirks, D., & Matteson, A. V. (2005). Roles of sexual objectification experiences and internalization of standards of beauty in eating disorder symptomatology: A test and extension of objectification theory. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 420-428.
- [80]. Morgan-Curtis, S. A. (2007). Misogyny. In M. Flood, J. K. Gardiner, B. Pease, & K. Pringle (Eds.), *International encyclopedia of men and masculinities* (pp. 443-445). London: Routledge
- [81]. Murdock, N. L. (2013). Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları. *Çev. F. Akkoyun*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

- [82]. Murphy-Graham, E. (2010). And when she comes home? Education and women's empowerment in intimate relationships. *International Journal of Educational Development*, 30(3), 320-331.
- [83]. Oakley, A. (1972). *Sex, gender and society*, Harper Colophon Books, New York
- [84]. O'Reilly, P., & Borman, K. (1984). Sexism and sex discrimination in education. *Theory into Practice*, 23(2), 110-116.
- [85]. Özcan, A. (2012). Toplumsal cinsiyet eğitiminin üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rol tutumlarına etkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi Erciyes Üniversitesi, *Kayseri*
- [86]. Pekşen, S. (2012). Toplumsal Cinsiyet Rollerini Benimsetme Aracı Olarak Çocuk Edebiyatı. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 52(2), 151-163.
- [87]. Pheterson, G. (1986). Alliances between women: Overcoming internalized oppression and internalized domination. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 12(1), 146-160..
- [88]. Piggott, M. (2004). *Double jeopardy: Lesbians and the legacy of multiple stigmatized identities*. Psychology Strand at Swinburne University of Technology, Australia: Unpublished thesis.
- [89]. Pillai, J. K. (1995). *Women and empowerment*. New Delhi: Gyan Publishing House.
- [90]. Pradhan, B. (2003). Measuring empowerment: a methodological approach. *Development*, 46(2), 51-57.
- [91]. Ron, Y., & Yanai, L. (2021). Empowering through psychodrama: a qualitative study at domestic violence shelters. *Frontiers in psychology*, 12, 1017.
- [92]. Rowlands, J. (1995). Empowerment examined. *Development in practice*, 5(2), 101-107.
- [93]. Rowlands, J. (1997). *Questioning empowerment: Working with Women in Honduras*. Oxfarm, UK: Oxford.
- [94]. Rungreangkulkij, S., Kaewjanta, N., Kotnara, I., & Saithanu, K. (2021). Voices of Thai Women Who Received Gender-Sensitive Empowerment Counseling. *Journal of International Women's Studies*, 22(1), 330-340.
- [95]. Sakallı-Uğurlu, N. (2003). Cinsiyetçilik: kadınlara ve erkeklere ilişkin tutumlar ve çelişik duygulu cinsiyetçilik kuramı. *Türk psikoloji yazıları*, 6(11-12), 1-20.
- [96]. Sancar, S. (2011). Birkaç Arpa Boyu... 21. Yüzyıla Girerken Türkiye'de Feminist Çalışmalar. *İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları*.
- [97]. Seeman, M. (2001). "Alienation: Psychosociological Tradition" İçinde; *International encyclopedia of the social & behavioral sciences* (Smelser, N. J., & Baltes, P. B. (Eds.). (11. Basım). Amsterdam: Elsevier.
- [98]. Sen, G. and S. Batliwala (2000) 'Empowering Women for Reproductive Rights', in Harriet B. Pressure and G. Sen (eds) *Women's Empowerment and Demographic Processes*. New York: Oxford University Press.

- [99]. Settles, I. H., Cortina, L. M., Buchanan, N. T., & Miner, K. N. (2013). Derogation, discrimination, and (dis) satisfaction with jobs in science: A gendered analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 37(2), 179-191.
- [100]. Sezer, Ö. (2004). *Masallarda Toplumsal Cinsiyetin İşlenişi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.
- [101]. Shavelson, R. J. (2016). *Sosyal bilimler için istatistik*. 3. Baskı (Çev. Edt. Güler N.), Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara.
- [102]. Sholkamy, H. (2010). Power, Politics and Development in the Arab Context: Or how can rearing chicks change patriarchy?. *Development*, 53(2), 254-258.
- [103]. Singh, A. A., & Hays, D. G. (2008). Feminist group counseling with South Asian women who have survived intimate partner violence. *The Journal for Specialists in Group Work*, 33(1), 84-102.
- [104]. Stromquist, N. P. (1995). "The theoretical and practical bases for empowerment," in *Women, Education and Empowerment: Pathways towards Autonomy*, ed. C. Mendel-Anonuevo (Hamburg: UNESCO Institute for Education), 13-22.
- [105]. Stromquist, N.P. (2012) "Kadınların Güçlendirilmesinde Eğitimin Rolü," *Toplumsal Cinsiyet ve Eğitim* içinde. Çev. F. Sayılan. Dipnot yayınları. Ankara: 185-214.
- [106]. Stromquist, N. P. (2006). Gender, education and the possibility of transformative knowledge. *Compare: A Journal of Comparative and International Education*, 36(2), 145-161.
- [107]. Swim, J. K., & Hyers, L. L. (2009). Sexism. In T. D. Nelson (Ed.), *Handbook of prejudice, stereotyping and discrimination* (pp. 407-430). New York: Psychology Press.
- [108]. Szymanski, D. M., Gupta, A., Carr, E. R., & Stewart, D. (2009). Internalized misogyny as a moderator of the link between sexist events and women's psychological distress. *Sex Roles*, 61(1-2), 101-109.
- [109]. Tekindal, M. (2015). *Engelli çocuğa sahip kadınların feminist grup çalışması deneyimi: Bir karma yöntem araştırması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi: Ankara.
- [110]. Terzioğlu, F. ve Taşkın, L. (2008). Kadının Toplumsal Cinsiyet Rolünün Liderlik Davranışlarına ve Hemşirelik Mesleğine Yansımaları. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 12 (2),62-67.
- [111]. Tuncer, S. (2019). Cinsiyetlendirilmiş bir kurum olarak akademi: Türkiye'de akademinin cinsiyet kültürüne bakmak. *Kültür ve İletişim*, (44), 173-208.
- [112]. UNFIEM (2000). Progress of the World Women, UNIFEM Biennial report. 15 10. 2019 tarihinde www.undp.org/unifem/progressww/2000 adresinden erişildi.
- [113]. Weber, M. (1947). *The Theory of Social and Economic Organization*, New York: Oxford University Press.
- [114]. Whitton, S., Stanley, S., & Markman, H. (2002). Sacrifice in romantic relationships: An exploration of relevant research and theory. (İçinde) A. L. Vangelisti, H. T. Reis & M. A. Fitzpatrick (Eds.), *Stability and change in relationships* (pp. 156 -181). New York, NY: Cambridge University Press

- [115]. Willis, J. L. (2009). The psychoanalytic production of pathology: a commentary on the resignification of sexism in "the fabric of internalized sexism". *Journal of Integrated Social Sciences*, 1(1), 48-56.
- [116]. Worrell, J., & Remer, P. (2003). Feminist perspectives in therapy: Empowering diverse women. *Hoboken: Wiley*.
- [117]. Wyche, K. F., & Rice, J. K. (1997). Feminist therapy: From dialogue to tenets. In J. Worell & N. G. Johnson (Eds.), *Shaping the future of feminist psychology: Education, research, and practice* (pp. 57-72). Washington, DC: American Psychological Association.
- [118]. Yaman Öztürk, M (2012). Ataerki: bir kavramın yeniden inşası "Eski" Ataerkiden Ataerkil Kapitalizme. *Eğitim bilim toplum dergisi*, 10 (38), 72- 115
- [119]. Yaraman, A. (2009). Ne okumak değil, nasıl okumak : Feminist eleştiri nesnesi/kaynağı olarak edebiyat. F. Türe & B. Talay Keleşoğlu (Ed.), *Kadın Belleğini Oluşturmada Kaynak Sorunu Sempozyumu bildiriler kitabı* içinde (ss. 257-265). İstanbul: Kadir Has Üniversitesi.
- [120]. Yüksel, Ö. (2011). *Bilinçaltımızdaki masallar: Masallardaki toplumsal cinsiyet rollerine Erich Fromm'la bakmak*. İstanbul: Mitani.

EKLER

Ek 1: Etik Kurul İzni

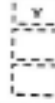


MERSİN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU ONAY BELGESİ

Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü doktora öğrencilerinden Binaz Bozkur'un "Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı'nın Kadınların Güçlülük Algısı, Kendini Susturma ve İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Düzeylerine Etkisi" adlı çalışması kurulumuz tarafından incelenmiş ve Etik yönden uygun bulunmuştur.

Etik yönden geliştirilmesi gerekmektedir.

Etik yönden uygun bulunmamıştır.



Mersin Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu Kararı	
Beynuru Formunun Etik Kurula Ulaştığı Tarih	13/03/2020
Etik Kurul Karar Toplantı Tarihi ve Karar No	25/03/2020- 034
Yer	Mersin Üniversitesi, Uğur Oral Kültür Merkezi
Katılımcılar	Formda imzası bulunan üyelerimiz toplantıya katılmıştır.

KURUL BAŞKANI VE ÜYELERİ:

Prof. Dr. Aşlıhan DOĞAN TOPÇU	Başkan
Prof. Dr. Hürriyet GÖKDAYI	Üye
Prof. Dr.F. Ayşe BALCI KARABOĞA	Üye
Prof. Dr.Turhan KORKMAZ	Üye
Prof. Dr. İsmail TUNCER	Üye
Prof. Dr. Arzu UYSAL	Üye
Prof. Dr. Şerife YORULMAZ	Üye

Açıklama:

Ek -2: Gönüllülük Formu

AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU (Deney Grubu İçin)

Araştırmanın Adı: Feminist Terapi Temelli Grupla Psikolojik Danışma Programı'nın Kadınların Güçlülük Algısı ve İçselleştirilmiş Cinsiyetçilik Düzeylerine Etkisi

Bu çalışma Toplumsal Cinsiyet Çalışmaları bölümünde doktora öğrencisi olan ve aynı zamanda Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünde Dr. Arş. Gör. olarak görev yapan Binaz BOZKUR tarafından yürütülmektedir. Bu form sizi araştırma koşulları hakkında bilgilendirmek için hazırlanmıştır.

Çalışmanın Amacı Nedir?

Bu çalışmanın amacı Feminist Terapiye dayalı grupla psikolojik danışma programının, bu programa katılan kadınların içselleştirilmiş cinsiyetçilik ve güçlülük düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığının incelenmesidir.

Süreç

Araştırma Psikolojik Danışma ve Rehberlik bölümü grupla psikolojik danışma odasında yapılacaktır. Araştırmaya kadın üniversite öğrencileri katılımcı olarak davet edilecek, katılmak isteyenler haftada 120 dakikalık ve 9 hafta süren bir grupla psikolojik danışma programına katılacaklardır. Çalışmada sizden etkinliklere katılmanız ve verilen ödevleri yapmanız istenecektir.

Katılımınızla ilgili bilmeniz gerekenler:

Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Herhangi bir yaptırıma veya cezaya maruz kalmadan çalışmaya katılmayı reddedebilir veya çalışmayı bırakabilirsiniz. Araştırma esnasında katılmak istemediğiniz etkinlikler ve cevap vermek istemediğiniz sorular olursa katılmamakta ve cevap vermemekte tamamen özgürsünüz.

Araştırmaya katılanlardan toplanan veriler tamamen gizli tutulacak, veriler ve kimlik bilgileri herhangi bir şekilde eşleştirilmeyecektir. Araştırma kapsamında alınan ses kayıtları sadece araştırmacı ve tez danışmanı tarafından dinlenecektir. Araştırma tamamlandığında sonuçları da YÖK Tez Merkezinden okuyabilirsiniz.

Bu araştırmanın sonuçları bilimsel ve profesyonel yayınlarda veya eğitim amaçlı kullanılabilir, fakat katılımcıların kimliği gizli tutulacaktır.

Araştırmayla ilgili daha fazla bilgi almak isterseniz:

Çalışmayla ilgili soru ve yorumlarınızı araştırmacıya **b.bozkur@hotmail.com** adresinden iletebilirsiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmaya başlanmadan önce gönüllülere verilmesi gereken bilgileri içeren metni okudum (ya da sözlü olarak dinledim). Eksik kaldığını düşündüğüm konularda sorularımı araştırmacılara sordum ve doyurucu yanıtlar aldım. Yazılı ve sözlü olarak tarafıma sunulan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anladığım kanısındayım. Çalışmaya katılmayı isteyip istemediğim konusunda karar vermem için yeterince zaman tanındı. Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

Yukarıdaki bilgileri okudum ve bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum.

(Formu doldurup imzaladıktan sonra uygulayıcıya geri veriniz).

İsim Soyad

Tarih

İmza

---/---/----

Ek -3: Grup Kuralları

Grup Kuralları

1. Katılımcılar çok zorunlu durumlar dışında her oturuma katılmalıdırlar.
2. Oturumlar sırasında psikolojik danışman ve danışanlar birbirlerine saygılı davranmalıdır.
3. Katılımcılar yapılan alıştırmalara aktif olarak katılmalıdır.
4. Herkes eşit ölçüde söz alma hakkına sahiptir.
5. Verilen ev ödevleri aksatılmadan yapılmalıdır.
6. Grup üyeleri ellerinden geldiğince grup yaşantılarına katılmaya, kendilerini açmaya çalışmalıdır.
7. Grup oturumlarında grup üyelerinin kendilerine ilişkin paylaştıkları özel yaşantılar grup oturumları dışında bir başkasına anlatılmayacaktır. Bu kurala uyulmadığı fark edilirse, grup bir açıklama bekleyebilecektir.
8. Grup üyelerinin birbirlerine güven sarsıcı ve zarar verici davranmalarına izin verilmeyecektir.
9. Grup üyelerinden birbirlerini dikkatle dinlemeleri, yargılamak yerine birbirlerini anlamaları, desteklemeleri ve ortak yaşantılarını paylaşmaları beklenecektir.
10. Grup oturumları süresince gruba katılanların cep telefonları kapalı tutulacaktır.

Yukarıda ifade edilen kuralları kabul ediyorum.

Adı soyadı:

İmza:

Ek-4: Rol Örnekleri Formu

1. Sevecen
2. Boyun Eğen
3. Cana Yakın
4. Sözünde Duran
5. Mantıklı
6. Ağırbaşlı, Ciddi
7. Sıkılgan
8. Kendi İhtiyaçlarını Savunan
9. Haksızlığa Karşı Tavrı Alan
10. Duygusal
11. Duygularını Açığa Vurmayan
12. Yumuşak, Nazik
13. Hassas
14. Merhametli
15. Tatlı Dilli
16. Gönül Alan
17. İncinmiş Duyguları Tamir Etmeye İstekli
18. Kaba Dil Kullanmayan
19. Anlayışlı
20. Namuslu
21. Fedakar
22. Çocukları Seven
23. Sadık
24. Cömert
25. Kadınsı
26. Ailesine Karşı Sorumlu
27. Başkalarının İhtiyaçlarına Duyarlı
28. Gözü Pek
29. Lider Gibi Davranan
30. Girişken
31. Kendine Güvenen
32. Otoriter
33. Baskın, Tesirli
34. Erkeksi
35. Riski Göze Almaktan Çekinmeyen
36. Kuralcı, Katı
37. Hırslı
38. Etkileyici, Güçlü
39. İdealist
40. Saldırgan

Ek-5:Ayakkabılar Etkinliği

1. (“Bir yerden bir yere gitmek istiyorsunuz... Neresi olabilir düşünün... Oraya giderken bazı ayakkabılara ihtiyacımız var... Ben hangilerini söylersem onunla gitmek zorundasınız... Şimdi normal yürüyoruz... Büyük topuklu ayakkabılarla yürüyoruz... Kayakla gidiyoruz... Patenle gidiyoruz... Bale pabuçlarıyla bale yapar gibi gidiyoruz... Ayağınızı sıkkan ayakkabılarla yürüyorsunuz... Yeni alınmış ayakkabılarla yürüyoruz... Şimdi istediğiniz yere varıyoruz...” Ardından şu sorularla grup etkileşimi devam ettirilir:

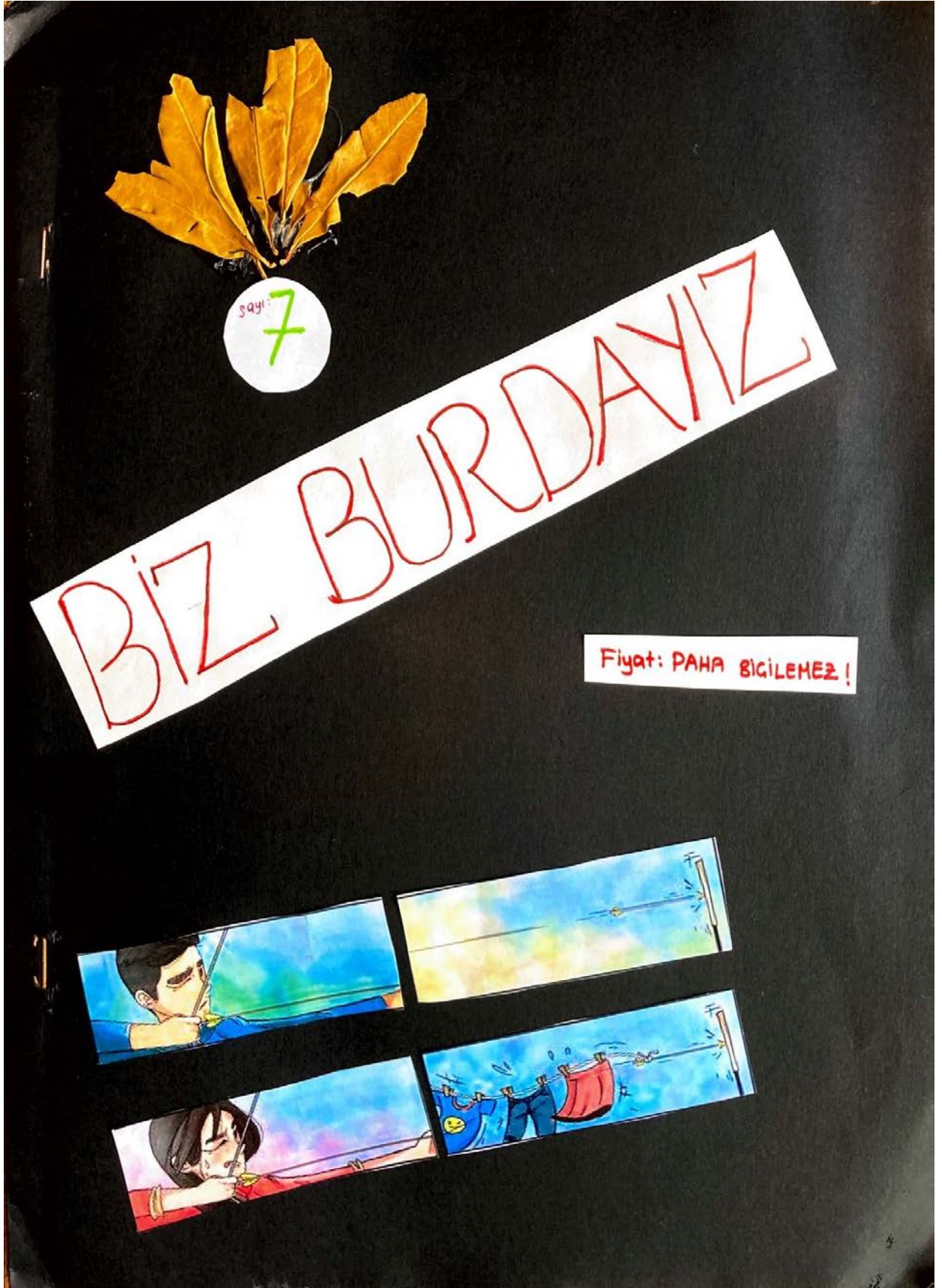
- Ayağınızı sıkkan ayakkabılarla yürümek nasıl hissettirdi?
- Rahat ayakkabılarla yürümek nasıldır sizce?
- Ayakkabıları bize verilen roller olarak düşündüğünüzde hangilerini çıkartmak istersiniz.



Ek-6: Grup Hikâyesi

- 1- Süper güçleri olan bir kahraman varmış.
- 2- Bu kahraman güçlerini insanlara yardım etmek için kullanırmış
- 3- Bir gün bir adamı bir kasabada bir kadına saldırırken görmüş, yanlarına girmiş
- 4- Engel olmaya çalışmış
- 5- Adam süper kahramanın kadın olduğunu görünce gücünü hafifletip ona da saldırır
- 6- Süper kahraman kadın adamı döver!
- 7- Adam kaçıp uzaklaşır
- 8- Adam bunu gururuna yedirmeyip birkaç kişiyle geri gelir
- 9- Gerideki kadınlar da yardım etmeye gelirler
- 10- Süper kahraman bu durumun çok yaygın olduğunu fark eder
- 11- Tüm gücünü bu olayları çözmek için kullanır
- 12- Bu sırada şiddet kullanan adam şiddet kullanmaya cesaret edememiş!
- 13- Kadınlar bunu tüm dünyaya duyurmak için bir proje yapmışlar, dayanışma içinde olurlarsa her şeyin üstesinden gelebileceklerini göstermişler.
- 14- Yapılan proje sayesinde kadın dayanışması ile kadınların şiddetle üstesinden gelebilecekleri gösterilmiş, ancak şiddetin insan doğasında olmasına henüz çözüm bulamamışlar.

Ek 7: Yansıtıcı Materyaller



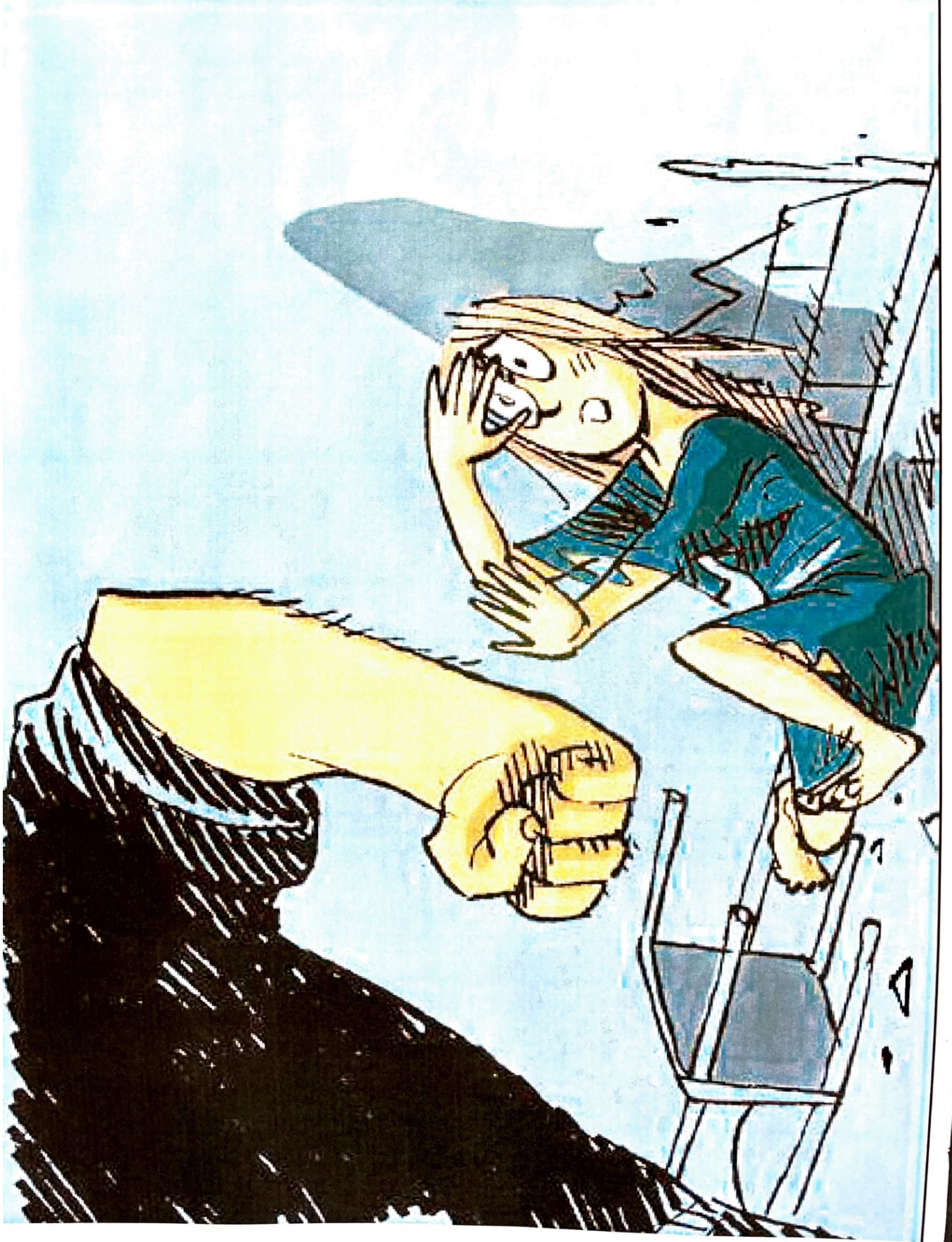
TOPLUMSAL CİNSİYET

- Cinsiyet bütün toplumlarda önemli bir **sosyal anlam** taşır.
- Kadınlar çoğunlukla **annelik ve eşlik** gibi toplumsal cinsiyet rolleriyle
- Erkekler ise **mesleki ünvan** gibi statülerle tanımlanırlar



Ne yazık ki kadınların tek var olma sebebi temizlik, yemek, çocuk, ev ve kocasına itaatkarlıkmış gibi dış dünyadan soyutlaştırılmış ve bu normlara uymayanlara “ahlaksız, aranıyor” damgası yapıştırılmıştır.





KIZINI

DÖVMELYE ~~AN~~

DİZİNİ

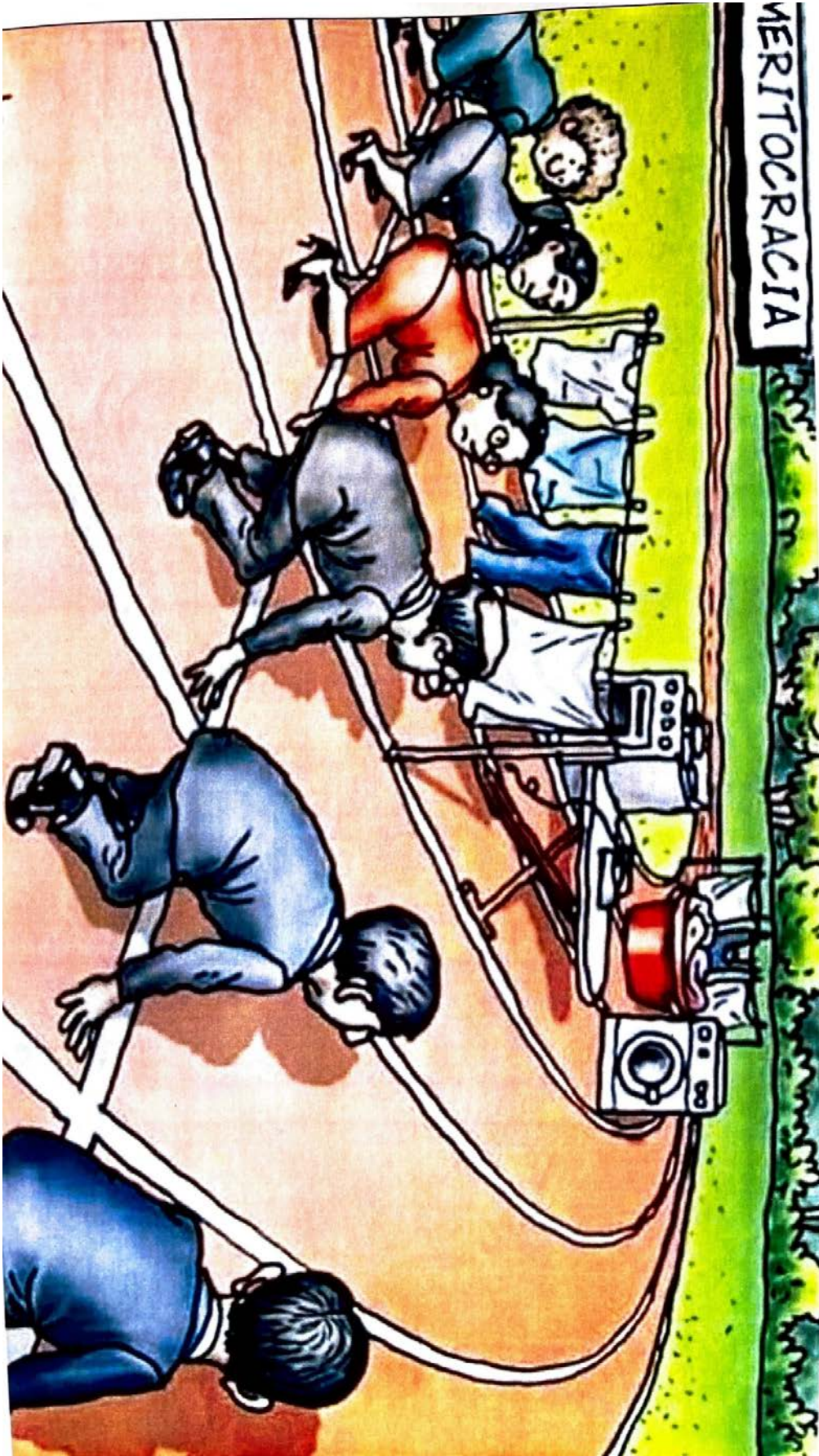
DÖVER ~~R~~



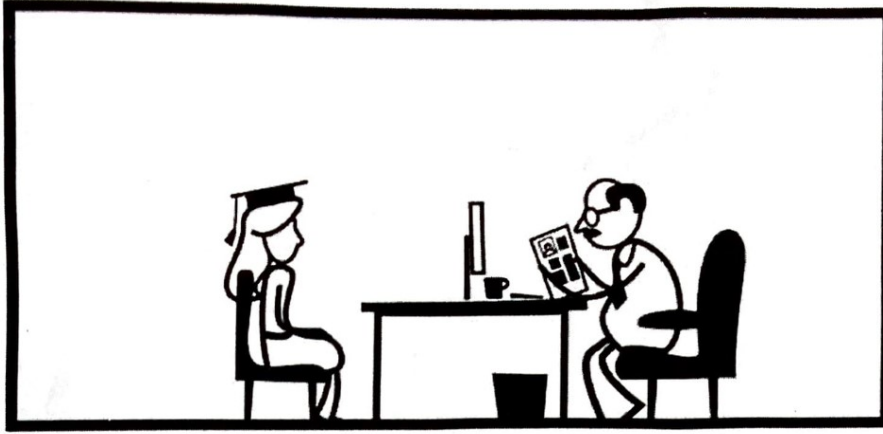
GİGEKLERİMİZİ
KOPARTABİLİRSİNİZ
AMA BAHARIN
GELİŞİNİ ENGELLE
MEZSİNİZ



DÜŞEN SÜTYEN ASKIN
CANINI ACITAN AĞDA, CİM
YOK. DUŞTAN SONRA SAAT
CE UĞRAŞACAĞIN SAGIN
KARNINDA TAŞIYACAĞIN BE
YOK. SANCISINI GEKECEĞİN
REGLİN YOK. CİNSEL İLİŞKİ
GİRSEN KAYBEDECEĞİN
HİGBİR ŞEY YOK. TEK BAŞI
GECE DIŞARI GIKSAN LA
ATACAK KİMSE YOK. SO
GİYSEN BAKACAK KİMSE Y



BİR KADININ
GÜCÜNÜ TEST
ETMEK İSTİYORSA
İE ONA BÜYÜK
BİR SORUMLULUK
VERİN

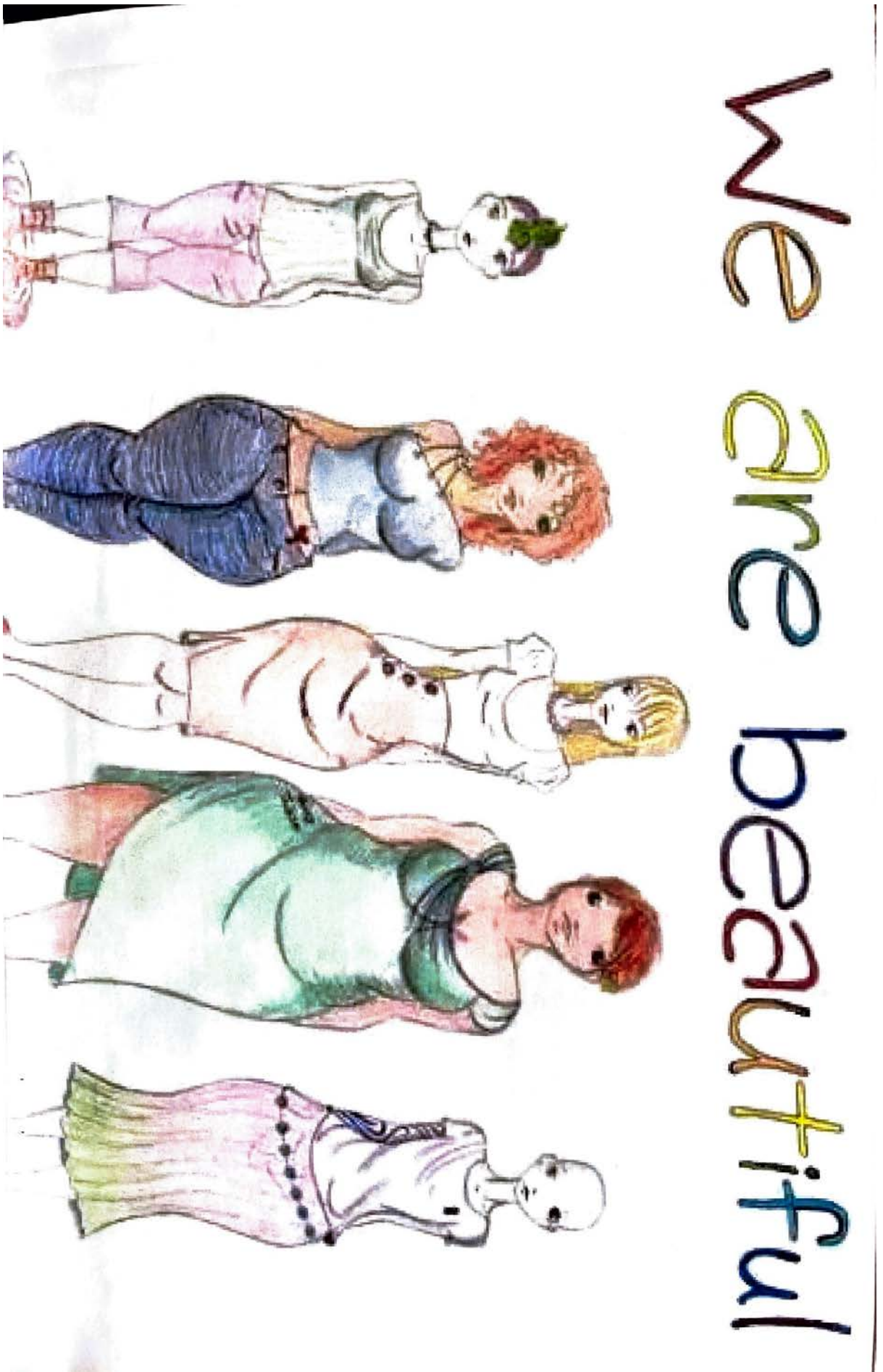


BA

- Zayıfmış gibi davranmaktan yorulmuş kadına karşı, güçlüymiş gibi davranan yorulmuş zayıf bir erkek vardır.

- Aptal gibi görünmekten sıkılmış her kadına aklın sesi gibi davranmak zorunda olmuştur bir erkek vardır.

- Disiligi sorgulanan her kadına karşı, gi kanıtlamak için rekabet etmek zorunda bırakılmış bir erkek vardır.



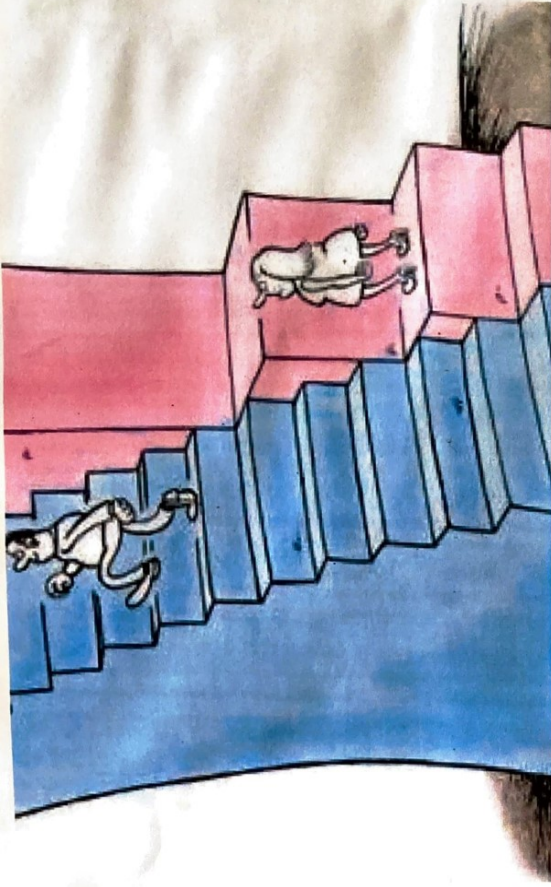
KENDİN
OLMAYA KAR
VERDİĞİN AN
GÜZELLESİRSİ

KARİKATÜR KÖŞESİ





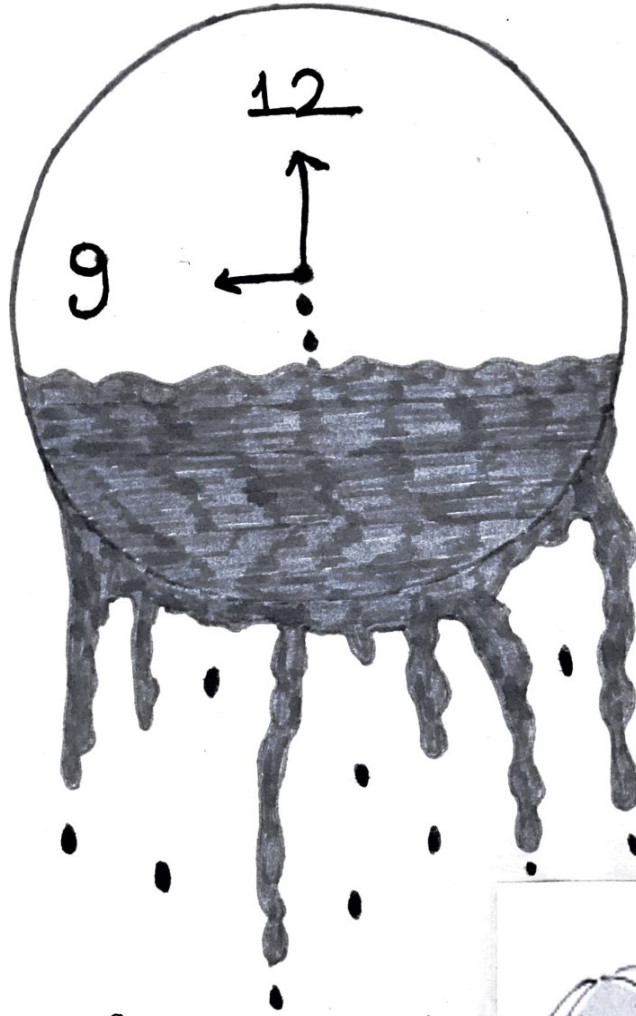






KADIN HAKLARI & TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİT(SİZ)LİĞİ





Yardım kuruluşu Save the Children'a göre dünya genelinde her yedi saniyede bir 15 yaşın altındaki bir kız çocuğu evlendiriliyor.

Kuruluşun araştırmasına göre Afganistan, Yemen, Hindistan ve Somalinin de Analarında bulunduğu bazı ülkelerde yaşları 10'a kadar düşen kız çocukları evlenmeye zorlanıyor.

Save the Children, erken evliliğin kızların yaşamının her kısmında dezavantajlı bir duruma sokabileceğini kaydetti.

Kız çocuklarını erken evliliğe zorlayan faktörler arasında; çatışma, yoksulluk ve insani krizler sayılıyor.



Dünya Kız Çocukları Günü

Çocuk Gelinler Küresel
SORUN :

700 milyon
çocuk gelin var.



7 saniyede **1** kız çocuğu evlendiriliyor.
Türkiye 144 ülke içerisinde 55. sırada.
Nijer çocuk gelin sorununun en çok yaşandığı ülkedir.



2018 yılında 133 bin 809 kadın şiddete maruz kaldı. Bu yılın ilk 7 ayında şiddete maruz kalan kadın sayısının ise 96 bin 417 oldu. 2018 yılı ve



2019 yılının ilk 7 ayında şiddete maruz kalan kadınların 393'ü hayatını kaybetti. Yeni rakamlara göre ülkemizde her gün yaklaşık 400 kadın şiddete maruz kalıyor. Bu sadece kayıtlara geçen

rakam; şiddete maruz kaldığını soklayan kadınlara birlikte rakamın çok daha vahim boyutlara varmaktadır. Bu da gösteriyor ki ülkemizde her 3 günde 2 kadın cinayeti işleniyor.

Kadınların ve erkeklerin aynı işte çalışmasına rağmen aynı maaşı alamayabilmelerinin. Çünkü kadın çocuk doğurur, ev işleriyle uğraşır gibi geni kafalı iş verenler yüzünden kadın ikinci plana atılıp daha az maaşla çalıştırılır. İş veren erkeğin kadın gibi sorumluluk olmadığını bildiği için çalışanlarının erkeklerden düşmesini ister ve bu durumda da ayrıcalık gösterir.



Bazı erkekler, eşini sınırlandırarak kendine bağımlı hale getirirler. Ve bunu eşini korumak, onu etrafından kışkırdığı için yaptığını savunup, bu hareketlerinin ortasında kalmaya çalışırlar. Bu yanlış davranıştan rahatsız olan kadınların olduğu kadar, cisitlanmaktan memnun olan kadınlar da vardır. Çünkü kendini saklandığı için mutlu olurlar. Eşini himayesi altına alarak, planda ögür bir birey olmaktan korkup, kendini bağımlı hale getirir.





Kadınlar, hayatın her alanında olduğu gibi çalışma yaşamında ve ev yaşamında daha fazla eziliyor. Çalışmaktan dönen sorunların yanında bir de çocukların bakımı eklenince omuzlarındaki yükte ağırlıyor. Hatta çocuklarına bakacak kimsenin olmamasından dolayı ister ayrılmak zorunda kalan kadınlar azımsanmayacak çoktur. Bu gibi sorunların çözülmesinde en önemli yardımcı estir. Ve en büyük sorumluluk da ese düşmektedir.





Kadın ve erkek aynı
kulvarda yarışsalar bile
kadına erkekten daha
çok toplumsal yük
yüklenişi için hayatta
her zaman geride kalır.

Kadın, toplumda belirli bir
statüye gelmek için kendini
geliştirebildiği kadar, öğrene-
bildiği kadar öğrenir. Ama
erkek sadece erkek olduğu
için toplumda kadın gibi
hiçbir zaman zorluklara
karşılaşamayacağı gibi, karşıla-
sa bile kadın kadar baskı
göremeyeceği gibi attatması
ve bu yerlere gelebilmesi
her zaman için daha kolaydır.
Aynı statü için bile kadın
her zaman daha fazla çalışmak
zorundadır.





Cinsiyete dayalı iş bölümü ataerki sistemin devamlılığının koşuludur. Ataerki, kadınlara ve erkeklere farklı görev ve sorumluluklar yükleyerek, erkeklerin egemenliklerini sürdürmesini ve kadınları denetim altında tutmasını sağlar.

Kadınların özgürleşmesinin ve gerçek anlamda eşitlikçi bir toplumun koşulu, toplumsal görevlerin kadınlara erkeklere eşitlikçi bir biçimde dağıtılmasından geçer.



Kimi der ki kadın
Uzun kış gecelerinde yatmak içindir
Kimi der ki kadın
Yeşil bir harman yerinde
Dokuz zilli köpek gibi oynatmak içindir.
Kimi der ki ayalımdır,
Boynumla taşıdığım vebalımdır.
Kimi der ki hamur yoğuran
Kimi der ki çocuk doğuran.
Ne o, ne bu, ne döşek, ne köpek, ne ayal, ne vebal,
O benim kollarım, bacaklarım, başımdır,
Yaurum, annem, karım, kız kardeşim,
Hayat arkadaşımıdır ooo

Nasım Hikmet
RAN

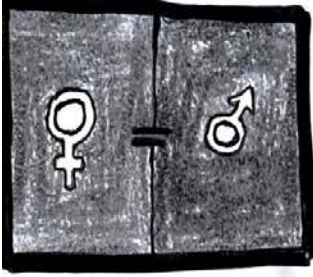




En gelişmiş ülkeden en yoksuluna,
tüm ülkelerde kadınlar; şiddetin,
cinsiyetçi uygulama ve "geleneklerin"
her türlüüne maruz kalıyor.

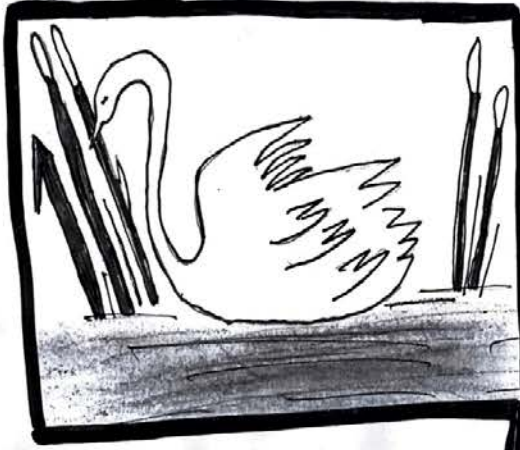
Birleşmiş Milletler'e göre, kadınların
9035'i ömründe en az 1 kez şiddete
maruz kalmış. 15-49 yaş aralığındaki
her 5 kadın ve kız çocuğundan
biri yakınları tarafından fiziksel ve
cinsel şiddet görüyor. 200 milyon
kadın ve kız çocuğu "sünnet" gibi
uygulamalarla sabotaj ediliyor. Kısacası,
en gelişmişinden en yoksuluna tüm
dünyada, toplumun yarısı şiddet cerede-
sinde yaşamaya devam ediyor.





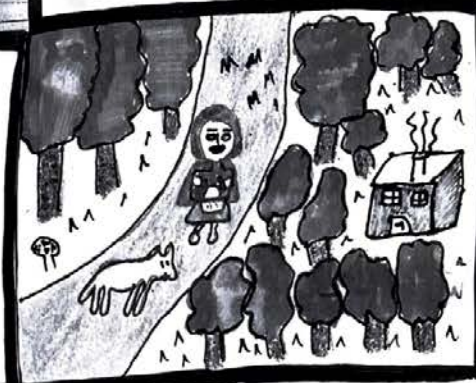
Küçük yaşlardan itibaren bizlere cinsiyetçi roller dayandırılmaktadır. (Kız çocukları bebek oynar, erkek çocukları arabayla oynar.)

Ev içersinde (ortak alanda) yapılması gereken işler daha çok kız çocuklarına öğretilirken erkek çocukların sanki bunlara hiç ihtiyacı yokmuşcasına tolerans gösteriliyor. Halbuki kendi yemeğini pişirebilen temizliğini yapabilen bir erkek modeli oluşturulabilir.



KADINA MASALDA
BİLE
RAHAT YOK!

Masallarda Kadının güzel olma zorunluluğu, bağımsızlık korkusunun pekiştirilmesi, sadık ve itaat eden kadın modeli ortaya çıkıyor.
(Çiğdem kadınlar evde kalmaya mahkum.)



Kadın; ailesine bağlı, toplumun beklentilerini zorlamayacak bir birey olmalı. Kadın, rolünün dışına çıkarsa toplum tarafından dışlanır ve cezalandırılır.

SEVDA
BAYRAM

Öncelikle Kadın haklarının çoğunu bildiğimi düşünüyorum. Ama toplumla birlikte bir birey haline geldiğimiz için ister istemez bazı ayrıcalıklı şeyleri maalesef ki görüp ve bazen de buna maruz kalıyoruz. Belki de çoğu zaman maruz kalıyoruz bunlara ama alışılmış şeyler artık ayrıcalık gibi değil de normal ahlak kuralları gibi görünebiliyor bizzat.

Bu gibi durumların artık daha farkında ve daha da bilinçli bir şekilde dayatılmaya çalışıldığının bunun kasti olarak yapıldığının farkına vardım. Hiçbir zaman masallar gibi güzel şeylerin altındaki amaçların bombajla olabileceği asla kadının oradaki aciz konumuna düşürüleceğini bilmezdim. Başka bir alanda da bunu öğrenemedim bu ders sayesinde bu farkındalığın farkına vardım.

Çoğu konuda kadınların erkeklerden kat ve kat üstün olduğunun bir kadın olarak çok farkındayım. Ama ataerkil bir toplumun getirdiği aşırı katı kuralları yüzünden hep bastırılıyor. Ve güşüz taraf bize duyulmaz. Maalesef ki daha iyi yerlere gelebileceğimizden asla bir şüphem dahi yok. Aslında bırakılsa şimdiki 100 katı daha iyi şeyleri kadınlar çok daha iyi başarabilir diye düşünüyorum.

Bu ders bana farklı açılarından bakmayı eğitirliğinin sadece bu konuda değil bir çok konuda dayatıldığının kadınların sadece kadın oldukları için bazı şeyleri yapmaya haklarının olmadığına aslında erkeklerin rekabetçisi bilerek yaratmadığını böyle bir ortamda bulunmaktan içten içe çekindiklerinin farkına vardım.

Neler öğreneceğimi düşünmeden aldığım bu ders bana çok şey kattı. Topluma dayatılan, yanlış olduğunu bilmediğim, cinsiyet rollerinin çoğu kişi tarafından kurallastırılmış erkek - kadın farklılığının daha çok farkına vardım. Fark ettiklerimin yanı sıra bilmediğimiz, bilincaltına o kadar çok şey işletiliyor ki onları öğrendiğimde daha çok şaşırdım ve bilinclendim. Belki de tek başımıza tepkimizi kayıtsız, işe yaramayacağını düşünürdüm ama bu dersler sonra, fikrim tamamen değişti. Derslerin eğlenceli hale gelmesi de bizi derse kendimizi vermenize, sıkılmamanıza neden oldu. Belki de en çok verim aldığım derstir.

* Çocukluk, Ergenlik ve Diğer Yaşam dönemlerinde Cinsiyete Yönelik Mesajlar

Bir dersimizde bunu konuştuk. O ders benim farkındalığımı çok artırdı. Çünkü daha önce hiç düşünmemiştim anaokulda, ilkokulda, ortaokulda veya lisede ne gibi cinsiyetimize yönelik mesajlar aldığımızı. Bir kadın olarak aslında yaşamımızın hangi döneminde olursak olalım maruz kalıyormuşuz bunlara.

* Kırmızı Başlıklı Kız

Bu masaldaki bazı şeylerin sembolik olduğunu ve masalın bize anlatmak istediğinin aslında çok farklı olduğunu öğrendim bu derste. Amerin kızına, ana yoldan sapma yoksa testiği kırarsın dersen orada bekarlık yurdu yapıldığını, kurnaz olan kurdun bir erkek rolünde olduğu ve büyükanne ve kızı kurtarmanın yanı sıra büyü olan da bir erkek olduğu...

* Kukla Olmak

Bu dersimizde iğnelerli griplara ayrılarak bir oyun oynadık. Sırasıyla birimiz kukla, birimiz onu hareket ettiren kişi olduk. Oyun bitiminde hocamız bize nasıl hissettiğimizi sordu. Kukla olmak yani bir başkası tarafından kontrol edilmek beni kötü hissettirmese de bazılarımda kötü hissettirmişti.

* Pamuk Prenses ve Yedi Cüceler

Zalim bir üvey anne ve kızın öyküsüdür bu. Bu derste daha önce fark etmediğim şeyleri gördüm. Kadınlar arasındaki rekabeti, pamuk prenses "sırf" çok güzel olduğu için prensin ona aşık olması ve sarımsında tabutu taşıdığı için kızın da yınarak ona aşık olması (seme şansı verilmemiş), kadının iyi de olsa kötü de olsa kaybettiği, kadının saf olarak yansıtılması (pamuk prensesin her defasında üvey anneye kanması)

* Çirkin Ördek Yavrusu

Küçük kuğu ördeklere benzediği için onlar tarafından çirkin bulunur ve sürekli dışlanır. Öbür kuğular arasına katılma cesareti gösterdiğinde kuğular onu çok beğenirler. Bu masaldan da çıkarıldığı üzere "güzellik görecelidir."

Kadın cinayetlerinin, kadına yönelik fiziksel ve psikolojik şiddetin tavan yaptığı bu dönemde uyandığım sabaha yeri bir kadın cinayeti haberi ile uyanmaktan korkuyorum. Ülkenizin her yanından o kadar çok kadına şiddet ve kadın cinayetleri haberi alıyoruz ki kendi ülkenin sokaklarında istediğim herhangi bir saatte, istediğim herhangi bir kıyafetle yürümeye, dolaşmaya bile korkar oldum. Bazı masallarda bile kadına yönelik alt mesajlar olduğunu gördüğümde epey şaşırdım. Masallarda bile kızlara regl olduklarında utanmaları, erkekler için bir kalıba girmenin normal olduğu, annelerinin sözlerinden çıkmamaları gerektiğini, kısacası kadına "iyi" bir kadın olması için ne yapması gerektiği alt mesaj olarak verilmekte. Ama bizler artık bu konu hakkında gerçekleri bilinçlemeli ve insanları da bilinçlendirmeliyiz çünkü kadın özgür doğar ve yaşamını erkeklerle eşit haklara sahip olarak sürdürür.

KİTAP ÖNERİSİ

BİLİNMEYEN BİR KADININ MEKTUBU

STEFAN ZWEIG

Stefan Zweig "Bilinmeyen Bir Kadının Mektubu" adlı uzun öyküsünü 1920'li yılların ilk yarısında kaleme aldı. Bilinmeyen Bir Kadının Mektubu'nun kadın kahramanını sadece uzun bir mektubun yazarı olarak tanıyoruz. Kadının hayatı boyunca sevmiş olduğu erkek için kaleme aldığı bu mektubun "gönderen"inin adı yoktur. Mektubun başında tek bir hitap vardır: "Sana, beni asla tanımayan olan sana". Kadın büyük tutkusunu hep bir "bilinmeyen" olarak, yani tek başına yaşamaya razıdır, bu aşk öyküsünde "taraf" değil, sadece tek bir "taraf" vardır. Böylelikle, gerçek anlamda aşk denilebilir mi? Zweig okurunu, bir kez daha, insan psikolojisinde eşine pek rastlanmayan bir yolculuğa davet ediyor. Bu yeni yolculuğun sonunda "mutlu aşk" kavramının simdiye kadar bilinmeyen kuyuluna varmayı amaçlamış olması da bir ihtimal!







Ve bir can
Bir umut
Kocaman bir dünya
İçinde ben
İçinde yalnızca umut
Etrafı korku, hüzn,
yalnızlık ve karanlık
ama
İçinde bir umut
Ve özgürleşmiş koca bir
dünya.
Uçuyor, akıyor rüzgarda
ve aşıyor hırçın
Okyanusları dalıyor
Gerçeklere ve rüyalara...

İçim dışıma sığmıyor,
Dışım ise içimi sığdıramıyor.
Bir şeye sığınmak mı,
Yoksa bir şeyleri içime sığdırmak mı?
Ya kalıplara bürünmek,
Ya da kalıpları bürümek.
Koca dünya, kelimeler az.
Canlı bedenlerde tükenmiş ruhlar mı,
Tükenmiş bedenlerde canlı ruhlar mı var?
Tek bir nokta etrafında dolusmus,
Düşünceler kormasık.
Her yer küçük portakallarla dolu,
Patlamış bombanın kalıntılarıyla.
Gürleyen simsek misali,
Düşünceler var...

Ben geldim geliyorum
Bir gece yolculuğunda
Sıpındım ay ışıfına
Amansız gece
Bitmeyen yolculuk
Düşlerim cansız
Ölü bedenli düşlerim
Düşüşlerim
Göküşlerim
Bitişlerim
Yıkılışlarım
Nefes, bir his
Son ama değil
Tekrarlı, yinelisli yeniler
Ben geldim geliyorum.

Bırak kendini, yaşla sırtını ve dinle
Bırak aksın rüzgar, alkışlar, uğultular
Sen at kendini müziğin akışına
Bırak okesin ruhunu
İlmek ilmek hisset bedeninde
İlişkilerine kadar dokunmasına izin ver.
Şakırlarında, şah damarında can bulsun
Gezsin teninde, dolansın boynunda,
İçine kadar işlesin fitresin bedenini
Parmak uçlarına dolansın.
Dans etsin tutkayla dönsün cefasında
Ve sen müzikle yaşa Sonsuza dek.....

"Bir kadın olarak benim bir ülkem yok. Kadın olarak benim ülkem tüm dünya."
- Virginia Woolf -

Fırtınalı bir dünyada araya girmenin en rahatlatıcı ve en güçlü yolu; ayakta kalkıp ruhunuzu göstermenizdir.

- Clarissa P. Estes -

Güçlü kadınlar; içemeyeceğini kadehine, yapamayacağını diline, sevemeyeceğini gönlüne koymaz.

- Kanyon arkası -

Bilim adamı / Kadını değil
BİLİM İNSANI

İş adamı / Kadını değil
İŞ İNSANI

Kız çocukların oyuncaklar, elbiseleri pembe olur
Erkek çocuklarının oyuncak ve elbiseleri mavi ve
siyah olur X renk cinsiyeti belirtmez

Sözün önemi X Sözüne sadık

Adam gibi X İyi diğün

Erkek sözün X Söz

Adamakıttı X Layığıyla

Bu işin adamı X İyi işi





Ek-12. Veri Toplama Araçları

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Saygıdeğer katılımcılar;

Aşağıda demografik bilgiler ve bazı görüşlerin olduğu soru formları bulunmaktadır. Lütfen her ifadeyi okuduktan sonra ifadelere size uygun olan seçeneği işaretleyiniz. Araştırmanın sağlıklı sonuç verebilmesi için samimi yanıtlar vermeniz beklenmektedir. Vereceğiniz bilgiler sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacağından adınızı yazmanıza gerek yoktur. Katkılarınız için teşekkürler.

Arş. Gör. Dr. Binaz BOZKUR

Mersin Üniversitesi

Reh. Ve Psk. Dan. ABD

1. Yaşınız? (Lütfen yazınız)

2. Medeni Durum: () Evli () Bekar () Sözlü / Nişanlı

3. Sınıfınız? (Lütfen yazınız)

4. Romantik ilişkiniz var mı?

() Evet

() Hayır

5. TC kimlik no (son 5 rakamı öntest ve sontetlerin eşleşmesi amacıyla alınmaktadır):

KGÖ

Saygıdeğer katılımcılar,

Aşağıda bazı ifadeler bulunmaktadır. Lütfen bunları dikkatlice okuyunuz. Sizden istenen bu ifadeler hakkındaki görüşünüzü en iyi açıklayan seçeneği işaretlemenizdir. Bu ifadelerin doğrusu ya da yanlışı yoktur, önemli olan kendi düşüncenizi samimi bir biçimde ifade etmenizdir. İlgi ve katkılarınız için teşekkür ederim.(Not: Sadece kadın katılımcılar dolduracaktır.)

1= Kesinlikle katılmıyorum 2= Katılmıyorum 3= Kararsızım 4= Katılıyorum 5= Tamamen Katılıyorum

Arş. Gör. Dr. Binaz BOZKUR,

No	Maddeler	5	4	3	2	1
1	Bir kadın olarak yeteneklerime güvenirim.					
2	Diğer kadınları yasal haklarını kullanmaları için teşvik ederim.					
3	Bir kadın olarak güçlü yönlerimin farkındayım.					
4	Verdiğim kararların saçma bulunmasından korkarım.					
5	Diğer insanların benden hoşlanmamalarından korkarım.					
6	Karar verirken zorlanırım.					
7	Kadının annelik görevi eğitiminden daha önemlidir.					
8	Kadının aile huzuru eğitiminden önce gelir.					
9	Kadınlara daha az yasal haklar verilmelidir.					
10	Etrafımdaki kadınları eğitimlerine devam etmeleri için cesaretlendiririm.					
11	Kendimi en az erkekler kadar değerli bulurum.					
12	Hangi sorunlarla karşılaşırsam karşılaştığım eğitime devam etmeye önem veririm.					
13	Bir kadın olarak kendimi olaylar karşısında çaresiz hissediyorum.					
14	Bir karar verirken başkalarının yol göstermesini isterim.					
15	Kadınlar için iyi bir evlilik iyi bir eğitimden daha önemlidir.					
16	Kadının eğitilmiş olması kadın / erkek ilişkilerini olumsuz yönde etkiler.					
17	Zihinsel beceri gerektiren bütün işleri en az erkeklerin yapabildiği kadar iyi yapabilirim.					
18	Kadına yönelik şiddet, baskı vb. olumsuzluklarla mücadele edilmesini teşvik ederim.					
19	Eğitim kadının statüsünü olumlu yönde değiştiren en önemli araçtır.					
20	Bir işe başlayacağım zaman o işi yapabilme konusunda kaygılanırım.					
21	Dünyaya erkek olarak gelmek isterdim.					
22	Ailem/sevdiklerim için eğitimimi sürdürmekten vazgeçebilirim					
23	Hayatımdaki önemli insanlarla eşit ilişkiler kurarım.					
24	Kadın olarak yasal haklarımın farkındayım.					
25	Kadın olmaktan hoşlanmıyorum.					
26	Verdiğim kararlar iyi sonuçlanır.					
27	Eğitilmiş kadın karşı cinsle daha eşit ilişkiler kurabilir.					
28	Kadın zayıf olduğu için karar vermekte zorlanır.					
29	Kadına yönelik şiddet davalarında daha ağır cezalar verilmelidir.					
30	Türkiye’de kadınlara verilen yasal haklar yeterlidir.					

31	Kadının yasal haklarını kullanması aile birliğini bozar.						
----	--	--	--	--	--	--	--

icö

Saygıdeğer katılımcılar,
Aşağıda kadınların kendileri ve duygu, düşünce ve davranışları ile ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır. Lütfen bunları dikkatlice okuyunuz. Sizden istenen size en uygun olan seçeneği işaretlemenizdir. Önemli olan kendi düşüncenizi samimi bir biçimde ifade etmenizdir. Verdiğiniz yanıtlar sadece bilimsel bir araştırmada kullanılacaktır. İlgi ve katkılarınız için teşekkür ederim. 1= Kesinlikle katılmıyorum 2= Katılmıyorum 3= Kararsızım 4= Katılıyorum 5= Tamamen Katılıyorum

Arş. Gör. Dr. Binaz BOZKUR,

No	Maddeler	5	4	3	2	1
1	Bir konuda fikrimi doğrudan söylemek yerine soru sorar gibi ifade ederim.					
2	Bir ortamda benim dışımdaki bir kadına benden fazla ilgi gösterilmesini istemem					
3	Amirim erkek olmasını tercih ederim.					
4	Güzel görünmek için rahat olmayan ayakkabılar giyerim.					
5	Biri bana iltifat ettiğinde bunu geçiştiririm.					
6	Herhangi bir konuda kendi istek ve ihtiyaçlarıma öncelik verdiğimde suçluluk hissedirim.					
7	Ben bazı kadınlar gibi dedikoducu değilim.					
8	Tepki çekme kaygısıyla yeteneklerimi ve başarılarımı küçümserim.					
9	Bir ortamdaki en güzel kadın olmayı isterim.					
10	Giydiğim kıyafetlerin başkaları tarafından beğenilip beğenilmediği konusunda endişelenirim.					
11	Erkeklerle rahat olan kadınları anlayamam.					
12	Kadınlardan çok erkek arkadaşlarla çalışmayı tercih ederim.					
13	Bedenimin nasıl görüldüğünden çok bedenim ile ilgili benim nasıl hissettiğim önemlidir.					
14	Çoğunlukla kendimi özür dilerken buluyorum.					
15	Bazı kadınlar şiddeti hak eder.					
16	Erkeklerin saygı, onay, övgü veya eleştirilerini kadınlarınkinden daha fazla önemserim.					
17	Sevdiklerim için doğru olanı yapmak, gerçekten istediğim şeyi yapmaktan daha önemlidir.					
18	Boş zamanlarımda kadın arkadaşlardan çok erkek arkadaşlarla zaman geçirmeyi tercih ederim.					
19	Evlenilecek kadın başka, eğlenilecek kadın başkadır.					
20	Başkalarının isteklerini yerine getirmeye odaklandığım için kendim ne istediğimi bilmekte zorlanırım.					
21	Bazı kadınlar gibi entrika çevirmek bana göre değil.					
22	Hırslı kadınlar beni rahatsız eder.					
23	Güzel olmak kaygısıyla sık sık diyet yaparım.					
24	Önemli kararlar vereceğim zaman çevremdeki erkeklere danışırım.					

25	Kadın kendisini ailesine adamalıdır.						
26	Daha eğitilmiş ve daha deneyimli olsam bile çevremdeki erkekler kadar yetkin hissetmiyorum.						
27	Bazı kadınlar gibi davetkar görünmek hoşuma gitmez.						
28	Yanlış bir davranış sergilediğinde bir kadına müdahale etmeyi bir erkeğe müdahale etmekten daha kolay bulurum.						
29	Olman gerektiğini düşündüğüm beden ölçülerine sahip değilsem, bedenimden utanırım.						
30	Bir şey hakkında yorum yapmadan önce yorumumun yanlış olabileceğini söylerim.						
31	İsteklerimi kararlı bir biçimde ifade ederim.						
32	Yüksek sesle kahkaha atan kadınlar hafifmeşrep kadınlardır.						
33	Kadının düşmanı yine kadındır.						
34	. Güzel görünmek için hareketlerimi kısıtlayan kıyafetler giyerim						
35	Ben diğer kadınlar gibi yalan söylemeye meyilli değilim.						

Ek- 13: Grup Oturumu Örneği

2. Oturum

Amaçlar

1. Kadınların toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında çocukluk ve ergenlikte toplumdan ve aileden aldıkları mesajları tanımlarına ve bu mesajların hayatlarındaki etkisinin farkına varmalarına yardımcı olma

Araçlar

1. Kırmızı başlıklı kız masalı
2. Kalem- kağıt
3. Küçük top

Süre: 120 dakika

Süreç

1. Öncelikle 1. oturumun özeti grup lideri tarafından yapılır ve davranışsal amaç belirlemeye yönelik verilen ev ödevi üzerinde konuşulur. Grup üyelerinin grupla ilgili paylaşmak istedikleri duygu ve düşünceleri varsa paylaşmaları sağlanır.
2. Grup lideri “Masallar çocukları uyutmak büyükleri ise uyandırmak için anlatılır ve masallar toplumun bilinçaltını yansıtan önemli ipuçları içerir. Şimdi size belki de hepinizin bildiği bir masalı okuyacağım ve bu masalla kadınlara toplum tarafından verilen mesajları beraber bulmaya çalışacağız” denilerek “Kırmızı Başlıklı Kız” masalını okur.
 - Bu masal bir kadın olarak size ne çağrıştırdı?
 - Bu masal ile kadınlara verilen mesajlar nelerdir?

Soruları gruba sorularak katılımcıların paylaşımları alınır. Grup lideri “Kırmızı başlıklı kız: Adet görmeye, yetişkin olmaya ve cinselliğiyle karşı karşıya kalmaya başlayan kadındır. Yoldan sapmama ve şişeyi kırmama ikazları ise cinselliğin tehlikelerine ve namusun yitirilmesine işaret etmektedir. Bu masaldaki kurt ise saldırgan ve kandırıcı erkekleri sembolize etmektedir. (Masalın psikolojik çözümlemesi Fromm, (2003)’ten alınmıştır)” diyerek masalın ilettiği mesajlar hakkında bilgi verir ve katılımcılara aşağıdaki sorular sorularak paylaşımları alınır:

- Namus kavramından kaynaklı ailede ve toplumda engellemelerle ve baskılarla karşılaşmış mı?
- Toplumdaki namus anlayışının üzerinizde nasıl bir etkisi oldu?

Bu sorular katılımcılara sorulur ve paylaşımları alınır.

3. Grup lideri “ Şimdi uygulayacağımız etkinliğin adı “Kişisel Cinsiyet Rollerini Sosyalleşiminin Tarihi’dir. Bu etkinliğin amacı cinsiyet rollerimizi nasıl edindiğimizin farkına varmaktır” diyerek etkinliği başlatır. Grup üyelerine kağıt ve kalem dağıtılır. “Şimdi biraz geriye gidelim ve hayatınızda ilk defa kadın veya kız olmanın ne anlama geldiğini öğrendiğiniz ve hissettiğimiz zamanı hatırlayalım: Okul öncesi (4-6 yaş), ilköğretim (7-11 yaş), ortaokul (11-14 yaş), lise (15-18 yaş), üniversite (18 yaş ve sonrası).

Katılımcılara 10 dakika süre verilir ve hatırladıklarını dönemlere göre not etmeleri istenir. Bütün katılımcıların kişisel tarihleriyle ilgili hatırladıklarını paylaşmaları sağlanır. Grup üyelerinin kişisel tarihlerinde benzerlikler varsa “paylaştırma” yapılır. Ardından şu sorularla grup etkileşimi devam ettirilir:

- Kadın olmaya dair aldığınız mesajlar neyle ilgiliydi? (örneğin davranış, kişilik, giyim, kişilerarası ilişkiler vb.)
- Bu mesajları size kim veriyordu?
- Bu mesajlardan hangileri kendinize ve cinsiyetinize ilişkin duygularınızı olumlu bir şekilde destekliyordu? Hangileri davranışlarınızı baskılıyor, kendiniz ve diğer kadınlar hakkında sizde olumsuz hisler uyandırıyor?
- Şimdi cinsiyetinizle ilgili nasıl mesajlar alıyorsunuz çevrenizden? Bunlardan hangilerini durdurmak veya değiştirmek istiyorsunuz? Bunu nasıl yapabilirsiniz?

Bu sorularla ilgili gruptakilerin paylaşımları alınır.

4. Küçük bir top alınır. Gruptakiler halka şeklinde dizilir. Grup lideri eline topu alarak; “Bugün birçok şey paylaştık ve etkinlikler yaptık. Bugünkü oturumda sizi en çok etkileyen veya aklınızda kalan şeyi paylaşmanızı istiyorum. Topu kime atarsam o paylaşımda bulunacak ve topu istediği bir arkadaşına atacak” diyerek topu katılımcılardan birine atar. Bu yolla bütün katılımcılardan paylaşım alındıktan sonra oturum sonlandırılır.

ÖZGEÇMİŞ**Adı ve Soyadı****E-mail****Öğrenim Durumu :**

Derece	Bölüm/Program	Üniversite	Yıl
Lisans	Psikolojik Danışma ve Rehberlik	Hacettepe Üniversitesi	2010
Yüksek Lisans	Eğitimde Psikolojik Hizmetler/Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Ankara Üniversitesi	2013
Doktora	Eğitim Bilimleri/Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Mersin Üniversitesi	2019
Doktora (Bütünleşik)	Kadın Araştırmaları/Toplumsal Cinsiyet Çalışmaları	Mersin Üniversitesi	2022

Görevler :

Görev Ünvanı	Görev Yeri	Yıl
Memur	Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı	2007-2011
Rehber Öğretmen/Psikolojik Danışman	Milli Eğitim Bakanlığı	2011-2014
Araştırma Görevlisi	Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi	2014-2019
Doktor Araştırma Görevlisi	Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi	2019-

ESERLER (Makaleler ve Bildiriler)**Makaleler**

- Bozkur, B. & Kaya, A. (2021). Adaptation of The Consultation Self-Efficacy Scale into Turkish and investigation of the consultation self-efficacy of school counselors. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 11(1), 49-96., Doi: 10.14527/pegegog.2021.002.
- Gülgez Ö. & Bozkur B. (2021). An Investigation of Conspiracy Theories on Covid-19: Turkey's Case. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 6, Doi: 10.35826/ijetsar.319.
- Bozkur B. (2020). Developing Internalized Sexism Scale For Women: A Validity And reliability Study. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 5(11), 1981-2028.
- Kıran, B., Bozkur, B., & Kaya, A. (2018). Investigation of social anxiety level of migrated and not migrated secondary school student. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 8(3), 623-644.
- Bozkur, B., & Gündoğdu, M. (2018). Ambivalent sexism and bonding mother as predictors of interpersonal cognitive distortions. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 8(4), 665.

6. Kıran Esen, B.; Bozkur, B.; Gökçakan Çiçek, N. & Baykal, F. (2016). Ortaokul öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke kontrolüne psiko-eğitim programının etkisi . International Journal Of Social Sciences and Education Research , 2 , 1673-1683.
7. Kaya A. & Bozkur B. (2015). Kadercilik eğilimi ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(3), Doi: 10.17860/efd.55137.
8. Kaya, A. & Bozkur, B. (2017). Kadercilik eğilimi ile özyeterlik inancı ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Ege Eğitim Dergisi, 18 (1), 124-145.
9. Bozkur, B., & Gündoğdu, M. (2017). Ergenlerde utangaçlık, kendini gizleme ve sosyal medya tutumları ilişkisi / The relationship between shyness, self concealing and social media attitudes in adolescents. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 14(37).
10. Bozkur, B., Kıran, B., & Alıcı, D. (2020). Öğretmen adaylarının çokkültürlü eğitime yönelik tutumlarının yordayıcıları olarak Suriyelilere yönelik toplumsal uzaklık ve bilişsel esneklik. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 16(2), 382-393.
11. Bozkur, B. (2020). Kadın Psikolojik Güç Ölçeği: Ölçek Geliştirme Çalışması. Fe Dergi, 12(2), 15-31.
12. Bozkur, B., & Taylan, A. (2020). Medyada Annelik Temsili: Anaakım ve Alternatif Medyada Anneliğin Sunumuna Yönelik Karşılaştırma. Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi, (34), 45-65.
13. Bozkur, B., Kıran, B. & Cengiz, Ö. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Gelecekte İş Bulmaya Yönelik Algı ve Özyeterliklerinin İncelenmesi. Kastamonu Eğitim Dergisi, 28(6), 2401-2409., Doi: doi: 10.24106/kefdergi.702233

Bildiriler

Uluslararası - Tam Metin - Sözlü

1. Bozkur, B.; Uzun, N.; Gündoğdu, M., (2019). Mizojini Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. VI. International Eurasian Educational Research Congress, 2019-06-19, 2019-06-22, ANKARA, Türkiye,
2. Bozkur, B.; Doğan Topçu, A., (2018). Türkiye'deki Kadın Çalışmaları Lisansüstü Programlarının İncelenmesi. II. Uluslararası Multi Disipliner Çalışmaları Kongresi, 2018-05-04, 2018-05-04, Adana, Türkiye.
3. Bozkur, B.; Kıran Esen, B.; Özcan, D., (2018). Investigating The Effect Of The Inclusive Training Program On Teachers's Attitudes Towards Foreign Students. 2nd International

Congress of Eurasian Social Sciences, 2018-04-04, 2018-04-07, Antalya, Türkiye.

4. Kıran Esen, B.; Bozkur, B., (2016). Göç İle Gelen ve Aile İçi Şiddete Maruz Kalan Çocukların Kendilerine Ve Aile İçi İlişkilerine Yönelik Algıları. III. International Eurasian Educational Research Congress, 2016-06-01, 2016-06-03, Muğla, Türkiye.

5. Bozkur, B. Analysing Research About Resilience (2017). New Trends And Issues Proceedings On Humanities And Social Sciences , 3, 433-438.

Uluslararası - Özet - Sözlü

1. Kıran, B.; Bozkur, B., Covid-19 Rumination Scale (C-19RS): Turkish Adaptation Study. 2. Pearson Journal International Conference on Social Sciences & Humanities, 2021-06-28, , İzmir, Türkiye.

2. Gülgez, Ö.; Bozkur, B., Kadınlarda Psikolojik Güç Ve Cinsiyetçiliğin İçselleştirilmesi. VIIIth International Eurasian Educational Research Congress, 2021-07-07, , Aksaray, Türkiye, .

3. Gündoğdu M., Bozkur, B. & Anur, H. (2021). On Ignorance. 22th International Congress on Psychological Counseling and Guidance (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)(Yayın No:7352693)

4. Uslu Gülşen, F.; Bozkur, B., (2021). Mesleki Eylemlilik Ölçeği: Ölçek Uyarlama Çalışması. 15. Uluslararası Eğitim Yönetimi Kongresi, 2021-11-05, Gaziantep, Türkiye,

5. Bozkur, B.; Güler, M., Okul Psikolojik Danışmanlarının Konsültasyon Öz - Yeterliliklerinin Sundukları Konsültasyon Hizmetlerinin Sıklığı ve Konsültasyon Yapmaktan Aldıkları Doyuma Göre İncelenmesi. International Academic Researches For Sustainability, 2021-05-22, 2021-05-23, İstanbul, Türkiye, .

6. Bozkur, B., (2020). Kadın Psikolojik Güç Ölçeği: Ölçek Geliştirme Çalışması. EJERCongress, 2020-09-10, 2020-09-13, Eskişehir, Türkiye.

7. Kıran Esen, B.; Bozkur, B.; Cengiz, Ö., (2019). Relationship Analysis Hopelessness Levels and Uncertainty Intolerance and Self-Efficacy of University Students. Ejercongress, 2019-06-19, 2019-06-22, , Türkiye.

8. Bozkur, B.; Kıran, B.; Alıcı, D., (2018). Öğretmen Adaylarının Çok Kültürlü Eğitime Yönelik Tutum, Bilişsel Esneklik Ve Suriyeli Sığınmacılara Yönelik Toplumsal Uzaklıklarının İncelenmesi. 2. International Congress Of Eurasian Social Sciences (2. Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Kongresi), 2018-04-04, 2018-04-07, Antalya, Türkiye.

9. Bozkur, B.; Başusta, N.; Kaya, A.; Kıran Esen, B., (2017). Ergenlerde Sosyal Kaygı ve

Anne-baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi . 26. Uluslararası Eğitim Bilimleri Kongresi, 2017-04-20, 2017-04-23, Antalya, Türkiye.

10. Bozkur, B.; Gündoğdu, M., (2017). Öğretmen Adaylarında Çelişik Duygulu Cinsiyetçiliğin İncelenmesi . 26. Uluslararası Eğitim Bilimleri Kongresi, 2017-04-20, 2017-04-23, Antalya, Türkiye.

11. Kıran Esen, B.; Bozkur, B.; Kaya, A., (2017). Ailesi Göçle Gelen ve Gelmeyen Ortaokul Çocuklarının Sosyal Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. 2nd International Scientific Researches Congress on Humanities and Social Sciences, 2017-04-20, 2017-04-23, İstanbul, Türkiye.

12. Kıran Esen, B.; Bozkur, B.; Gökçakan Çiçek, N.; Baykal, F., (2016). Effect Of Program Of Psycho-Education Over Anger And Anger Management Of Secondary School Students. 2.Uluslararası Sosyal Bilimler & Eğitim Araştırmaları Konferansı, 2016-11-04, 2016-11-06, İstanbul, Türkiye.

13. Kaya, A.; Bozkur, B., (2016). The Training Needs of School Counselor. 5. Cyprus International Conference on Educational Research , 2016-03-31, 2016-04- 02, GİRNE KKTC,

14. Bozkur, B.; Gündoğdu, M., (2016). İlişkilerde Bilişsel Çarpıtma, Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik ve Anneye Bağlanma İlişkisi. III rd International Eurasian Educational Research Congress, 2016-05-31, 2016-06-03, Muğla, Türkiye.

15. Bozkur, B., Gündüz, Ö., (2016). Analysing Research About Resilience. 5. Cyprus International Conference on Educational Research , 2016-03-31, 2016-04-02, Girne, KKTC.

Ulusal - Özet - Sözlü

1. Bozkur, B.; Gündoğdu, M., (2015). Ergenlerde Utangaçlık Ve Kendini Gizleme'nin Sosyal Medya Tutumları, Sahte Hesap Ve Sosyal Medyada Kendini Farklı Yansıtma Değişkenleri Açısından İncelenmesi. 13. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 2015-10-07, 2015-10-09, Mersin, Türkiye.

Projeler

Ulusal - Araştırmacı

1. Sodes Çocuk Dostları, Kalkınma Bakanlığı, Proje No: 2015-33-0119, 168840 TL, Araştırmacı, 2016,Tamamlandı.

Ödüller ve Burslar

Tübitak Yurtiçi Doktora Bursu.