

**T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**



**24-30 YAŞ BİREYLERİN ERGENLİK DÖNEMİNDE
İZLEDİKLERİ POPÜLER TÜRK DİZİLERİ TEMELİNDE
PARASOSYAL ETKİLEŞİM, BENLİK SAYGISI VE
PSİKOLOJİK SEMPTOM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İLKER YAVUZ AKSAKAL

İSTANBUL,2021

**T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**



**24-30 YAŞ BİREYLERİN ERGENLİK DÖNEMİNDE
İZLEDİKLERİ POPÜLER TÜRK DİZİLERİ TEMELİNDE
PARASOSYAL ETKİLEŞİM, BENLİK SAYGISI VE
PSİKOLOJİK SEMPTOM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İLKER YAVUZ AKSAKAL

İSTANBUL,2021

KABUL VE ONAY

İLKER YAVUZ AKSAKAL tarafından hazırlanan “**24-30 YAŞ BİREYLERİN ERGENLİK DÖNEMİNDE İZLEDİKLERİ POPÜLER TÜRK DİZİLERİ TEMELİNDE PARASOSYAL ETKİLEŞİM, BENLİK SAYGISI VE PSİKOLOJİK SEMPTOM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**” adlı tez çalışmasının savunma tarihi 26.01.2021 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği /oy çokluğu ile İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Danışman

Doç. Dr. Adviye Pınar Konyahoğlu

Medipol Üniversitesi

.....

Üye

Doç. Dr. Oktay Aydın

Marmara Üniversitesi

.....

Üye

Doç. Dr. Alp Giray Kaya

İstanbul Arel Üniversitesi

.....

İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu’nun
tarih ve sayılı kararıyla onaylanmıştır.

.....

Prof. Dr. Ali AKDEMİR

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**24-30 YAŞ BİREYLERİN ERGENLİK DÖNEMİNDE İZLEDİKLERİ POPÜLER TÜRK DİZİLERİ TEMELİNDE PARASOSYAL ETKİLEŞİM, BENLİK SAYGISI VE PSİKOLOJİK SEMPTOM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

26.01.2021

İLKER YAVUZ AKSAKAL

ÖZET

**24-30 YAŞ BİREYLERİN ERGENLİK DÖNEMİNDE İZLEDİKLERİ POPÜLER
TÜRK DİZİLERİ TEMELİNDE PARASOSYAL ETKİLEŞİM, BENLİK SAYGISI
VE PSİKOLOJİK SEMPTOM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ
YÜKSEK LİSANS TEZİ
İLKER YAVUZ AKSAKAL
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
(DANIŞMAN:DOÇ. DR. ADVİYE PINARKONYALIOĞLU)**

İSTANBUL, 2021

Parasosyal etkileşim, kişilerin izledikleri dizi ve film karakterleri ile kurdukları tek taraflı ilişkidir. Bu ilişkinin sonlanması sonucunda izleyici parasosyal anlamda ayrılık yaşamaktadır. Parasosyal etkileşim ve ayrılık kavramlarının birey ruh sağlığı üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Yapılan çalışmanın amacı parasosyal etkileşim ve ayrılık ile kişilerin benlik saygısı ve psikolojik semptomlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve demografik değişkenlere göre farklılıkların araştırılmasıdır. Bu amaçla yapılan çalışmada demografik veri formu, Parasosyal Etkileşim Ölçeği, Parasosyal Ayrılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır. Çalışmaya 173 kadın ve 127 erkek olmak üzere toplam 300 kişi katılmıştır. Yapılan analizler sonucunda cinsiyet, ekonomik durum, yaşamın çoğunun geçtiği yer ve dizi izleme alışkanlığı değişkenlerine göre katılımcıların puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Korelasyon analizi ile parasosyal etkileşim ve ayrılık ile benlik saygısı ve psikolojik semptomlar arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Son olarak parasosyal etkileşim puanı benlik saygısı ve psikolojik semptomların yordayıcısı olarak bulunmuştur. Elde edilen bulgularla, parasosyal etkileşim ve ayrılık kavramlarının kişilerin ruh sağlığı üzerindeki etkileri görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: *Parasosyal Etkileşim, Parasosyal Ayrılık, Psikolojik Semptomlar*

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE PARASOCIAL INTERACTION, SELF-ESTEEM AND PSYCHOLOGICAL SYMPTOM LEVELS ON THE BASIS OF POPULAR TURKISH TV SERIES WHICH INDIVIDUALS AGED 24-30 WATCH IN ADOLESCENT PERIOD

MSC THESIS

İLKER YAVUZ AKSAKAL

GRADUATE SCHOOL, ISTANBUL AREL UNIVERSITY

PSYCHOLOGY

(SUPERVISOR:ASSOC. PROF.ADVİYE PINAR KONYALIOĞLU)

İSTANBUL, 2021

Parasocial interaction is the single-sided relationship people contact with the characters of the TV series and movies they watch. As a result of this relationship, the audience experiences a parasocial separation. It is thought that the concepts of parasocial interaction and separation have an effect on individual mental health. The aim of the study is to examine the relationships between parasocial interaction and separation, people's self-esteem and psychological symptoms, and to investigate of differences according to demographic variables. In this study, demographic data form, Parasocial Interaction Scale, Parasocial Separation Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale and Brief Symptom Inventory were used. A total of 300 people, 173 women and 127 men, participated in the study. As a result of the analysis, significant differences were found between the mean scores of the participants according to the variables of gender, financial situation, the place where most of life took place and the habit of watching TV series. With correlation analysis, it was seen that there was a significant relationship between parasocial interaction and separation, self-esteem and psychological symptoms. Finally, parasocial interaction score was found to be a predictor of self-esteem and psychological symptoms. With the findings, the effects of the concepts of parasocial interaction and separation on the mental health of people were observed.

Key Words: *Parasocial Interaction, Parasocial Separation, Psychological Symptoms*

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖZET.....	i
ABSTRACT	ii
İÇİNDEKİLER	iii
TABLO LİSTESİ	v
KISALTMA VE SEMBOL LİSTESİ.....	vi
ÖNSÖZ.....	vii
1 GİRİŞ	1
1.1 Problem Durumu	1
1.2 Araştırmanın Amacı	2
1.3 Araştırmanın Hipotezleri.....	3
1.4 Araştırmanın Gerekçe ve Önemi.....	3
1.5 Varsayımlar	4
1.6 Tanımlar	4
2 TEMEL İLKELER VE KAVRAMLAR.....	5
2.1 Parasosyal Etkileşim	5
2.1.1 Parasosyal Etkileşim Kavramı	5
2.1.2 Parasosyal Etkileşime Kuramsal Bakışlar.....	7
2.1.2.1 Ekme Teorisi.....	7
2.1.2.2 Belirsizliğin Azaltılması Kuramı	8
2.1.3 Parasosyal Etkileşimin Olumlu Yanları	8
2.1.4 Parasosyal Etkileşimin Olumsuz Yanları.....	10
2.1.5 Parasosyal Etkileşimde Etkili Faktörler	12
2.1.6 Parasosyal Katılım	13
2.1.6.1 Bilişsel Katılım	13
2.1.6.2 Davranışsal Katılım	14
2.1.7 Parasosyal Bağlamda Ayrılık.....	15
2.1.8 Parasosyal Etkileşim ile İlgili Çalışmalar	16
2.2 Psikolojik Semptom	17
2.2.1 Psikolojik Semptom Kavramı	17
2.2.2 Depresyon	18
2.2.3 Anksiyete	19
2.2.4 Olumsuz Benlik.....	20
2.2.5 Somatizasyon	20
2.2.6 Öfke/Saldırganlık	21
2.2.7 Parasosyal Etkileşim/Ayrılık ve Psikolojik Semptomlar	22
2.3 Benlik Saygısı	24
2.3.1 Benlik Kavramı	24
2.3.1.1 Gerçek Benlik	26
2.3.1.2 İdeal Benlik.....	27
2.3.1.3 Sanal Benlik.....	27
2.3.2 Benlik Saygısı Kavramı	28
2.3.2.1 Düşük Benlik Saygısı.....	28
2.3.2.2 Yüksek Benlik Saygısı.....	29
2.3.3 Benlik Saygısı Boyutları	30
2.3.4 Benlik Saygısının Gelişimi	30

2.3.5	Benlik Saygısına Kuramsal Bakışlar.....	31
2.3.6	Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler	33
2.3.7	Benlik Saygısı ve Ergenlik.....	34
2.3.8	Benlik Saygısı ve Parasosyal Etkileşim	35
3	YÖNTEM.....	37
3.1	Araştırma Örnekleme.....	37
3.2	Veri Toplama Araçları	37
3.2.1	Demografik Veri Formu.....	37
3.2.2	Parasosyal Etkileşim Ölçeği.....	38
3.2.3	Parasosyal Ayrılık Ölçeği	38
3.2.4	Kısa Semptom Envanteri.....	38
3.2.5	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	39
3.3	Verilerin Analizi.....	39
4	BULGULAR.....	41
5	SONUÇ VE ÖNERİLER.....	54
5.1	Sonuçlar.....	54
5.2	Öneriler	60
5.3	Kısıtlılıklar	60
6	KAYNAKLAR	61
7	EKLER.....	76
	Ek 1 – Etik Kurul Onay Formu	76
	Ek 2 – Demografik Veri Formu	77
	Ek 3 – Parasosyal Etkileşim Ölçeği	78
	Ek 4 – Parasosyal Ayrılık Ölçeği	79
	Ek 5 – Kısa Semptom Envanteri	80
	Ek 6 – Rosenberg Benlik Saygısı.....	82
8	ÖZGEÇMİŞ.....	83

TABLO LİSTESİ

Sayfa

Tablo 3.1. Araştırma Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanları İçin Betimleyici İstatistiksel Tablo	40
Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı.....	41
Tablo 4.2. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	42
Tablo 4.3. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Maddi Duruma Göre Karşılaştırılması	43
Tablo 4.4. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Yaşamın Çoğunun Geçtiği Yere Göre Karşılaştırılması	44
Tablo 4.5. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Gün İçinde Dizi İçin Ayrılan Vakte Göre Karşılaştırılması	45
Tablo 4.6. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Yerli Dizi Takip Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	46
Tablo 4.7. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Sevilen Dizi Türüne Göre Karşılaştırılması.....	48
Tablo 4.8. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	50
Tablo 4.9. Benlik Saygısı ve Psikolojik Belirti Toplam Puanlarının Yordayıcısının İncelenmesi	51

KISALTMA VE SEMBOL LİSTESİ

DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences



ÖNSÖZ

Başta tez danışmanım Advije Pınar KONYALIOĞLU olmak üzere,
Varlığını hep hissettiren ve her koşulda yanımda olan annem Zeynep
KIRKPINAR AKSAKAL’a çok teşekkür ederim.

26.01.2021

İLKER YAVUZ AKSAKAL

1 GİRİŞ

Bu kısımda yapılan çalışmanın problem durumu, araştırmanın amacı, araştırma hipotezleri, araştırmanın gerekçe ve önemi, varsayımlar ve tanımlara yer verilmiştir.

1.1 Problem Durumu

Parasosyal etkileşim kişilerin takip ettikleri yazılı ve görsel öğelerdeki karakter veya karakterlerle ile kurduğu tek taraflı olan ilişkidir (Horton ve Wohl, 1956). Bu noktada parasosyal etkileşimin tek taraflı olmasının altı çizilmiştir. İzleyici kendi dünyasında karakter ile bir ilişki kurgulamaktadır. İzleyen karakter hakkında birçok şeyi bilmekte ve takip etmektedir (Schramm ve Wirth, 2010). Ekme teorisine göre izlenen mesajın seyirciye ulaştırılması ve kişilerin belirsizliği azaltmak için karakterle ilişkiye girmesi, parasosyal etkişimi meydana getirmektedir (Kramer, 1999; Rubin ve Perse, 1989).

Parasosyal etkileşimin bireyler üzerinde özellikle ergenlik döneminde önemli bir etkisi bulunmaktadır. Ergenlik döneminde ergen birey için sosyallığın önemi ve içsel çatışmaların yarattığı kırılgan ortam parasosyal etkileşimin gelişmesine imkan tanımaktadır. Kurulan parasosyal etkileşimin kültür yozlaşması, gerçekliğin bozulması, tüketim davranışlarının değişmesi, kendilik değerinin azalması, duygusal sorunlar gibi birçok bağlamda olumsuz çıktısı bulunmaktadır (Adam ve Sizemore, 2013; Güven, 2019; Sood ve Rogers, 2000; Zheng, Men, Xiang ve Yang, 2020).

Parasosyal etkileşim içerisinde kurulan tek taraflı ilişkinin sonlanması da önemli bir kavramdır. Fiziksel ayrılık gibi parasosyal ayrılığın da izleyici üzerinde olumsuz etkileri bulunmaktadır (Cohen, 2003). Bu noktada yaşanan ayrılık depresyon ve kaygı gibi duygudurum bozukluklarının yanında yalnızlık hissini de beraberinde getirmektedir. Yaşanan ayrılığın etkileri ise kurulan parasosyal etkileşimin niteliği ile orantılıdır (Tsao, 1996). Kişiler favori

karacterin yer aldığı eski bölümleri izleyerek veya benzer özellikteki başka bir karakter ile parasosyal etkileşim kurarak yaşadığı ayrılığı telafi etme yoluna gitmektedir (Cohen, 2003).

Alan dizinde yapılan çalışmalar parasosyal etkileşimin benlik saygısından duygu durum sorunlarına ve saldırgan davranışlara kadar geniş çerçevede etkileri olduğu bilinmektedir (Audrezet ve ark., 2018; Cohen ve Hoffner, 1996; Ouvrein ve ark., 2018; Turner, 1990; Wilson ve Smith, 1996). Parasosyal etkileşim kavramının yarattığı bu gibi sorunlar, kurulan etkileşim ve ayrılık duygularının problemli yanlarını daha iyi görmemize imkan vermektedir.

Ergenlik döneminin beraberinde getirdiği psikolojik, fiziksel ve sosyal değişimler içerisinde yazılı ve görsel medyanın ve karakterlerin önemi bilinmektedir. Özelliklerde son yıllarda etkisini gösteren sosyal medyanın gücü ve yerli/yabancı dizi sektöründeki çeşitlilik kişilerin birçok ihtiyacını karşılar düzeydedir. Ergenlik dönemi ise bu gibi etkilere açıklık noktasında kırılgan bir evre olarak görülmektedir. Yapılan çalışma ile ergenlik döneminde yaşanan psikolojik semptomlar ve benlik saygısı noktasındaki olumsuzlukların daha net anlaşılmasına imkan verecektir.

1.2 Araştırmanın Amacı

Yapılacak çalışma ile parasosyal etkileşim ile kişilerin benlik saygıları ve psikolojik semptomları arasındaki ilişkilerin ve etkilerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaçla parasosyal etkileşimin bireyler üzerinde yarattığı etkinin daha detaylı araştırılması hedeflenmektedir. Ayrıca kişilerin demografik özelliklerinin ilgili kavramlar üzerindeki etkilerinin incelenmesi de araştırmacının amaçları içindedir.

1.3 Araştırmanın Hipotezleri

Yapılan çalışmada araştırılan hipotezler şu şekildedir:

- Katılımcıların Parasosyal etkileşim, Parasosyal ayrılık, benlik saygısı ve psikolojik semptom puanları demografik bilgilere göre farklılık göstermektedir.
- Parasosyal etkileşim ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- Parasosyal etkileşim ile psikolojik semptomlar arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- Parasosyal ayrılık ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- Parasosyal ayrılık ile psikolojik semptomlar arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- Parasosyal etkileşim ve parasosyal ayrılık benlik saygısını anlamlı şekilde yordamaktadır.
- Parasosyal etkileşim ve parasosyal ayrılık psikolojik semptomları anlamlı şekilde yordamaktadır.

1.4 Araştırmanın Gerekçe ve Önemi

Alan dizin çalışmalarında parasosyal etkileşimin kişiler üzerindeki farklı etkilerinin farklı örneklem gruplarında incelendiği görülmüştür. Özellikle ergen grup üzerinde yapılan çalışmaların azlığı ve bu çalışmada yer alan değişkenlerin geniş çapta incelenmediğinin görülmesi mevcut boşluğun doldurulması için motivasyon oluşturmıştır. Özellikle ergenlik döneminde yaşanan sorunların ayrıntılı bir şekilde incelenmesi için parasosyal etkileşim kavramı önemli görülmektedir. Parasosyal etkileşim ve ayrılık durumlarının kişinin psikolojisi üzerinde yarattığı etkilerin incelenmesi alan dizine güncel bilgiler kazandıracaktır. Ayrıca ebeveynlerin, uzmanların ve terapistlerin ergenlere karşı yaklaşımlarında araştırma sonucunda elde edilecek bulguların etkili olacağı düşünülmektedir.

1.5 Varsayımlar

Yapılan çalışmada;

1. Katılımcıların soruları içten cevapladıkları,
2. Kullanılan ölçeklerin ölçülmek istenen kavramları iyi bir şekilde ölçtüğü,
3. Örneklemenin evren özelliklerini yansıttığı varsayılmıştır.

1.6 Tanımlar

Parasosyal etkileşim: kişinin takip ettiği karakter veya karakterler ile kurduğu tek taraflı ilişkidir (Schramm ve Wirth, 2010).

Parasosyal ayrılık: kişinin takip ettiği karakter veya karakterler ile etkileşiminin son bulmasıyla yaşadığı ayrılık durumudur (Cohen, 2003).

Benlik saygısı: bireyin kendisini değerlendirmesi ve sosyal çevresinden aldığı geri bildirimlerin genel sonucu oluşan algıdır (Rosenberg, 1965).

2 TEMEL İLKELER VE KAVRAMLAR

2.1 Parasosyal Etkileşim

2.1.1 Parasosyal Etkileşim Kavramı

Görsel medyanın kişiler üzerindeki etkisi televizyon ve sinemanın gelişmeye başladığı 1900'lü yıllardan beri incelenen bir kavram olmuştur. Bu noktada 1980'li yıllarda televizyonun etkisinin artması ve 1990'lı yıllarda internetin hayatımıza girmesi etkili olmuştur. Çocukluğundan itibaren televizyon, sinema ve internetin etkisi altında kalan birey için bu alanlar medya karakteri ile ilişkinin gerçekleştiği yerler olmuştur (Orhan ve Taştan, 2019). Medya karakteri ile seyirci kitlesi arasında gerçekleşen bu ilişkinin doğası hakkında ilk çalışmaları Horton ve Wohl (1956) yapmıştır. Horton ve Wohl (1956) elektronik medyanın kişiler üzerindeki etkilerini incelerken bu kavramı alan dizine kazandırmıştır. Parasosyal etkileşim, izleyen kişinin medya karakteri ile arasında kurduğu sembolik ilişkiyi tanımlamaktadır. Ancak bu ilişki tek yönlü bir şekilde gerçekleşmektedir. Bu tanımın sonrasında yapılan araştırmalar parasosyal etkileşimin görsel medya ile sınırlı olmadığını göstermiştir. Görsel medyanın yanında radyo, tiyatro, şiir ve düz yazılarda yer alan karakterlerde de parasosyal etkileşim geliştiği bilinmektedir (McDonald ve Hu, 2005). Antik çağlardaki mitlerden ve destanlardan yakın zamanlarımızdaki hikâye, masal ve şiirlere kadar toplumu etkilemiş birçok kaynak ve anlatı bulunmaktadır (Güven, 2019).

Parasosyal etkileşimin niteliğinin anlaşılmasında, kurulan ilişkinin tek taraflı olması önemlidir. Parasosyal etkileşimde karşılıklı bir ilişki yoktur. Sadece izleyicinin kendi dünyasında algıladığı bir etkileşim mevcuttur. İzleyici medya karakteri üzerinde pek çok bilgiye sahiptir ancak karakterin izleyici üzerinde herhangi bir bilgisi bulunmamaktadır. İzleyen tepkilerinin ve düşüncelerinin tek taraflı yaşanması parasosyal etkileşimin doğasının anlaşılmasında dikkat edilmesi gereken bir noktadır (Schramm ve Wirth, 2010).

Parasosyal etkileşimin doğasında favori bir karakterin belirlenmesi ilk aşama olarak görülmektedir. Bu favori karakter sevilen biri olduğu gibi sevilmeyen biri de olabilir. Kişiler rol model öğrenme kapsamında, sevdikleri ve benimsedikleri kişilerin davranışlarını sergileme eğilimindedir. Parasosyal etkileşim noktasında ise kişiler izleyip sevdikleri ve kendilerine yakın gördükleri karakterler ile ilgileşim kurabilirler (Cohen, 2004). Diğer yandan farklı çalışmalar sevilmeyen karakterlerle kurulan parasosyal etkileşim üzerine açıklamalarda bulunmuştur. Sevilmeyen karakterlere karşı hissedilen olumsuz duyguların bile bir çekiciliği olabilmektedir. Kişiler kişiliklerinin ve benliklerinin sevilmeyen yönlerini bu karakterlerde gördüğü için bu isteksizliğin bile doğurduğu bir sempati ortamı oluşmaktadır (Arda, 2006). Ancak sevilen karakterler ile kurulan parasosyal etkileşimin sevilmeyen karakterle kurulanlara oranla daha kuvvetli olduğu belirtilmiştir.

Parasosyal etkileşimin, sözde etkileşim olarak tanımlandığı çalışmalar da bulunmaktadır. Sözde etkileşim kavramı parasosyal etkileşimin tek taraflı yönü üzerinde durmaktadır. Kurulan bu sözde ilişkinin boyutu gerçekliği bozacak düzeyde değildir. Parasosyal etkileşim, gerçek hayatta kurulan ilişkilerin yerini almamaktadır. Bu ilişkiler gerçek hayatta kurulan ilişkilerin düzenlenmesine ve tamamlanmasına yardımcı bir nitelikte olabilir. Sosyal çevrede ortak payda olarak görülecek olan karakterlerin, ilişkilerin oluşmasına ve olgunlaşmasına yaptığı katkılar da parasosyal etkileşimin doğasının anlaşılmasında etkilidir (Derrick, Gabriel ve Tippin, 2008).

Parasosyal etkileşimin gelişim evrelerinde de farklılık gösterdiği görülmüştür. Çocukların kurdukların parasosyal etkileşimde karakterin eğitici bir rol üstlendiği görülmüştür. Bu dönem için parasosyal etkileşim sadece eğlenme ve güzel zaman geçirmek için vardır. Bilişsel ve davranışsal katılım düzeyi çocuklarda az görülmektedir. Genellikle medya karakterlerinin oyuncaklarının ve oyunlarının çocuklar tarafından kullanılması da parasosyal etkileşim düzeyinde farklılık yaratan bir değişken olarak görülmektedir (Brunick ve ark., 2016).

Ergenlik döneminde ise parasosyal etkileşimin niteliğinde farklılık meydana gelmektedir. Bu süreçte ebeveynlerinden ilişkisel anlamda uzaklaşan ergen, medyaya yönelmekte ve sosyal yaşantısına ağırlık vermektedir. Bu dönemde parasosyal etkileşim ergenin yaşadığı içsel sorunların bir çıkış noktası olarak görülmektedir. Ergen kim olduğu veya kim olacağı yönünde yaşadığı rol çatışmaları içerisinde yardımcı olarak gördüğü medya karakterlerini referans alabilmektedir. Ayrıca gerçek hayatta kuracağı akran ilişkileri ve romantik ilişkiler içerisinde ortak zevkler ve paylaşım noktalarında medya karakterleri ile kurduğu parasosyal etkileşim belirleyici bir faktördür (Giles ve Malbty, 2004).

2.1.2 Parasosyal Etkileşime Kuramsal Bakışlar

Parasosyal etkileşimin doğasının anlaşılmasında çeşitli teorisyenler ve kuramcılar açıklamalarda bulunmuştur. Bu kısımda parasosyal etkileşimin oluşmasında çeşitli araştırmacıların görüşlerine yer verilecektir.

2.1.2.1 Ekme Teorisi

Gerbner(1967) tarafından geliştirilen bu teori, medyanın bireylerin zihinlerine kendi doğrularını koyarak onları manipüle ettiğini belirtmektedir. Bu süreçte aktarılma istenen olgunun süreç çözümlenmesi, sistem çözümlenmesi ve yerleştirilmesi olarak üç aşamadan geçmektedir. Gerbner (1967) sürekli olarak izlenen medya öğelerinin insanın zihnine kendi gerçekliklerini ektiğini belirtmiştir. Bu süreçte düşünce, duygu, davranış, inanış, tutum ve hatta kimliklerin bile değişmesi olasıdır. Ekme teorisi şu şekilde işlemektedir (Ünür, 2013):

- Gerçeklik yeniden üretilir ve medya ile yayılır.
- Popüler kültür ve eğlence araçları bu gerçekliğin aracı olur.
- Maruz kalma ve sürekli tekrarlar etkinin oluşmasında önemlidir.
- Kişi verilmek istenen mesajı içselleştirir.

2.1.2.2 Belirsizliğin Azaltılması Kuramı

İnsanlar gündelik yaşantıları ve gelecekleri için belirsiz düşüncelerin ve kaosu olmasını istemezler. Her insan hazırladığı plana uygun olarak hayatının yürümesini ister ve durumlar için çıkarımlarda bulunmak ister. İnsan ilişkilerinde de bu durum böyledir. Kişiler hayatındaki insanları tanımak, onların tepkilerini ve düşünceleri çıkarsamak isterler. Bu noktada, parasosyal ilişkilerin kurulmasında da bu belirsizliğin medya kanalında azaltılması yönünde bir güdü vardır (Kramer, 1999).

Parasosyal anlamda belirsizliğin azaltılması için kişi karakteri daha iyi tanımak ister ve takip edilen içeriğin devamına yönelik çıkarımlarda bulunmak ister. Bu noktada izleyici karakterin çeşitli durumlarını gözlemek için pasif yöntemlere başvurabilir. Bölümleri heyecanla takip etme, tekrar bölümleri ve ön gösterimleri kaçırmama gibi durumlar buna örnek verilebilir. Diğer taraftan karakter ile ilgili sosyal ortamlarda paylaşımlarda bulunup sorular sormak gibi aktif yöntemler de izleyebilir. Karakteri sosyal dünyada da takip etmek, karakteri izleyen başkaları ile etkileşim içinde olma bu aktif yöntemlerden bazılarıdır. Bu gibi yöntemler kişinin karakter için kafasında olan boşlukların doldurulmasında ve belirsizliğin azaltılmasında etkili görülmektedir (Rubin ve Perse, 1989).

2.1.3 Parasosyal Etkileşimin Olumlu Yanları

Parasosyal etkileşimin kişinin olgunlaşmasında, bilgilenmesinde ve sosyal çevresinin olumlu yönde gelişmesinde katkıları olduğu bilinmektedir. Rol model olarak görülen karakterler ile kurulan etkileşim, sosyal öğrenmenin temel görüşü olan rol model öğrenmeye benzer özelliktedir. Etkileşim kurulan medya karakteri bilgi edinme kaynağı olarak görülmektedir. Karakterin konuşması, bilgi birikimi, davranışları, jest ve mimikleri izleyici üzerinde önemli etkilere bırakmaktadır. Bu noktada izleyici karakteri benimsemekle birlikte kendisi ile karşılaştırıp analiz ederek de kendini geliştirme sürecine gidebilmektedir (Rubin ve Step, 2000).

Parasosyal etkileşim, ilişkilerin doğasına da pozitif etkileri bulunmaktadır. Kurulan ilişki ve etkileşimlerin artması kişilerin tecrübelerine ve duygusal olgunluklarına da katkıda bulunmaktadır. Daha çok etkileşim ve iletişim haline geçme ilişkilerde daha yakın duyguların oluşmasına neden olmaktadır. Bu noktada parasosyal etkileşim ilişkilerin üzerinde düzenleyicisi bir role sahiptir (Rubin ve McHugh, 1987). Parasosyal ilişkinin gerçek yaşamadaki ilişkilerde eksik kalan yanları tamamlamak gibi bir işlevi de bulunmaktadır. Kurulan bu bağ ne kadar tek taraflı ve yapay olsa da kişi için gerçek deneyimlerinde yaşadığı hataları düzeltmek ve boşlukları doldurmak için telafi şansı tanımaktadır (Orhan ve Taştan, 2019).

Parasosyal etkileşim, bireyler için birtakım ihtiyaçların doyumuna da hizmet etmektedir. Kişiler bu etkileşim ile günlük gündem ve trendlerden geri kalmamaktadır. Sosyalleşmek için gerekli bilgi birikimine sahip olurlar. Ayrıca eğlence ve haz alma noktasında parasosyal etkileşimin önemli bir etkisi vardır. Günün stresinden uzaklaşmak ve rahatlamak için de bu etkili bir araç olarak görülmektedir. Son olarak ise duygusal anlamda boşalım sağlanması için izlenen dizi karakterleri ile kurulan etkileşim aracı rol üstlenmektedir (Kasap, Ağzitemiz, Kızıl ve Yıldırım, 2018).

Parasosyal etkileşim kurulan karakter, stresle başa çıkma ve problem çözme becerisi üzerinde de olumlu etkileri bulunmaktadır. Favori karakter veya karakterlerin duygu, düşünce ve davranışları kişiler tarafından model alma ile öğrenerek kendi hayatlarına uygulamalarına imkân tanımaktadır. Bu noktada davranış kalıplarında da gözle görülen değişimler gerçekleşmektedir. Alan dizinde parasosyal etkileşim sonucunda organ bağıışı, trafik kurallarına uyma, sağlığa önem verme gibi tutumların pozitif yönde etkilendiği belirtilmiştir (Brown ve Basil, 2010).

Medya karakteri ile kurulan parasosyal etkileşim sadece medya üzerinde kalmamakta sosyal etkileşime de kolaylık sağlamaktadır. Parasosyal olarak tek taraflı olan bu etkileşim, izleyicinin karakterini sosyal medyada da takip edilmesine imkân tanımaktadır. Birey daha sonra fan sayfalarını takip edecek ve karakteri seven diğer insanlarla tanışarak onlar ile sosyalleşecektir (Giles, 2002).

Parasosyal etkileşimin, sosyal etkileşimin bir provası ve hazırlayıcısı olarak görülmesi olasıdır. Kişi sosyal anlamda kurması gereken ilişkilerin ve dinamiklerin ilk taslağını parasosyal anlamda kurabilir. İnsanlara yaklaşmanın, sosyal ipuçlarının değerlendirilmesinin, jest ve mimiklerin yorumlanması gibi noktaların medya karakterinin izlenmesi ile kazanılması, parasosyal etkileşimin sosyalliğe etkisini göstermektedir

2.1.4 Parasosyal Etkileşimin Olumsuz Yanları

Parasosyal etkileşim kültür yozlaşmasını da beraberinde getirebilir. Medyanın etkinliğini çok iyi bilen devletler, bunu kendileri için bir araç olarak kullanmaktan geri kalmamaktadır. Bu noktada kendi kültürlerini ve yaşantılarını medya yolu ile yaymaya ve farklı milletlere empoze etme yolu ile kültürlerini yaymak istemiştir. Dizi ve filmler ise bu noktada en etkili silahlar olarak görülmüştür. Diğer milletlerin kültür öğelerine maruz kalan birey için bu durumun sürekliliği ve içinde yarattığı haz ile daha fazlasını istemeye başlayacak ve sonunda kendi kültüründen kopuşu da beraberinde getirecektir. Zamanla kurduğu parasosyal etkileşimler ile kendi kültürünün bir parçası olmaktan çok farklı kültürlerin bir parçası olmaktadır. Parasosyal etkileşimin bu gibi yıkıcı etkilerinin olduğu da unutulmamalıdır (Güven, 2019).

Parasosyal etkileşimin bireyin benlik saygısının ve kendiliğini saydamlaştırıcı bir etkisi de bulunmaktadır. Kişi medya karakteri ile öyle sıkı bağlar kurar ki bu bağın etkisi ile bireysel özelliklerini kaybetmeye başlar. Kişi, karakteri öylesine çok sevmektedir ki adeta o olmak istemektedir. Bu giyim tarzından konuşmasına, davranışlarından tutumlarına birçok alanda kendini göstermektedir. Kişi sosyal çevresine kendini bu şekilde tanıtmakta adeta karakterin sosyal hayattaki karşılığını üstlenmek istemektedir. Bunun bariz örneklerinden biri olarak Çukur dizisi gösterilebilir. Dizi ile kurduğu parasosyal etkileşim düzeyi yüksek olan bir ailenin soyadlarını Koçovalı olarak değiştirmeleri ve doğan torunlarına dizi karakterlerinin isimlerini vermesi, parasosyal etkileşimin fazla olmasının getirdiği olumsuz yanları göstermektedir (Aydos, 2019).

Parasosyal etkileşimin sonraki boyutu ise parasosyal katılım olarak tanımlanmaktadır. Bu noktada kişiler karakter veya karakterler ile öylesine güçlü bir etkileşim kurmuştur ki bu durum görsele veya kurguya katılım gösterme boyutuna kadar ilerlemektedir. Bu katılım ise beraberinde gerçekliğin çarpıtılmasına ve kurgunun gerçekmiş gibi algılanmasına neden olabilmektedir (Sood ve Rogers, 2000). Ülkemizde ise Şehzade Mustafa'yı öldürdüğü için Kanuni Sultan Süleyman'ı mahkemeye verme, Kurtlar Vadisi'ndeki Süleyman Çakır karakterinin ölümü için mevlit düzenlemek gibi haberlerin varlığı parasosyal katılımın olumsuz örnekleridir.

Parasosyal etkileşim kişilerin tüketim davranışlarında da belirleyici bir konuma sahiptir. Kişiler parasosyal etkileşim kurdukları kişilerin tüketim tarzlarını kendilerine örnek olarak alabilirler. Bu noktada karakterin yediği, içtiği, tükettiği ürünlerden kıyafet, takı, tasarım gibi dış görünüşlerine etki edecek ürünleri tercih etme oranları bir hayli yüksektir. Bu durum ise şirketler tarafından kâr amacı güdülerek favori dizi-film karakterlerinin marka reklam yüzleri olarak kullanılmasının önünü açmıştır (Zheng, Men, Xiang ve Yang, 2020).

Sosyal karşılaştırma teorisi sonucu gelişen olumsuzluklar da parasosyal etkileşim bağlamında incelenmiştir. Favori karakteri ile parasosyal etkileşim kuran kişi bir süre sonra kendisini onun ile karşılaştırma eğilimine girecektir. Bu noktada fiziksel görünüşün karakter ile benzeşmemesi veya uyuşmaması beraberinde beden dismorfik bozukluk, yeme bozukluğu ve kendilik algısında bozuklukları da getirecektir. Kurulan parasosyal etkileşimin niteliği fiziksel ve ruhsal bütünlüğün korunmasında etkili görülmüştür (Sakib, Zolfagharian ve Yazdanparast, 2020).

Parasosyal etkileşimin bir olumsuz çıktısı olarak parasosyal romantizm kavramı dikkat çekmektedir. Kişiler etkileşim kurdukları karakterlere romantik duygular besleyebilir ve platonik bir aşk yaşayabilirler. Bu noktada çekinik karakterde olma, yalnızlık hissi yaşama ve dizi-film izlemek ile fazla zaman geçirme bu durumun ortaya çıkmasında etkili görülmektedir. Fiziksel ve cinsel çekiciliğin yanında, kişinin ihtiyacı olan duygusal yakınlığın karakterde

bulunması ve ortak noktaların keşfedilmesi ile romantizmin temelleri oluşmaya başlamaktadır (Adam ve Sizemore, 2013).

2.1.5 Parasosyal Etkileşimde Etkili Faktörler

Parasosyal etkileşimin oluşmasında karakterin çekiciliği ve kişiye yakınlığı önemlidir. Bu çekicilik ilk olarak fiziksel çekicilik olarak algılansa da daha kapsamlı bir konudur. Kişiler etkileşim kuracakları medya karakterinde fiziksel çekicilik, sosyal çekicilik, görev çekiciliği gibi farklı yönlerden arayış halindedir. Fiziksel çekicilik, medya karakterinin fiziki yapısı ve göze hoş görünürlüğü ile tanımlanmaktadır. Sosyal çekicilik ise karakterin bilinirliği ve popülerliği ile karakterizedir. Görev çekiciliği ise kişinin sergilediği performans, içtenlik ve inandırıcılık kavramları ile açıklanmaktadır (Kasap, Ağzıtemiz, Kızıl ve Yıldırım, 2018). Bu gibi özelliklerin yanında kişinin medya karakterini kendine yakın görmesi ile kişinin karaktere ilgisi, alakası ve takibi için önemli bir parametre olarak incelenmiştir. Alan dizinde özdeşlik olma ile tanımlanan bu kavramda, izleyici etkileşim kuracağı medya karakterinde inanç, değer, statü, dünya görüşü gibi noktalarda ortaklık ve benzerlik arama eğilimindedir (Hartmann ve Goldhoorn, 2011; Tian ve Hoffner, 2010).

Kişilerin günlük hayatlarında ve sosyal çevreleri ile kurdukları etkileşimlerin temelinde yer alan güvenilirlik, parasosyal etkileşim için de önemlidir. Karaktere ve davranışlarına olan güven bu etkileşimin yönünü belirlemektedir. Takip edilen karakterin inandırıcı olması ve kişiyi temsil edilebilirliğine olan güvenin yüksek olması etkileşimin kurulmasına etki etmektedir. Bu noktada karaktere olan algılanan güvenilirlik parasosyal etkileşimin önemli bir yordayıcısıdır (Giles, 2002).

Parasosyal etkileşimi etkileyen bir diğer faktör ise karakterin verdiği mesaj, gerek medyada gerek sosyal hayatta görülme sıklığı ve izleyenlerle kurduğu temaslardır. Alan dizin çalışmaları karakterin verdiği mesajlar, bunları gösterme biçimi gibi durumların algılanan parasosyal etkileşimi etkilediği belirtilmiştir. Ayrıca karakterin izleyici ile yüz yüze konuşuyormuş gibi olan

görüntüler ve kamera açıları kişilerin parasosyal etkileşime girmeleri için kolaylaştırıcı faktörler olarak belirtilmiştir (Cohen, 1999).

Medya görselinin günlük hayatı yansıtmaya düzeyi de parasosyal etkileşim için önemlidir. Özellikle otobiyografik hikayeler ve günlük hayata yakın çizgide çekilen sahneler izleyenlerin hikâyesinin içine girmesinde kolaylaştırıcı bir rol oynamaktadır. Kişi hikâyeyi kendinden bir parça olarak görmekte ve kendisi ile karşılaştırmaktadır. Bu sayede kurulan parasosyal ilişki daha sağlam temellerde inşa edilecektir (Güven, 2019).

Parasosyal etkileşim sürecinde etkili faktörlerin genel olarak üç başlıkta toplanabilir. Bu faktörler şu şekildedir (Klimmt, Hartmann ve Schramm, 2006):

- Fark etme ve süreklilik: Takip edilen karakterin görünürlüğü, erişim kolaylığı ve gösterim sürekliliği parasosyal etkileşim düzeyini etkilemektedir.
- Performans: Karakterin sergilediği performans parasosyal etkileşimin niteliğinde belirleyicidir.
- Fiziksel görünüş: Karakterin fiziki, çekiciliği ve karizmatik duruşu gibi özellikler kişilerin yaklaşımlarında etkilidir.

2.1.6 Parasosyal Katılım

Kişilerin, izledikleri ve takip ettikleri medya karakteri ile olan etkileşimlerinin bir üst adıma taşıdıkları ve yapay bir dünya içinde yaşamaya varan bir düzey olarak tanımlanan parasosyal katılım, kurulan etkileşimin bir sonucu olarak görülmektedir. Bu parasosyal katılım bilişsel ve davranışsal katılım olarak iki başlıkta incelenmektedir.

2.1.6.1 Bilişsel Katılım

Bireyler, kendi fikirlerini sunmayı ve bir şeylere katılım sergileme eğilimindedir. Bu noktada, parasosyal etkileşimin bir katılıma dönüşmesinde

bilişsel katkılar önemlidir. Kişiler, takip ettikleri medya içeriği hakkında düşünüp çıkarımlarda bulunmayı ve analiz etme yönünde bir ihtiyaç hissetmektedir. Sevilen noktaların ve sahnelerin paylaşılması ve sevilmeyen noktalar için kendi fikirlerini ve tasarımlarını sunmaları ise bu bilişsel katılımlara örnek olarak verilebilir (Rubin ve Perse, 1987).

Bilişsel katılım için en bariz örnekler kişilerin senaristlere ve eleştirmenlere içerik ve karakter hakkındaki düşüncelerini ifade etmeleridir. Bireylerin içeriği izlerken karakter ile konuşması ya da yaptığı/yapacağı eylemleri yorumlamaları ve önerilerde bulunması da buna örnek gösterilebilir. Kişiler bir şekilde takip ettikleri bu kurguyu favori karakterleri ile paylaşmak için o dünyaya girmek isterler. Bu isteğin yoğunlaşmasına göre katılımın düzeyi de etkilenmektedir (Sood ve Rogers, 2000).

2.1.6.2 Davranışsal Katılım

Parasosyal katılımın eylemsel çıktısı ve fiziksel olarak gözlenebilir yansıması olarak davranışsal katılım, karakterin davranışsal olarak içselleştirilmesi sürecini tanımlamaktadır. İçselleştirmenin yanında izlenen içerik için ciddi anlamda zaman ve eylem tasarrufu da davranışsal katılım içinde görülebilir. Karakterin planladığı seyirci buluşmalarına gitme, ön gösterimler için katılım gösterme, gelecek bölümü beklerken araştırmalar yapmak, karakteri destekleyen diğer bireylerin oluşturduğu sosyal platformları takip etmek gibi örnekler bu noktada çoğaltılabilir (Shen, 2009).

Bilişsel katılım ile birlikte görülen davranış katılımının en basit örneği kişinin karakter ile konuşmasıdır. Karşı tarafın kendisini duyamayacağını bile bile kişi konuşmaya ve uyarıya devam etmektedir. Diğer yandan ise sevilen karakter gibi giyinmek, davranmak ve konuşmak da katılımın diğer göstergeleridir. Kişinin karaktere olan sevgisi ve ilgisi o derece çoktur ki artık kişi o karakter olmak isteğine hâkim olamamaktadır. Ciddi psikolojik sorunların da görülebileceği bu durumlar parasosyal etkileşimin uç boyutları olarak görülmektedir (Tsay ve Bodine, 2012).

2.1.7 Parasosyal Bağlamda Ayrılık

Sosyal ilişkilerin başlaması, sürmesi ve sonlanması gibi parasosyal etkileşimin de sonlanması söz konusudur. Bu noktada parasosyal ayrılık kavramı alan dizinde yer almaktadır. Kişilerin takip ettikleri dizi, film, şov, roman, hikâye gibi kaynaklar belirli bir sürenin ardından sonlanmaktadır. Bu sonlanma etkileşim kurulan medya karakteri ile sürdürülen ilişkinin de son bulması anlamına gelmektedir. Gerçek ilişkilerin sonlanmasının verdiği etkiye benzer düzeyde, parasosyal ayrılık kavramı da izleyiciye üzüntü vermektedir (Cohen, 2003).

Gerçek ilişkilerin sonlanması ile ortaya çıkan depresyon, kaygı ve yalnızlık hissi gibi ağır psikopatolojiler parasosyal etkileşimlerde de yansımali olarak görülmektedir. Parasosyal etkileşimin doğası ne kadar kuvvetli ve takip sıklığı ne kadar fazla ise ayrılık sonrası hissedilen üzüntü ve karamsarlığın doğası da benzer oranda fazla yaşanmaktadır. Bu noktada karaktere bağlılık, popülerlik ve önemli yordayıcılar olarak görülmektedir (Tsao, 1996).

Parasosyal ayrılık durumlarında kişilerin sergiledikleri tutumlar, duygusal ve davranışsal boyutlarda incelenmiştir. Bu noktada karaktere duyulan özlem ve yaşanan kayıp, olumsuz duyguları ve çökkün duygudurumunu beraberinde getirmektedir. Kişi takip ettiği içerikten doyum alamamakta ve bir boşluk yaşamaktadır. Bu duygusal çıktıların yoğunluğu yaşanan etkileşimin düzeyi ile doğru orantılıdır. Diğer yandan bu özlemin giderilmesi için karakterin yer aldığı eski bölümlerin tekrar tekrar izlenmesi ise davranışsal noktada ayrılık ile başa çıkmada geliştirilen bir yöntemdir. Kişi karakterin yerine koyacak bir içerik ile karşılaşana kadar bu ayrılığın etkileri yavaş yavaş azalacaktır (Cohen, 2003). Parasosyal ayrılığın en net görüldüğü durumlar ise içeriklerin sezon ya da genel final bölümleridir. Bu bölümler izleyici tarafından yoğun bir şekilde izlenmektedir. Ayrılığın kısmi ya da tamamen olması durumları ilgideki artışı da beraberinde getirmektedir. Bu bölümler parasosyal etkileşim için bir vedalaşma olarak görülebilir. Kişiler bir süreliğine veya kalıcı bir süreliğine son kez göreceği karakter ile parasosyal anlamda vedalaşma yaşamakta ve ilişkinin

gerekliliği olarak bunu sergilemenin iç rahatlığı ile ayrılık sürecini atlarmaya çalışmaktadır (Eyal ve Cohen, 2006).

2.1.8 Parasosyal Etkileşim ile İlgili Çalışmalar

Parasosyal etkileşim düşük benlik saygısının bir çıktısı olarak görölmektedir. Düşük benlik saygısına sahip bireyler ideal benliklere ulaşmak için medya karakterleri ile parasosyal etkileşime geçmektedir (Derrick, Gabriel ve Tippin, 2008). Aytulun (2015) de çalışmasında benlik saygısı ve kendilik algısının parasosyal etkileşimi yordamada anlamlı bir parametre olarak bulmuştur.

Zheng, Men, Xiang ve Yang (2020) parasosyal etkileşimin sosyal tüketim anlayışını pozitif yönde yordadığını göstermiştir. Kişiler parasosyal etkileşim sonucunda favori dizi film karakterlerinin tüketim anlayışlarını benimsemekte ve onların kullandıkları ürünleri kullanma eğilimine daha yatkın olmaktadır. Hwang ve Zhang(2018) de çalışmalarında karakterler ile kurulan parasosyal ilişkinin, tüketim davranışının artışında ve abartılmasında ikna edici bir role sahip olduğunu belirtmiştir. Özellikle parasosyal etkileşimin özdeşim boyutuna geçmesi ile kişi karaktere benzemek için tüketim anlayışını karakterin hayatına eşitlemektedir. Alan dizinde yapılan diğer çalışmalar göz önüne alındığında, parasosyal etkileşimin sosyal medya içeriklerini ve reklamlarını takip etme ve benimseme noktasında önemli bir parametre olduğu görölmektedir (Sokolova ve Kefi, 2020; Yuan, Kim ve Kim, 2016).

Bunların yanından, parasosyal etkileşimin neden olduğu tüketim anlayışının altında aşağılık kompleksinin de yattığı düşünülebilir. Kişi favori karakterinin yaşantısını ve yaşam kalitesini kıskanmakta ve neden onun gibi olmayayım sorusunu kendine sormaya başlamaktadır. Bunun beraberinde onun giydiği şeyi alacağım ve onun yediklerini yiyeceğim gibi düşünce kalıpları oluşur ve eyleme geçmeye başlar. Sonuçta favori karakteri ile paralel bir yaşantı sürmenin rahatlamasını ve içsel hazzını yaşamaktadır (Jin ve Ryu, 2020).

de B  rail, Guillon ve Bungener(2019)   alışmalarında parasosyal etkileşim ile Youtube bağımlılığını merkez almıştır. Yapılan çalışmada sosyal olarak kaygı yaşıyan bireylerin Youtuber kişilerle kurdukları parasosyal etkileşim onların internet ortamında daha fazla zaman harcamalarına ve Youtube'yi takip etme bağlamında bir bağımlılık davranışı geliştirmelerine neden olmaktadır. Özellikle son yıllarda etkisi görülen bu Youtube platformundan yapılan yayınlar ve içerikler böylesi bir tehlikeyi de i  lerinde barındırmaktadır. Ferchaud, Grzeslo, Orme ve LaGroue (2018)   alışmalarında benzer şekilde Youtube videoları nedeniyle kurulan parasosyal etkileşimin kişilerin karakterlerin ve davranışlarında değişime neden olduğunu belirtmiştir.

Sakib, Zolfagharian ve Yazdanparast (2020)   alışmalarında beslenme, diyet ve sağlık içerikli yayınlarla kurulan parasosyal etkileşimi incelemiştir. Bu noktada kurulan parasosyal etkileşim düzeyine bağlı olarak kişiler sağlık davranışlarını düzenlemekte ve kilo alma-verme noktasında önerilere uyma davranışlarını sergilemektedir.

Parasosyal etkileşim, erkek bireylerin erkeksi beden algısını da etkilemektedir. Özellikle süper kahramanlar ile kurulan parasosyal etkileşim karakterin sahip olduğu çekici, güçlü ve kaslı beden yapısına duyulan kıskançlık ve öfke ile kişinin kendi beden algısında olumsuzluğu da beraberinde getirmektedir (Young, Gabriel ve Hollar, 2013). Greenwood (2009) kadınların idealize etkileri ve yüksek parasosyal etkileşim kurdukları dizi oyuncularının beden görünüşlerine bağlı olarak hayali görünüşlerini dizayn ettiklerini belirtmiştir.

2.2 Psikolojik Semptom

2.2.1 Psikolojik Semptom Kavramı

Psikolojik semptom kavramı kişinin yaşıadığı psikolojik sorunları sonucunda fark ettiği, alışılmışın dışında seyreden ve işlevsellikte sorunlara neden olan normal dışı hallerdir (Yılmaz, 2019). Bu kısımda, kişilerde görülen

psikolojik belirtilerinden bazıları olarak depresyon, anksiyete, düşük benlik, somatizasyon ve öfke/saldırganlık kavramlarına yer verilmiştir.

2.2.2 Depresyon

Depresyon bozukluğu, duygudurum bozuklukları içerisinde yaygın bir prevelansa sahiptir. Depresyonun klinik seyri içerisinde, duygudurum belirtileri olarak çökkünlük, isteksizlik, ilgisizlik, üzüntü gibi duygular görülürken bilişsel bağlamda kendini değersiz görme, suçluluk, umutsuzluk, geleceğe karamsarlık görülmektedir. Davranışsal çıktılar içerisinde enerjide azalma, sosyalleşmede kayıp, yorgunluk, bitkinlik tanımlanmıştır. Bu klinik tablonun uç noktalarında kendine zarar verme ve suisid girişimler yer almaktadır (Tezcan, 2000).

Klinik tanı koyulması aşamasında depresif duygudurumun en az iki hafta süre ile devam ediyor olması ve kişinin günlük işlevselliğini önemli ölçüde etkilemesi kriterleri aranmaktadır (Ercan ve Turgay, 2004). Depresyon, çarpık bilişlerin beraberinde gelen çökkün duygudurum ve kısıtlı davranış örüntüleri ile karakterizedir. Depresif bozukluk, çocuklarda da görülebileceği gibi daha çok ergenlerde ve yetişkinlerde görülen psikolojik bir bozukluktur (Tamar ve Özbaran, 2004).

Ergenlik döneminde görülen depresyonun nedeni olarak ergenliğin bir geçiş dönemi olması ve yaşanan hormonal değişimler gösterilmektedir. Ergenlik dönemi birey için psikolojik ve sosyal anlamda derin değişimlerin görüldüğü bir evredir. Ergenin bu sürece uyum sağlayamaması sonucunda duygudurum bozuklukların görülmesi olasıdır. Diğer bir noktada yaşanan hormonal ve fiziksel değişimler de ergenin içsel dünyasını etkileyen parametreler olarak görülmekte ve duygudurum bozuklukları için zemin hazırlayan faktörler olarak belirtilmektedir (Angold ve Costello, 2006). Ayrıca ergenlik döneminde yaşanan bilişsel değişimler de önemlidir. Ergenlerin gerek özel hayatları gerek okul hayatları noktasındaki endişeleri, arkadaş ilişkilerindeki sorunları, karşı cinse duyulan ilgileri gibi alanlar depresif duyguların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Çetinkaya, Arslan, Nur, Demir, Özdemir ve Sümer, 2008).

Ergenlerde depresyonun görülme biçimi daha çok sözeldir. Ergenler depresif duygularını kendi mutsuzluklarını dile getirmek yerine hayatın sıkıcılığı ve boşluğu ile ifade etme eğilimindedir. Yapacak bir şeyin olmadığının belirtilmesi de bir diğer depresif semptom olarak değerlendirilmektedir (Ercan ve Turgay, 2004). Depresyonun ergenlerde görülmesi cinsiyete göre de farklılık göstermektedir. Kızlar genellikle dış görünüş ve beğenilme kaygısı, başarısızlık ve duygu durum dalgalanmaları ile ortaya çıkarken erkeklerde yaşamdan zevk alamama ve yorgunluk gibi semptomlarla kendini göstermektedir (Bennett,Ambrosini, Kudes, Metz ve Rabinovich, 2005).

2.2.3 Anksiyete

Anksiyete kavramı, nedeni olmayan korku ve baş edilemeyen sıkıntı hali ile karakterize bir psikolojik bozukluktur. Anksiyete anında kişi tedirginliğini, kuşkularını, huzursuzluğunu ve yoğun korkusunun önüne geçememekte ve ciddi anlamda rahatsızlık yaşamaktadır (Güleç, 2009). Dağ (2000) ise anksiyenin belirtileri olarak bilişsel anlamda kötü bir şey olacağı düşüncesi, tehlikede olduğunu düşünme ve daha kötüsünü düşünme olarak belirtmiştir. Duygusal anlamda tedirginlik, huzursuzluk ve duygusal küntlük ile karakterizedir. Davranışsal çıktılar olarak kalp çarpıntısı, nefes alıp vermede hızlanma, titreme, karıncalanma, terleme gibi sempatik faaliyetler bilinmektedir.

Anksiyete belirtilerin düzeyi ve yoğunluğu, tepki gösterilen nesne veya durumun belirginliği ve beklentisine göre değişkenlik göstermektedir. Anksiyete bozukluğu, hasta tarafından genel olarak bunaltı hissi ve iç sıkıntısı ile tariflenmektedir. Anksiyete bozuklukları ayrılık anksiyetesi, panik bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu, akut stres bozukluğu, seçici mutizm, agorafobi ve maddenin neden olduğu anksiyete bozuklukları olarak farklı başlıklarda sınıflanmaktadır (Işık ve Taner,2006).

Anksiyetenin belirli bir seviyede yaşanması istenen bir durumdur. Ancak kaygının çok az olması veya çok yüksek olması normalin dışında tanımlanmıştır. Minimal anksiyete organizmanın hayatta kalmasına ve tehlikelerle mücadele

etmesinde zorluk çıkarmaktadır. Aynı şekilde maksimum anksiyete de düşünce, duygu ve davranışta sorunları beraberinde getirmektedir. Anksiyetenin optimum düzeyde tutulması organizma için en sağlıklı durum olarak belirtilmiştir (Tükel ve Alkın, 2000).

2.2.4 Olumsuz Benlik

Kişiliğin merkezi çekirdeği olarak tanımlanan ben kavramı, psikolojik iyilik hali için önemlidir. Kişinin kendini algılaması, çevreyi tanıması ve değerlendirmesi gibi birçok süreçte etkili olan benlik, çocukluktan ergenliğe ve sonrasında yetişkinlik boyunca değişim ve gelişim içerisinde. Bu noktada benlik algısında oluşan bir olumsuzluk kişinin psikolojik sağlığını etkileyen bir semptom olarak karşımıza çıkacaktır (Kımtır, 2011).

Olumsuz benlik ise çocukluktan itibaren şekillenen benlik algısının negatif yönde etkilenmesidir. Bu durum erken çocuklukta ebeveynler ile kurulan ilişki ile temellenmektedir. Çocuk ilk olarak aile ile çevreyi algılamaya başlar. Onlardan gördüğü sevgi ve ilgi kendilik algısının ilk basamağı olarak görülmektedir. İlerleyen yıllarda akran ilişkileri, çevreyi algılama, sosyal etkileşim ve kendilik planları ile gelişimini sürdürmektedir. Geç çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik evrelerinde, kişinin benlik algısının oluşmasında çevresel dönütler ve sosyal etkileşim ön plana çıkmaktadır. Kişi kendini dışarı nasıl yansıttığını dönütler ve sosyal etkileşim ile tarafsız bir gözle görebilmektedir. Bu noktada kişinin kendisini ve çevresiyle ilişkilerini yapılandırmasında benlik algısının pozitif veya negatif olması belirleyici bir parametredir. Olumsuz benlik, farklı psikolojik semptomlar için temel olabileceği gibi kişi için kırılğan bir yapının oluşmasına da neden olabilmektedir (Macit, 2019).

2.2.5 Somatizasyon

Somatizasyon, kişinin fizyolojik bir rahatsızlığı olmamasına rağmen psikolojik olarak yaşanan gerilimin bedenselleştirilmesi olarak tanımlanmaktadır

(Ünal, 2002). Kişinin yaşadığı psikolojik gerilim ve stresin sonucu olarak bedensel sağlık etkilenmekte ve farklı semptomlarla kendini göstermektedir. Bu semptomların algılanma eşiği de düşük olmakla birlikte kişi kendi semptomlarını yanlış yorumlamaktadır. Somatizasyon bozukluğunun ikincil kazanç sağlama noktasında geliştirilen ve öğrenilen bir durum olduğu da düşünülmektedir (Sayar ve Ak, 2001).

Somatizasyon bozukluğunun tanı kriterleri DSM-5'te (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı) bedensel belirtilerin günlük yaşamı sekteye uğratması, bedensel belirtilerin 6 aydan uzun süreli olması ve sağlıkla ilgili devamlı kaygının bulunması olarak tanımlanmıştır (APA, 2013).

Somatik yakınmaların genel olarak abartılı ve süslü bir şekilde anlatımı vardır. Hastalar mevcut durumları hakkında objektif değerlendirme yapmamaktadır. somatizasyon bozukluğunun tipik seyri içerisinde hastanın ifadelerindeki tutarsızlık ve tahlil sonuçlarının fiziksel rahatsızlığı işaret etmemesi durumları görülmektedir. Kişilerin bu açıklamalara ve yaklaşımlara güvenmemesi sonucunda sürekli doktor değiştirmeleri ve tıbbi destek aramaları da bozukluğun karakteristik özelliklerindendir (Köroğlu, 2007).

2.2.6 Öfke/Saldırganlık

Öfke duygusu insanların evrensel duygularından biri olarak tanımlanmaktadır. Kişiler haksızlığa uğradığında, engellendiğinde, tehdit edildiğinde, rahatsız olduklarında ve bir kişi ve objeye karşı yıkıcı hisler beslediklerinde öfke duyguları açığa çıkmaktadır (Balkaya ve Şahin, 2003). Diğer yandan öfkenin davranışsal olarak dışa vurumu ise saldırganlık olarak tanımlanmaktadır. Kişi yaşadığı minimal ve maksimal öfke duyguları sonucunda benzer oranda davranışsal tepkiler gösterebilmekte veya bu durumu kontrol altında tutabilmektedir (Özdemir ve Çivitci, 2016).

Yaşanan öfkenin gösterim biçimi ve tarzı da farklılık göstermektedir. Kişinin öfkesini fiziksel olarak vurma, kırma, itme gibi eylemlerle göstermesinin

yanında aşağılama, alaya alma gibi sözel olarak da yansıtması mümkündür. Diğer yandan gruptan dışlama ve konuşmama gibi ilişkisel boyutta da saldırganlık yaşanmaktadır. Kişi bu saldırganlık biçimlerini doğrudan karşı tarafa yöneltmenin yanında dolaylı olarak da sergileyerek öfkesini azaltmayı tercih edebilmektedir (Chin, So ve Lee, 2015). Bu noktada öfkenin algılanışı ve saldırgan davranışların niteliği kişiden kişiye farklılık gösteren bir olgu olarak görülmektedir.

2.2.7 Parasosyal Etkileşim/Ayrılık ve Psikolojik Semptomlar

Parasosyal etkileşimin insan psikolojisine etkileri farklı çalışmalarda incelenmiştir. Bu kısımda parasosyal etkileşimin psikolojik sonuçları için yapılan çalışmalar sunulmuştur.

Görsel ve yazılı medyanın duyguların gelişimi ve yaşanması üzerinde önemli bir etkisi bulunmaktadır. Özellikle çocuk ve ergenler farklı duyguları ve tepkileri karakterler üzerinden tanımakta ve deneyimlenmektedir. Favori karakter üzerinden deneyimlenen bu farklı duygular, karakterin kişi üzerindeki etkisine bağlı olarak değişimlerin ve dalgalanmaların görülmesine neden olabilir. Bu durum farklı duygudurum sorunlarının ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilir (Wilson ve Smith, 1996).

Greenwood (2009) ise yüksek parasosyal etkileşimin TV arkadaşlıklarını idealize edildiğini belirtmiştir. Bu idealizasyon karakterin yüceleştirilmesini ve farklı boyutlarda algılanmasına neden olmaktadır. İzleyici bir süre sonra karakteri ile kendisi arasındaki farklılıkları görece ve beden imajı ve sosyal görünüş kaygısı noktalarında ciddi sorunlar yaşayabilecektir. Bu gibi durumlar kaygı ve depresyon gibi patolojilere zemin hazırlayacaktır.

Parasosyal ayrılıklarında kişiler üzerinde derin etkileri bulunmaktadır. Cohen ve Hoffner (2016) ünlü Amerikalı oyuncu Robin Williams'ın intiharının toplum üzerinde yaşattığı etkileri incelemiştir. Bu süreçte insanlar olaya duydukları üzüntüyü yas semptomları şeklinde ağır depresyonlar ile göstermekteydi. Ünlü aktör ile görüşmemiş ve şahsen tanışmamış kişiler bile

çökkün duygular yaşanmaktaydı. Horton ve Wohl (1956) parasosyal etkileşimin sosyal olmamasının yanında verilen tepkilerin şaşırtıcı şekilde sosyal iletişimin sonuçlarına benzer olduğunu belirtmiştir. Favori karakterin gerek takip edilen içerikte gerekse gerçek dünyada hayatını kaybetmesi takipçileri üzerinde derin duygusal boşluklar yaratmakta ve olumsuz duygu durumun yaşanmasına neden olmaktadır (Lather ve Moyer-Guse, 2011).

Parasosyal etkileşim, sosyal öğrenme teorisinin de bir parçası olarak görülmüştür. Özellikle çocukluk ve ergenlik sürecinde kişiler gördüklerini yapma ve öğrenme eğilimindedir. Bu noktada rol model alınan kişinin düşünce ve davranış kalıpları önemlidir. Lan ve arkadaşları (2010) çalışmalarında parasosyal etkileşim kurulan karaktere bağlı olarak saldırgan davranışların ortaya çıkabileceğine ve bunun öğrenilerek kalıcı hale gelebileceğinden bahsetmiştir. Kişiler etkileşim kurdukları karakterin davranış kalıplarını alarak kendi yaşamlarında uygulama eğilime girmektedir. Bu durum daha farklı davranış problemlerinin (sigara içmek, yalan söylemek vb.) ortaya çıkmasında da aynı rolü oynamaktadır.

Kişiler, özellikler ergenler, parasosyal etkileşim kurdukları ünlü kişilere karşı pozitif duygularının yanında saldırganlık gibi negatif duygularını da sanal dünya üzerinden yönlendirilmektedir. Parasosyal olarak negatif etkileşim kurulan karakterlere karşı duyulan negatif duygular siber zorbalık ve internet tacizleri ile kendini göstermektedir. Ergenler duydukları saldırgan güdülerini bu yollar ile doyurmaktadır. Bu noktada ahlaki ayrılık ve düşük empati becerisinin rol oynadığı belirtilmiştir (Ouvrein ve ark., 2018).

Eyal ve Rubin (2003) kişilerin televizyon karakterleri ile kurdukları parasosyal etkileşimin ve benzeşmenin saldırganlık üzerinde rol oynadığını belirtmiştir. Yapılan çalışmada öfkeli ve saldırgan eylemleri olan karakterlerle kurulan parasosyal etkileşimin kişilerin saldırgan davranışlarını yordadığı görülmüştür. Rubin ve arkadaşları (2003) çalışmalarında izlenen Talk Şov'ların kişilerin tutumlarında değişimlere neden olduğunu belirtmiştir. Yüksek saldırganlık düzeyine sahip kişiler, düşük saldırganlık düzeyine sahip kişilerle karşılaştırıldığında konukların utanmasında, kızdırılmasında, şok olmasında ve

yaralanmalarında keyif aldıkları görülmüştür. Ayrıca bu kişilerin mevcut yayınları daha sık takip ettikleri belirtilmiştir.

Shensa ve arkadaşları (2020) duygusal desteğin ruhsal sağlığın korunmasında önemli olduğunu belirtmiştir. Algılanan duygusal destek stres, depresyon ve anksiyete gibi sorunlarla ilişkili görülmektedir. Her ne kadar yüz yüze iletişim ve etkileşimin duygusal destek için önemi bilinse de sosyal medya ve dizi/film etkileşimlerinin de etkisi benzer görülmüştür. Kişiler kurdukları bu gerçek olmayan etkileşimler ile yaşanacak herhangi bir duygudurum probleminin önünde duygusal destek için bir dayanak bulmaktadır.

Orhan ve Taştan (2019) yaşanan çeşitli psikolojik sorunların sonucu olarak yaşam doyumundaki ve psikolojik sağlamlıktaki azalmanın kişileri parasosyal etkileşime yönlendirdiğini belirtmiştir. Parasosyal etkileşim yaşanan sorunlarla başa çıkmada güvenli bir liman olarak görülmekte ve kişiler bu alana yönelmektedir. Başa çıkma mekanizması olarak medya karakterleri ile etkileşim kurma ihtiyacı hissedilmektedir.

Aytulun ve Sunal (2020) çalışmalarında yalnızlık ve kaygı gibi olumsuz duygu duruma sahip kişilerin parasosyal etkileşim kurma düzeyinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bu kişiler yaşadıkları yalnızlık ve kaygı duygularının azaltılmasında medya karakterlerini yardımcı olarak görmekte ve etkileşime girmektedir.

2.3 Benlik Saygısı

2.3.1 Benlik Kavramı

Kişiler çocukluklarından itibaren gerek ebeveynleri gerekse sosyal çevre tarafından olumlu veya olumsuz şekilde değerlendirilmektedir. Doğrular ve yanlışlar bu değerlendirme sonucu kişiye öğretilir. Ancak kişi bir süre sonra doğru ve yanlış arasında ayırım yapmayı öğrenmektedir. Bu değerlendirme organizma olarak kendisinin ayrı bir birey olması süreci ile paralellik gösterir. Ben diğerlerinden bağımsız bir şekilde varım düşüncesi bilişsel gelişimin yan bir

ürünü olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu noktada benlik kavramı oluşmaya başlamaktadır (Meyvacıoğlu, 1989).

Benlik kavramı kişisel yaşantılardan kişinin yaşamı boyunca devam edecek kimlik hissine kadar geniş bir yelpazede kendini göstermektedir. Kişinin kendini algılaması ve değerlendirmesi oluşumda temel kavramlardır. Bu temel üzerine inşa edilen ebeveyn tutumları, inançlar, değerler, toplumsal normlar ve sosyal çevre gibi yapılar benlik kavramının oluşumunda yardımcı olmaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2014).

Kendilik psikolojisi üzerine yaptığı çalışmalarla bilinen Kohut ise benlik kavramını üç başlık altında incelenmiştir. Kohut'a (1971) göre benlik başkalarının saygısı, yeterlilik ve kendilik yapılarının birleşimidir. Başkalarının saygısı kişi için olumlu bir sosyal çevre yaratacak ve benlik saygısı için bir referans olacaktır. Yeterlilik ise kişinin potansiyeli ve kapasitesi noktasında fikir verecektir. Kendilik ise bu kavramların kişinin kendi içinde değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkmaktadır.

Benliğin gelişimi için yaptığı çalışmalarla bilinen Erik Erikson (1950), Psikososyal gelişim kuramında 8 farklı gelişim evresi sunmuştur. Her bir evre benlik gelişiminde önemli yaş ve çözülmesi gereken çatışmaları belirtmiştir. Bu evreler şu şekildedir:

- **Temel güvene karşı güvensizlik (0-1,5 yaş):** anne ve bebek arasındaki temel ihtiyaçlar, sevgi ve ilginin karşılanma düzeyine bağlı olarak gelişen evre.
- **Özerkliğe karşı kuşku ve utanç (1,5-3 yaş):** tuvalet eğitiminin doğru veya yanlış verilmesine bağlı olarak gelişen evre.
- **Girişkenliğe karşı suçluluk (3-5 yaş):** çocuğun oyun oynama ve sosyalleşme isteğinin karşılanma düzeyine bağlı olarak gelişen evre.
- **Çalışkanlığa karşı aşağılık kompleksi (5-11 yaş):** okul hayatına başlanması ve sosyalliğin sağlanıp sağlanmamasına bağlı olarak gelişen evre.

- **Kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası (12-20 yaş):** ergenlik döneminde kişinin kendisi, geleceği ve hayattaki rolü ile alakalı sorulara cevap bulunması veya bulunmamasına bağlı olarak gelişen evre.
- **Yakınlığa karşı soyutlanma (20-30 yaş):** duygusal yakınlıkların ve romantik partnerliğin başlaması veya başlamamasına bağlı olarak gelişen evre.
- **Üretkenliğe karşı durgunluk (30-60 yaş):** bireysel hayat veya yakın çevre ile kurulan duygusal iletişim ve etkileşimin sağlanıp sağlanmamasına bağlı olarak gelişen evre.
- **Benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk (60 yaş üstü):** tüm evrelerin sonucunda kişinin hayatından memnuniyet duyması veya duymamasına bağlı olarak gelişen evre.

2.3.1.1 Gerçek Benlik

Gerçek benlik kavramı kişinin kendisini nitelendiği tüm düşünce, duygu ve davranışlardan oluşmaktadır. Kişi kendisinin ve kendisi olarak ne yapabileceği noktasında fikir sahibidir. Sınırlarının ve yapabilirliklerinin farkındadır ve bunu kabul etmiştir. Ancak gerçek benlik kişisel algılarla oluştuğu için kimi zaman yanılsamalara da neden olmaktadır. Kişi başarılı olmasına karşın kendini başarısız biri olarak görebilir (Mele, 1997).

Gerçek benlik kişinin özüdür. Çocukluktan itibaren edindiği tutum, değer ve görüşlerin bir toplamıdır. Kişiliğin yapı taşı olarak görülen gerçek benlik sağlıklı bir gelişimin de önemli bir yordayıcı olarak görülmüştür. Gerçek benliğin algılanmasına ve kabul görülmesine oranla kişi kendinden memnun olacak ve yaşam doyumu yükselecektir. Gerçek benlikten kopuşlar ise beraberinde daha farklı problemleri getirecektir (Westcott, 1998).

2.3.1.2 İdeal Benlik

Gerçek benliğin uzak bir boyutu olarak görülen ideal benlik kavramı, kişinin sahip olmak istediği özelliklerin ifade edilmesi için kullanılmaktadır. İdeal benlik içerisinde hayaller, fanteziler, planlar ve tasarıları barındırmaktadır (Rogers, 1959). İdeal benlik kavramı bir noktada gerçek benliğin geliştirici tarafı da olabilir. Olunmak ve sahiplenmek istenen özellikler için çalışmalar ve uğraşlarla benlik gelişir ve farklı bir boyut kazanır (Meyvacıoğlu, 1989). Diğer taraftan ideal benlik ve gerçek benlik arasındaki derin uçurumlar ise içsel çatışmalara neden olmaktadır. Olunan kişi ve olmak istenen kişi arasında farkın çok olması kişinin kendisini sevmemesine, mutsuz olmasına ve yaşam doyumunun azalması gibi olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir (Murdock, 2014).

2.3.1.3 Sanal Benlik

Sanal benlik kavramı kişinin internet ortamında yansıttığı ve ihtiyaç duyduğu benlik olarak tanımlanmaktadır. Bu benlik gerçek ve ideal benlikten farklı olarak başka bir boyutta sunulabilir. Bu noktada sanal ortamda beğenilmek ve takip edilerek sosyalleşme güdülerini belirleyici etmenler olarak gösterilmiştir. Kişiler sanal ortamlarda kendilerini olduğundan daha farklı bir şekilde sunma eğilimindedir (Agger, 2011).

Sanal dünya kişilerin yeni bir benlik oluşturmaları için gerekli bütün imkanları sunmaktadır. Bedensizleştirilen internet ortamı fiziksel özelliklerin saklanması imkân vermektedir. Ayrıca görülmeme özelliği ile birlikte yeni bir kimlik yaratma olanağı da sunmaktadır (Zhao ve ark., 2008). Ayrıca bilinme ve takip edilme duyguları da kişileri motive eden bir durumdur. Paylaşımlar ve beğeniler ile birlikte şekillenen sanal benliğe, kişilerden gelen destek ve takipler bu benliğin daha da geliştirilmesine ve yenilenmesine neden olmakta ve gerçek benlikten gittikçe uzaklaşmaktadır. Kişi gittikçe sanal ortamdaki halini beğenmeye başlamaktadır (Bergman ve ark., 2011).

2.3.2 Benlik Saygısı Kavramı

Kendiliğin algılanması süreci kişinin kendi hakkında bildiklerinin yanında çevreden aldığı geri dönüşler ve bildirimler ile bütünleşiktir. Bu noktada kendilik hakkında kişinin kendi hissettiklerinden çok çevreye yansıttıkları ve çevrenin hissettikleri ve ön planadır. Sosyal çevre de kişinin bir parçası olarak rol oynar. Bu noktada benlik kişinin kendisini diğerlerinden ayıran özellikler bütünü olarak görülmektedir. Benlik saygısı ise kişinin bu özellikleri ile ne kadar bütünleşik ve barışık olduğunu ifade etmektedir (Cüceloğlu, 1997).

Rosenberg (1965) benlik saygısını bireyin kendisini değerlendirmesinin bir sonucu olarak görmüştür. Bireyin kendisine yönelik yaptığı değerlendirmeler sonucunda ulaştığı sonuç benlik saygısı için belirleyici olacaktır. Benlik saygısı, kişinin kendi benliğine verdiği değer bir göstergesidir. Toker'ın (2008) aktardığına göre, Coopersmith (1967) kişinin kendisi ile barışık olmasının, kendini yeterli, olumlu ve değerli görmesinin benlik saygısının özünü oluşturduğunu düşünmektedir. Benlik saygısı bu alanlarda kişinin sahip olduğu düşüncelerin devamlılığı ve tutarlılığı ile doğrudan ilişkilidir. Kişi kendisi için onayladığı ve onaylamadığı birtakım özelliklerinin farkındadır. Şu hâlde, kişinin kendisini olduğu gibi görmesi ve bundan memnun olması noktası dikkat çekmektedir. Her bireyin kendinde görmek istemediği özelliklerinin olması mümkündür. Ancak benlik saygısının oluşmasında bunların farkında olunması ve kabul edilmesi değerli bir adım olarak görülmektedir (Kaya ve Oğurlu, 2015).

Başka bir tanımla ise benlik, kişinin sahip olduğu bilişsel ve bedensel niteliklerinin bir toplamıdır. Kişinin kendi özelliklerinin farkında olarak bunları içselleştirmesi benlik kavramının temelini oluşturmaktadır. Bu noktada bilişsel, duygusal ve davranışsal yapılar gerek benliğin oluşumunda gerekse gelişiminde önemli bir yere sahiptir (Richardson, 2004).

2.3.2.1 Düşük Benlik Saygısı

Benlik saygısının düşük olmasına göre kişinin düşünce, duygu ve davranışlarında değişimler gözlenmektedir. Düşük benlik saygısına sahip

kişilerin özellikleri kısa şu şekilde açıklanabilir (Erdem ve Taşçı, 2003; Özşaker, 2008; Yavuzer, 2005; Yılmaz, 2011):

- Olumlu geri bildirim alma noktasında isteksizlik,
- Başkalarına bağlı olarak hareket etme,
- Kaygılı duygudurum ve tedirginlik hali,
- Düşük hayat beklentisi ve memnuniyetsiz olma,
- Başarısız olma yönünde yüksek anksiyete,
- Düşük sosyal çevre ve ilişkiler,
- İçsel odak noktasında kendiliğe ağır eleştiriler,
- Eleştirilmeye tahammülsüzlük,
- Sosyal çevreden daha kolay etkilenme ve manipüle edilme,
- Kendine güvensizlik, çaresizlik ve değersizlik hissi.

2.3.2.2 Yüksek Benlik Saygısı

Yüksek benlik saygısına sahip kişilerin genel özellikleri yukarıda belirtilen durumların tam tersi olarak düşünülebilir. Ancak görülen diğer özellikler ise şu şekilde sıralanabilir (Campbell ve Lavalley, 1993; Duman, 2016):

- Güçlü ve sağlam otokontrol varlığı,
- Atılgan ve girişimci kişilik,
- Öz eleştiri yapma noktasında başarı,
- Otonomisi olan kendine güvenli bireysel özellikler,
- Tutarlı bir kişilik yapılanması,
- Duruma özgü davranışlarda esneklik,
- Duygu düzenleme ve ifadede başarı
- Kendine güvenli olma,
- Kişisel ve sosyal anlamda sorumluluk sahibi olma,
- Hatalara tahammül gösterebilme ve öğrenme.

2.3.3 Benlik Saygısı Boyutları

Benlik saygısı üzerine yapılan çalışmalar farklı boyutların incelenmesine imkân vermiştir. Bu noktada Branden (1969) benlik saygısının yeteneğe güven ve kendini değerli görmek noktasında iki boyuttan oluştuğunu belirtmiştir. Kişi kendi potansiyeline inanarak, gerekli düşünme ve öğrenme yetisine sahip olduğunu bilerek, doğru kararlar alarak ve zorlukların üstesinden gelerek kendi yeteneğine güvenmektedir. Diğer yandan kendine duyduğu saygı, sevgi ve saygı görmeye layık olduğu düşüncesi ve mutlu olmaya duyulan istek de kendini değerli görme boyutunu oluşturmaktadır.

Reasoner (2005) ise buna benzer şekilde yetkinlik ve değer olarak iki boyut tanımlamıştır. Kişiler hayatın zorlukları ile baş edebilecek gücü kendilerinde bulacak kadar yetkin olmalı ve mutluluğa layık olduklarını düşünecek kadar kendilerini değerli görmelidir (Akt.: Khalek, 2016). Son olarak da Deci ve Ryan'ın (1995) gerçek ve koşullu benlik saygısı olarak iki boyut açıkladığı görülmektedir. Bu noktada kişiler gerçek anlamda benliklerine saygı duyanın yanında belirli koşullar altında da bu tutumlarını sürdürebilmektedir.

2.3.4 Benlik Saygısının Gelişimi

Benlik saygısının oluşmasında ve gelişiminde yaşam evrelerinin önemli bir yeri vardır. Bu noktada çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve ileri yaş gibi dönemler incelenmiştir. Çocukluk dönemi bilişsel gelişimin sürdüğü bir dönem olması nedeniyle algıların ve yorumların farklı olduğu bir dönemdir. Ben merkezliliğin ve somut düşünme becerisi yerini soyut düşünce ve sosyal çevrenin etkisine bıraktıkça benlik saygısının gelişimi de değişkenlik gösterecektir. Çocuklar sosyal çevrenin geri bildirimleri ve sosyal karşılaştırma kavramları ile tanışmaktadır. Bu noktada kendilerini ve çevrelerini daha iyi algılamak ve değerlendirme becerisini kazanırlar. Başlarda yüksek olan benlik saygısı bu nedenlerle yavaşlama ve ayrıntılı değerlendirme aşamasına geçmektedir (Robins ve Trzesniewski, 2005).

Ergenlik dönemi ise yavaşlamanın düşüşe veya yükselişe geçtiği kritik bir dönem olarak görülmektedir. Bu dönemde bilişsel gelişim büyük oranda gerçekleşmiştir. Kişinin kendisine ve çevresine yönelik düşüncelerinde ciddi değişimler görülmektedir. Özellikle değişen fiziksel özellikler dolayısıyla ergen, bedeni ile memnuniyetsiz hisleri yaşamaktadır. Özellikle çevreye kendini sunma noktasında önemli bir parametre olan fiziksel görünüm sosyal çevre ve romantik ilişkiler noktasında da belirleyicidir. Nitekim bütün bu değişimlerin yanında çevrenin ergen için yaptığı geri bildirimlerde ergen için bir diğer önemli boyut olarak görülmektedir. Bütün bu faktörler incelendiğinde ergen benlik saygısını oluşturmada ve yükseltmede başarılı olabileceği gibi başarısız da olabilmektedir (Erbil ve ark., 2006).

Yetişkinlik dönemindeki durum ise daha farklı boyutlardadır. Kişi çocukluk ve ergenliğin ardından gerçek hayatta kendisine bir yer bulmuş ve bunu sürdürme ihtiyacı içindedir. Mesleğini sürdürmek, sosyal hayatı devam ettirmek ve uzun dönemli romantik ilişkiler gibi farklı stresörler bu dönemde hayatına girmektedir. Hayatını sürdürmesi için mesleki kariyerine devam etmeli ve başarılı olmalıdır. Gerek iş ortamı gerek sosyal çevresinin olumlu olması ve kişiyi tatmin etmesi beklenmektedir. Son olarak romantik partnerlerin varlığı veya yokluğu da benlik saygısında önemli bir parametre olarak görülmektedir (Çelikbaş ve ark.,2019).

İleri yaş dönemleri benlik saygısının gelişiminin devam ettiği bir dönem olarak düşünülmektedir. Bu dönem genel olarak yaşanan hayatın bir toplamı olarak görülmektedir. Kişi yaşadığı hayattan, aldığı kararlardan ve yaptığı eylemlerden memnun olma düzeyine göre benlik saygısı düzeyini belirlemektedir. Daha önceki gelişim dönemlerinin bir çıktısı olarak ileri yaşlar benlik saygısının son evresini oluşturmaktadır (Robins ve Trzesniewski, 2005).

2.3.5 Benlik Saygısına Kuramsal Bakışlar

Benlik saygısının incelenmesi ve araştırılması noktasında farklı kuramsal yaklaşımlar farklı açıklamalarda bulunmuştur. Bunlardan ilki olarak psikanalitik

kuram id, ego ve süperego düzleminde benlik saygısını açıklamaktadır. Bu yaklaşımda benlik saygısının gelişimi süper egonun gelişimi ile ilişkili görülmüştür. İd yapısının gelişimi kişinin kendisini kendi gözünden görmesi ile açıklanırken süper ego ile birlikte kişi kendini sosyal bir ayda görme imkânı kazanmaktadır. Bu noktada sosyalliğin getirdiği dönütler kendilik ile ilgili soruların oluşmasına neden olacak ve kişinin benlik imajını düzenleme ihtiyacı doğacaktır (Yeşilova, 2017).

Kişiler arası psikolojinin kurucusu olarak görüle Harry S. Sullivan ise benlik saygısının kurulan ilişkilerin bir çıktısı olarak görmektedir. Birey sahip olduğu tutum ve düşüncelerin uygulama sahası olarak ilişkilere ihtiyaç duymaktadır. Sahip olunan ilişkiler ise kişinin kendisi hakkındaki düşüncelerinin bir değerlendirilmesi olacaktır. Bu bağlamda kişinin benlik saygısı içsel bir yargılama sonucunda şekillenecektir (Şahin, 2017). Bireysel psikoloji ise benlik saygısını aşağılık kompleksi kavramında konumlandırmıştır. Kişiler üstün olma duyguları ve hissettikleri aşağılık kompleksi ile benlik saygılarını oluşturmaktadır. Organ eksikliği ve sosyal çevrenin yeterli olmaması bu oluşumda etkili faktörlerdir (Kaya ve Oğurlu, 2015).

Danışan merkezli terapinin öncüsü ve hümanist ekolün temsilcisi Rogers ise kişinin içsel dünyası ve çevrenin etkileri ile benlik saygısını açıklamaktadır. Bebeklikten itibaren yapılan davranışlar çevrenin olumlu veya olumsuz atıfları ile şekillenmektedir. Bilişsel gelişim ile birlikte kişi bu atıfları kendisi de davranışlarında olumlu veya olumsuz yüklemeler yapmayı öğrenecektir. Hem bireysel hem de çevresel bu yüklemelerin içselleştirilmesinin bir sonucu olarak benlik saygısı kavramı ortaya çıkmaktadır (Üstün ve Akman, 2002).

Davranışsal kuram kişinin davranışları doğrultusunda oluşan şartlanmaların ve çevresel etkilerin benlik saygısında belirleyici olduğunu belirtmektedir. Kişinin klasik ve edimsel koşullanmaları durumlara özgü yanıtla vermesine ve çevreden olumlu dönütler almasına neden olacaktır. Ayrıca ebeveyn ve sosyal çevre gibi kişi davranışları üzerindeki etkili parametrelerin, kişinin benlik saygısının oluşumunda ve gelişiminde önemli bir payı bulunmaktadır (Balıkçıoğlu, 2016).

Bilişsel kuram ise kişinin kendisi için oluşturduğu otomatik düşünceler, ana inançlar ve uyum bozucu şemaların benlik saygısının oluşumunda etkili olduğunu savunmaktadır. Kişi yapması gerekenler ve olması gereken durumlar arasında bilişsel anlamda çarpık inançlar geliştirmiştir. Bunlara olan inanç ise sonuçların olumsuz olmasının önünü açmaktadır. Kişinin bu katı ve fonksiyonel olmayan inançlar nedeniyle kendisini olduğu gibi algılamasının önü kapanmaktadır (Hiçdurmaz ve Öz, 2011).

2.3.6 Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

Benlik saygısına etki eden faktörlerin başında gelişim dönemleri gelmektedir. Özellikle ergenlik bu noktada önemli görülmektedir. Ergenlik süreci ile birlikte değişen fiziksel görünüm ergen bireyin bilişlerine ve duygularına direkt etki etmektedir. Bu noktada kişinin kendini algısı ve çevreden nasıl algılandığı gibi görüşler benlik saygısını olumlu veya olumsuz yönde etkileyecektir. Beden ve sosyal görünüş temelli bu kaygılar kişinin kendisine olan saygısına da doğrudan etki ettiği bilinmektedir (Garland ve ark., 2011).

Sosyal çevrede benlik saygısında belirleyici bir yere sahiptir. Sosyal çevremiz bir noktada bizim düşünce, duygu ve davranışlarımızın çıktısı ve dönütü olarak değerlendirilmektedir. Sosyal çevre tarafından beğenilmek, takdir edilmek ve kabul görmek gibi noktalar kişinin benlik saygısının yükselmesinde veya düşmesinde etkili parametrelerdir. Özellikle ergenler kendilerini sosyal çevreye sunmak ve dahil olma çabaları ile tutum ve davranışlarını şekillendirmektedir (Seyhan ve Zincir, 2009).

Ebeveyn ilişkileri bir diğer parametre olarak görülmektedir. Ailenin çocuğa karşı tutum ve davranışları kişi için kendilik ve kendilik değeri noktasında referans kaynağı olmaktadır. Bu noktada ebeveynlerin anlayışlı ve destekleyici bir rol üstlenmeleri önerilmektedir. Bir kimlik ve rol arayışı noktasında olan çocukları için rehber olarak doğruları bulmasında yardımcı olmalıdırlar. Diğer yandan çatışmalı bir aile ve anlayışsız bir ev ortamında çocukların olumlu bir benlik saygısı geliştirmeleri çok zor görülmektedir (Cui ve ark., 2002).

Sosyal çevre ve arkadaş ilişkileri de benlik saygısının belirlenmesinde ve gelişiminde etkili bir yere sahiptir. Pozitif ilişkilerin kurulması kişinin kendini geliştirmesinde yardımcı olacağı gibi alınan geri dönüşlerde kendilik değerinin yükselmesine ve benlik saygısının pozitif olmasına yol açacaktır. Diğer yandan yeni bağlar ve deneyimler ile yeterlik ve değerlik hissi de artacak ve kişi kendini daha iyi hissedecektir. Çocukluktan itibaren başlayan bu ilişkiler ergenlikle birlikte daha merkezi bir yere taşınmakta ve benlik saygısında belirleyici bir konumda bulunmaktadır (Günaydın ve Yöndem, 2007).

2.3.7 Benlik Saygısı ve Ergenlik

Ergenlik dönemi benlik gelişiminin hızlandığı ve sosyallikten etkilenmenin fazla olduğu bir gelişim dönemi olarak önemlidir. Bu dönem kişinin kendisi, geleceği ve dünya hakkında sorular sorduğu ve hayatta kendine bir yer aradığı için araştırmacılar tarafından sıklıkla incelenmiştir. Bu noktada benlik saygısı kavramının önemi de büyük görülmüştür.

Çocukluktan bu yana büyüyen aile ortamında belirli oranda kazanılan değerler ve tutumlar mevcuttur. Ancak bu durum ergenlik süreci ile birlikte bir fırtına ve stres dönemine girmektedir. Ergen kendi içinde bir buhran ve çatışma yaşamaktadır. Fiziksel ve sosyal anlamda gelişen majör değişimlerin yanında bilişsel anlamda yaşadığı karmaşa da eklenince içinden çıkılmaz bir süreç olarak görülmektedir. Bu dönemde benlik saygısının olumlu veya olumsuz etkilenmesinde aile ortamı ve ebeveyn tutumları önemli görülmektedir (Esas ve Aksoy, 2001). Anne ve babanın çocuğun benlik saygısının oluşumundaki bu kritik sürecin altı çizilmiş ve üzerinde dikkatle durulması gerektiği belirtilmiştir (Çuhadaroğlu, 1986; Özmen, 2007).

Ergenlik sürecinde gelişen akran ilişkileri ve sosyal çevrenin önemi de benlik saygısına etkide rol oynamaktadır. Akranlar tarafından kabul edilme ve bir gruba dahil olma isteği ergen için baskın bir güdü olmaktadır. Aynı şekilde çevreden alınan olumlu ve olumsuz dönüşler de belirleyici olarak görülmektedir. Ergenin kendini ifade etmesinde ailesinden önce sosyal çevresi ve akran grubu

gelmektedir. Bireyselleşme ve kimlik kazanma gibi benlik saygısının belirleyicisi olan faktörler akranlar ile kurulan ilişkiler sonucunda olgunluğa ulaşmaktadır (Atik ve ark., 2014). Bunun yanında akademik başarı ve ahlaki gelişim kavramları da benlik saygısında etkilidir. Gelecek planları için akademik başarı üzerine kaygılar yaşanacak ve toplumsal kurallar, normlar ve değerler noktasında da ahlaki gelişim kendini gösterecektir (Balat ve Akman, 2004).

2.3.8 Benlik Saygısı ve Parasosyal Etkileşim

Parasosyal etkileşimin benlik saygısı üzerinde önemli bir etkisi olduğu bildirilmiştir. Özellikle izleyicilerin, favori karakterin tercih ve düşüncelerini kendilerinin yerine koyması bir süre sonra benlik duygusunun zayıflamasına neden olmaktadır. Kişiler favori karakterlerini o denli benimsemektedir ki kendilerine olan saygılarında azalma görülmektedir (Audrezet ve ark., 2018).

Derrick ve arkadaşları (2008) benlik saygısı ve parasosyal etkileşim arasındaki faydacı ilişkiye dikkat etmiştir. Yaptıkları çalışmada düşük benlik saygısına sahip katılımcıların daha fazla parasosyal etkileşim gösterdikleri bulunmuştur. Ancak bu etkileşim ideal benliğin gelişim gösterilerek gerçek benliğe katkı sunması nedeniyle benlik saygısına yararlı olduğu sonucu göstermiştir. Stever (2017) da aynı şekilde parasosyal etkileşimin düşük benlik saygısı üzerindeki pozitif etkisini belirtmiştir.

Babb (1995) yaptığı çalışmada düşük benlik saygısına sahip olan kişilerin insanlarla etkileşime girmede yaşadıkları isteksizlik nedeni ile parasosyal etkileşim geliştirdiklerini belirtmiştir. Kişiler karşılıklı iletişim ve yüz yüze etkileşimden çekindikleri için kendilerini rahat hissettikleri dizi veya filme yönelmektedir. Turner (1990) da yaptığı çalışmada benzer bulguları elde etmiştir.

Erikson (2017) ise düşük benlik saygısına sahip ergenlerin romantik parasosyal etkileşim düzeylerinin yüksek olduğunu göstermiştir. Bu sonuçta gerçek hayatta istediğini bulamayan düşük benliğe sahip ergenler sanal bir ortamda duygularını dışa vurmayı başarmaktadır.

Greenwood (2008) benlik saygısı ve parasosyal etkileşim arasındaki ilişkiye farklı bir noktadan yaklaşmıştır. Çalışmasında benlik saygısı düşük olan bireylerin olumsuzluklardan kaçınmak için televizyona yöneldiğini belirtmiştir. Kişi benlik saygısında duyduğu eksikliği film veya dizi karakterleriyle kurduğu etkileşim yoluyla kapatma eğiliminde olabilir. Bu noktada kendilikten kaçış başkası olma yönünde ideal benliği beslemektedir. Bu da gerçek benlikten uzaklaşmaya neden olmaktadır. Sun ve Wu (2012) de yaptıkları çalışmalarında düşük benlik saygısının kurulan parasosyal etkileşim ile telafi edildiği üzerinde durmuştur.

Turner (1993) ise yüksek benlik saygısı olan katılımcıların favori komedi karakterleri ile yüksek parasosyal etkileşime girdiklerini belirtmiştir. Bu noktada kişilerin kendilerini geliştirmek veya sevdikleri karakterlerle daha yakın olma güdüsü ile parasosyal etkileşime girmeleri olası görülmüştür.

Beytin (2017) yüksek parasosyal etkileşimin düşük benliği beraberinde getirdiğini belirtmiştir. Takip edilen favori karakterin özellikleri ve yaşam tarzı kişilerin ideal benlik noktasında beklentilerinin artmasına neden olmaktadır. Ancak bu beklentilere erişemediklerinde yaşadıkları hayal kırıklıkları ise benlik saygısındaki düşüş olarak karşımıza çıkmaktadır. Tal-Or (2017) da çalışmasında parasosyal etkileşim sonucunda favori karakter ile yapılan karşılaştırmaların benlik saygısında düşüşe neden olduğunu belirtmiştir.

3 YÖNTEM

Bu bölümde araştırma örnekleme, veri toplama araçları ve verilerin analizi noktasında bilgiler verilecektir.

3.1 Araştırma Örnekleme

Yapılan çalışmaya, basit tesadüfi örnekleme yoluyla internet üzerinden 24-30 yaş aralığından 173 kadın ve 127 erkek olmak üzere toplam 300 kişi katılmıştır. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esaslarına ve Helsinki Deklerasyonu Prensiplerine uygun olarak yürütülmüştür. Yapılan çalışma için etik kurul onayı alınmış olup Ek 1’de sunulmuştur.

3.2 Veri Toplama Araçları

Yapılan çalışmada içerisinde demografik veri formu, Parasosyal Etkileşim Ölçeği, Parasosyal Ayrılık Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği’nin bulunduğu anket formu kullanılmıştır.

3.2.1 Demografik Veri Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen, katılımcıların cinsiyet, yaş, maddi durum, yaşamın çoğunun geçtiği yer gibi bilgilerinin yanında dizi seyretme alışkanlıklarının sorulduğu veri formudur. Demografik veri formu Ek 2’de verilmiştir.

3.2.2 Parasosyal Etkileşim Ölçeği

Bireylerin parasosyal etkileşim düzeylerinin ölçülmesi için Rubin ve Perse (1987) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek beşli likert tipinde (1 = *Hiç katılmıyorum*; 5 = *Tamamen katılıyorum*) 14 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters yönlü madde olmayıp alınan yüksek puan yüksek parasosyal etkileşimi göstermektedir. Ölçekten alınacak puan 14-70 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması Arda (2006) tarafından yapılmıştır. Orijinal ölçek için Cronbach Alfa katsayısı 0,94 olarak hesaplanırken uyarlama çalışması için bu değer 0,89 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayısı 0,90 olarak hesaplanmıştır. Parasosyal Etkileşim Ölçeği Ek 3'te yer almaktadır.

3.2.3 Parasosyal Ayrılık Ölçeği

Kişilerin parasosyal ayrılık düzeylerinin ölçülmesi için Cohen (2003) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek beşli likert tipinde (1 = *Hiç katılmıyorum*; 5 = *Tamamen katılıyorum*) 13 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters yönlü madde olmayıp alınan yüksek puan yüksek parasosyal etkileşimi göstermektedir. Ölçekten alınacak puan 13-65 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması Arda (2006) tarafından yapılmıştır. Orijinal ölçek için Cronbach Alfa katsayısı 0,85 olarak hesaplanırken uyarlama çalışması için bu değer 0,89 olarak bulunmuştur. Çalışmamızda Cronbach Alfa katsayısının 0,90 olduğu görülmüştür. Parasosyal Ayrılık Ölçeği Ek 4'te sunulmuştur.

3.2.4 Kısa Semptom Envanteri

Psikolojik belirtilerin ölçülmesi için Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek dörtlü likert tipinde (0 = *Hiç*; 4 = *İleri derecede*) 53 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters madde olmayıp alınan yüksek puan yüksek psikolojik belirtilerin fazlalığını göstermektedir. Ölçekte depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve öfke/saldırganlık olarak beş faktör

bulunmaktadır. Ölçekten alınacak puan 0-212 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. Orijinal ölçek için Cronbach Alfa katsayısı 0,92 olarak hesaplanırken uyarlama çalışması için bu değer 0,94 olarak bulunmuştur. çalışmamızda iç tutarlılık katsayısının ölçek geneli için 0,96 olduğu görülmüştür. Kısa Semptom Envanteri Ek 5'te verilmiştir.

3.2.5 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Bireylerin benlik saygısının ölçülmesi için Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek dördümlük likert tipinde (*1 = Çok yanlış; 4 = Çok doğru*) 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte 3, 5, 8, 9 ve 10. maddeler ters yönlü puanlanıp alınan yüksek puan yüksek benlik saygısını göstermektedir. Ölçekten alınacak puan 10-40 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması Çuhadaroglu (1986) tarafından yapılmıştır. Orijinal ölçek için Cronbach Alfa katsayısı 0,75 olarak hesaplanırken uyarlama çalışması için bu değer 0,71 olarak bulunmuştur. bu çalışma için ilgili değer 0,86 olarak hesaplanmıştır. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Ek 6'da yer almaktadır.

3.3 Verilerin Analizi

Veri seti için yapılan normallik incelemesinde ölçek ve alt boyut toplam puanlarının normal dağılım ve normale yakın dağılıma sahip oldukları görülmüştür (Tablo 3.1). Elde edilen bulgular sonucunda parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir. Kişi ve yüzde dağılımlarının incelenmesinde frekans analizi, ölçek ve alt boyut toplam puanlarının incelenmesinde betimleyici istatistik, iki kategori arasındaki puan ortalaması farkın incelenmesinde Bağımsız Örneklem t Testi, üç ve daha fazla kategori arasındaki puan ortalaması farkın incelenmesinde Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), ölçek ve alt boyut puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesinde Pearson Korelasyon Analizi ve bağımlı değişkenler için yordayıcı değişkenlerin incelenmesinde çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS.26 (Statistical Package for Social Science) programı kullanılmıştır.

Tablo 3.1. Araştırma lek ve Alt Boyut Toplam Puanları İçin Betimleyici İstatistiksel Tablo

Ölçek/Alt Boyut	Min	Max	$\bar{x}$	ss	arpıklık	Basıklık
Parasosyal Etkileşim	14	67	41,45	10,68	-0,42	0,15
Parasosyal Ayrılık	13	56	30,18	10,40	0,19	-0,48
Benlik Saygısı	19	40	31,21	5,07	-0,19	-0,48
Kısa Semptom Envanteri	0	141	56,92	30,22	0,60	-0,15
Anksiyete	0	36	10,90	7,02	0,84	0,51
Depresyon	0	42	15,75	8,87	0,52	-0,22
Olumsuz Benlik	0	42	12,72	8,16	0,67	0,07
Somatizasyon	0	23	6,45	4,88	0,97	0,61
Öfke/Saldırganlık	0	22	9,45	4,64	0,45	-0,42

4 BULGULAR

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	173	57,7
	Erkek	127	42,3
Aile maddi durum	İyi	94	31,3
	Orta	206	68,7
Yaşamın çoğunun geçtiği yer	Şehir	127	42,3
	Büyükşehir	173	57,7
Yerli dizi takip derecesi	Çok az	47	15,7
	Az	51	17,0
	Orta	127	42,3
	Fazla	55	18,3
	Çok fazla	20	6,7
Dizi için ayrılan vakit	0-2 saat	187	62,3
	3-5 saat	113	37,7
En sevilen dizi türü	Aksiyon-polisiye	49	16,3
	Dram	47	15,7
	Fantastik	21	7,0
	Komedi	110	36,7
	Gençlik-romantik	73	24,3
Toplam		300	100,0

Yapılan çalışmaya 173 (%57,7) kadın ve 127 (%42,3) erkek katılmıştır. Ailesinin maddi durumu iyi olan 94 (%31,3) kişinin yanında orta olan 206 (%68,7) kişi vardır. Yaşamın çoğunu şehirde geçiren 127 (%42,3) kişi ve büyük şehirde geçiren 173 (%57,7) kişi bulunmaktadır.

Yerli dizileri çok az takip eden 47 (%15,7) kişi, az takip eden 51 (%17,0) kişi, orta düzey takip eden 127 (%42,3) kişi, fazla takip eden 55 (%18,3) kişi ve çok fazla takip eden 20 (%6,7) kişi vardır. Dizi için gün içinde 0-2 saat ayıran 187 (%62,3) kişiye karşın 3-5 saat ayıran 113 (%37,7) kişi vardır. Aksiyon-polisiye dizilerini seven 49 (%16,3) kişi, dram dizilerini seven 47 (%15,7) kişi, fantastik dizilerini seven 21 (%7,0) kişi, komedi dizilerini seven 110 (%36,7) kişi ve gençlik-romantik dizileri seven 73 (%24,3) kişi bulunmaktadır.

Tablo 4.2. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Ölçek/Alt boyut	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(298)}$	p
Parasosyal Etkileşim	Kadın	173	42,69	9,61	2,355	0,019*
	Erkek	127	39,77	11,81		
Parasosyal Ayrılık	Kadın	173	30,27	10,37	0,178	0,859
	Erkek	127	30,06	10,48		
Benlik Saygısı	Kadın	173	31,32	5,07	0,430	0,668
	Erkek	127	31,06	5,09		
Kısa Semptom Envanteri	Kadın	173	59,11	30,66	1,470	0,143
	Erkek	127	53,93	29,46		
Anksiyete	Kadın	173	11,45	7,28	1,600	0,111
	Erkek	127	10,14	6,60		
Depresyon	Kadın	173	16,79	8,81	2,387	0,018*
	Erkek	127	14,34	8,79		
Olumsuz Benlik	Kadın	173	12,79	8,26	0,178	0,859
	Erkek	127	12,62	8,06		
Somatizasyon	Kadın	173	7,14	4,99	2,887	0,004**
	Erkek	127	5,51	4,59		
Öfke/Saldırganlık	Kadın	173	9,29	4,65	-0,686	0,493
	Erkek	127	9,66	4,64		

*=p<0,05; **=p<0,01

Kadın ve erkeklerin Parasosyal Etkileşim Ölçeği, Parasosyal Ayrılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri toplam puan ortalamaları arasındaki farklılık Bağımsız Örnek t Testi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda kadın ve erkeklerin parasosyal etkileşim ($t_{(298)}=2,355$; $p<0,05$) ve somatizasyon ($t_{(298)}=2,887$; $p<0,01$) toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo incelendiğinde, kadınların parasosyal etkileşim ve somatizasyon puan ortalamalarının erkeklerden yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4.3. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Maddi Duruma Göre Karşılaştırılması

Ölçek/Alt boyut	Maddi durum	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(298)}$	p
Parasosyal Etkileşim	İyi	94	39,29	10,84	-2,393	0,017*
	Orta	206	42,44	10,48		
Parasosyal Ayrılık	İyi	94	29,55	10,26	-0,705	0,482
	Orta	206	30,47	10,48		
Benlik Saygısı	İyi	94	32,30	4,76	2,533	0,012*
	Orta	206	30,71	5,14		
Kısa Semptom Envanteri	İyi	94	50,07	27,89	-2,676	0,008**
	Orta	206	60,04	30,79		
Anksiyete	İyi	94	9,12	6,34	-3,005	0,003**
	Orta	206	11,71	7,18		
Depresyon	İyi	94	14,21	7,81	-2,044	0,042*
	Orta	206	16,46	9,24		
Olumsuz Benlik	İyi	94	11,15	7,66	-2,268	0,024**
	Orta	206	13,44	8,30		
Somatizasyon	İyi	94	5,93	4,87	-1,258	0,209
	Orta	206	6,69	4,88		
Öfke/Saldırganlık	İyi	94	8,21	4,41	-3,155	0,002**
	Orta	206	10,01	4,65		

*=p<0,05; **=p<0,01

Ailesinin maddi durumu iyi ve orta olan katılımcıların Parasosyal Etkileşim Ölçeği, Parasosyal Ayrılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri toplam puan ortalamaları arasındaki farklılık Bağımsız Örnek t Testi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda maddi durumu iyi ve orta olan katılımcıların parasosyal etkileşim ($t_{(298)}=-2,393$; $p<0,05$), benlik saygısı ($t_{(298)}=2,533$; $p<0,05$), Kısa Semptom Envanteri ($t_{(298)}=-2,676$; $p<0,01$), anksiyete ($t_{(298)}=-3,005$; $p<0,01$), depresyon ($t_{(298)}=-2,044$; $p<0,05$), olumsuz benlik ($t_{(298)}=-2,268$; $p<0,05$) ve öfke/saldırganlık ($t_{(298)}=-3,155$; $p<0,01$) toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo incelendiğinde, ailesinin maddi durumu iyi olan katılımcıların parasosyal etkileşim ve psikolojik belirti toplam puan ortalamaları düşükken benlik saygısı puan ortalamaları yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.4. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Yaşamın Çoğunun Geçtiği Yere Göre Karşılaştırılması

Ölçek/Alt boyut	Yer	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(298)}$	p
Parasosyal Etkileşim	Şehir	127	42,65	9,71	1,662	0,098
	Büyükşehir	173	40,58	11,28		
Parasosyal Ayrılık	Şehir	127	29,73	10,78	-0,638	0,524
	Büyükşehir	173	30,51	10,13		
Benlik Saygısı	Şehir	127	30,20	4,97	-2,981	0,003**
	Büyükşehir	173	31,95	5,03		
Kısa Semptom Envanteri	Şehir	127	63,03	32,07	3,044	0,003**
	Büyükşehir	173	52,43	28,04		
Anksiyete	Şehir	127	12,22	7,29	2,831	0,005**
	Büyükşehir	173	9,92	6,67		
Depresyon	Şehir	127	17,64	9,66	3,203	0,002**
	Büyükşehir	173	14,37	7,98		
Olumsuz Benlik	Şehir	127	14,32	8,65	2,952	0,003**
	Büyükşehir	173	11,54	7,60		
Somatizasyon	Şehir	127	7,15	4,89	2,140	0,033*
	Büyükşehir	173	5,94	4,83		
Öfke/Saldırganlık	Şehir	127	10,09	4,89	2,082	0,038*
	Büyükşehir	173	8,97	4,41		

*=p<0,05; **=p<0,01

Yaşamın çoğunun geçtiği yer değişkeni için katılımcıların Parasosyal Etkileşim Ölçeği, Parasosyal Ayrılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri toplam puan ortalamaları arasındaki farklılık Bağımsız Örnek t Testi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda yaşamının çoğu şehirde ve büyükşehirde geçen katılımcıların benlik saygısı ($t_{(298)}=-2,981$; $p<0,01$), Kısa Semptom Envanteri ($t_{(298)}=3,044$; $p<0,01$), anksiyete ($t_{(298)}=2,831$; $p<0,01$), depresyon ($t_{(298)}=3,203$; $p<0,01$), olumsuz benlik ($t_{(298)}=2,952$; $p<0,01$), somatizasyon ($t_{(298)}=2,140$; $p<0,05$) ve öfke/saldırganlık ($t_{(298)}=2,082$; $p<0,05$) toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo incelendiğinde, yaşamının çoğun büyükşehirde geçiren katılımcıların psikolojik belirti toplam puan ortalamaları düşükken benlik saygısı puan ortalamaları yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.5. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Gün İçinde Dizi İçin Ayrılan Vakte Göre Karşılaştırılması

Ölçek/Alt boyut	Dizi vakit	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(298)}$	p
Parasosyal Etkileşim	0-2 saat	187	39,59	11,33	-3,976	0,000***
	3-5 saat	113	44,53	8,69		
Parasosyal Ayrılık	0-2 saat	187	29,28	10,50	-1,941	0,053
	3-5 saat	113	31,67	10,09		
Benlik Saygısı	0-2 saat	187	31,75	4,97	2,385	0,018**
	3-5 saat	113	30,32	5,13		
Kısa Semptom Envanteri	0-2 saat	187	55,56	29,08	-1,003	0,317
	3-5 saat	113	59,17	32,02		
Anksiyete	0-2 saat	187	10,74	7,16	-0,503	0,615
	3-5 saat	113	11,16	6,81		
Depresyon	0-2 saat	187	15,14	8,41	-1,547	0,123
	3-5 saat	113	16,77	9,52		
Olumsuz Benlik	0-2 saat	187	12,36	7,57	-0,987	0,324
	3-5 saat	113	13,32	9,06		
Somatizasyon	0-2 saat	187	6,26	4,85	-0,882	0,378
	3-5 saat	113	6,77	4,94		
Öfke/Saldırganlık	0-2 saat	187	9,40	4,74	-0,218	0,827
	3-5 saat	113	9,52	4,49		

= $p<0,01$; *= $p<0,001$

Gün içinde dizi için ayrılan vakte göre katılımcıların Parasosyal Etkileşim Ölçeği, Parasosyal Ayrılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri toplam puan ortalamaları arasındaki farklılık Bağımsız Örnek t Testi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda yaşamının çoğu şehirde ve büyükşehirde geçen katılımcıların parasosyal etkileşim ($t_{(298)}=-3,976$; $p<0,001$) ve benlik saygısı ($t_{(298)}=2,385$; $p<0,05$) toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo incelendiğinde, gün içinde dizi için 3-5 saat ayıran katılımcıların benlik saygısı toplam puan ortalamaları düşüken parasosyal etkileşim puan ortalamaları yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.6. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Yerli Dizi Takip Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Ölçek/Alt boyut	Takip düzeyi	n	$\bar{x}$	ss	$F_{(4,295)}$	p
Parasosyal Etkileşim	Çok az	47	33,79	13,09	10,555	0,000***
	Az	51	39,96	11,34		
	Orta	127	42,49	8,90		
	Fazla	55	45,25	8,46		
	Çok fazla	20	46,25	9,34		
Parasosyal Ayrılık	Çok az	47	25,64	11,13	5,129	0,001**
	Az	51	27,51	10,36		
	Orta	127	31,22	9,38		
	Fazla	55	33,00	10,28		
	Çok fazla	20	33,30	11,15		
Benlik Saygısı	Çok az	47	31,21	5,63	0,618	0,650
	Az	51	31,98	4,81		
	Orta	127	31,28	5,21		
	Fazla	55	30,64	4,19		
	Çok fazla	20	30,35	5,82		
Kısa Semptom Envanteri	Çok az	47	59,51	33,30	1,369	0,245
	Az	51	57,20	27,92		
	Orta	127	52,60	28,03		
	Fazla	55	62,09	33,07		
	Çok fazla	20	63,30	32,43		
Anksiyete	Çok az	47	11,91	7,60	1,296	0,272
	Az	51	11,14	7,04		
	Orta	127	9,87	6,51		
	Fazla	55	11,76	7,29		
	Çok fazla	20	12,05	7,80		
Depresyon	Çok az	47	16,06	9,92	1,260	0,286
	Az	51	15,69	8,39		
	Orta	127	14,66	8,09		
	Fazla	55	17,13	9,77		
	Çok fazla	20	18,35	9,31		
Olumsuz Benlik	Çok az	47	13,17	8,80	1,811	0,127
	Az	51	12,10	6,98		
	Orta	127	11,63	7,77		
	Fazla	55	14,78	8,65		
	Çok fazla	20	14,50	9,73		

Tablo 4.6. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Yerli Dizi Takip Düzeyine Göre Karşılaştırılması (devamı)

Ölçek/Alt boyut	Takip düzeyi	n	$\bar{x}$	ss	$F_{(4,295)}$	p
Somatizasyon	Çok az	47	7,19	5,21	1,426	0,225
	Az	51	6,82	5,19		
	Orta	127	5,70	4,28		
	Fazla	55	7,20	5,68		
	Çok fazla	20	6,45	4,24		
Öfke/Saldırganlık	Çok az	47	9,64	5,21	0,215	0,930
	Az	51	9,73	4,74		
	Orta	127	9,20	4,51		
	Fazla	55	9,42	4,28		
	Çok fazla	20	9,95	5,18		

=p<0,01; *=p<0,001

Yerli dizi takip düzeyi için katılımcıların Parasosyal Etkileşim Ölçeği, Parasosyal Ayrılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri toplam puan ortalamaları arasındaki farklılık Bağımsız Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda yerli dizi takip düzeyi kategorileri için katılımcıların parasosyal etkileşim ($F_{(4,195)}=10,555$; $p<0,001$) ve parasosyal ayrılık ($F_{(4,195)}=5,129$; $p<0,01$) toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının belirlenmesi için yapılan LSD (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucunda, temel farklılığın yerli diziyi çok az takip eden katılımcılardan kaynaklandığı görülmüştür. Tablo incelendiğinde, yerli diziyi çok az takip eden katılımcıların parasosyal etkileşim ve ayrılık puan ortalamaları en düşükken çok fazla takip eden katılımcıların puan ortalamaları en yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.7. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Sevilen Dizi Türüne Göre Karşılaştırılması

Ölçek/Alt boyut	Dizi türü	n	$\bar{x}$	ss	F _(4,295)	p
Parasosyal Etkileşim	Aksiyon-Polisiye	49	39,14	11,24	2,597	0,037*
	Dram	47	45,11	10,97		
	Fantastik	21	43,52	11,70		
	Komedi	110	40,23	11,10		
	Gençlik-Romantik	73	41,90	8,46		
Parasosyal Ayrılık	Aksiyon-Polisiye	49	29,29	10,58	1,677	0,155
	Dram	47	33,32	12,03		
	Fantastik	21	29,76	12,08		
	Komedi	110	28,89	9,03		
	Gençlik-Romantik	73	30,82	10,41		
Benlik Saygısı	Aksiyon-Polisiye	49	32,31	4,74	1,667	0,158
	Dram	47	29,94	5,01		
	Fantastik	21	30,19	4,33		
	Komedi	110	31,18	5,05		
	Gençlik-Romantik	73	31,63	5,44		
Kısa Semptom Envanteri	Aksiyon-Polisiye	49	47,39	24,07	4,386	0,002**
	Dram	47	69,30	31,38		
	Fantastik	21	68,76	33,23		
	Komedi	110	54,97	31,09		
	Gençlik-Romantik	73	54,86	28,17		
Anksiyete	Aksiyon-Polisiye	49	8,76	5,88	4,848	0,001**
	Dram	47	13,64	7,31		
	Fantastik	21	14,52	7,95		
	Komedi	110	10,34	7,02		
	Gençlik-Romantik	73	10,37	6,53		
Depresyon	Aksiyon-Polisiye	49	12,10	7,00	5,745	0,000***
	Dram	47	19,79	9,05		
	Fantastik	21	18,86	9,89		
	Komedi	110	14,93	8,51		
	Gençlik-Romantik	73	15,96	9,00		
Olumsuz Benlik	Aksiyon-Polisiye	49	10,02	6,62	3,778	0,005**
	Dram	47	15,64	8,35		
	Fantastik	21	15,67	9,08		
	Komedi	110	12,51	8,23		
	Gençlik-Romantik	73	12,12	7,99		

Tablo 4.7. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puan Ortalamalarının Sevilen Dizi Türüne Göre Karşılaştırılması (devamı)

Ölçek/Alt boyut	Dizi türü	n	$\bar{x}$	ss	$F_{(4,295)}$	p
Somatizasyon	Aksiyon-Polisiye	49	5,76	4,24	1,599	0,175
	Dram	47	7,74	5,07		
	Fantastik	21	7,52	5,12		
	Komedi	110	6,38	5,18		
	Gençlik-Romantik	73	5,88	4,53		
Öfke/Saldırganlık	Aksiyon-Polisiye	49	9,39	4,12	1,201	0,310
	Dram	47	10,68	4,92		
	Fantastik	21	10,00	5,04		
	Komedi	110	9,14	4,65		
	Gençlik-Romantik	73	9,00	4,65		

=p<0,01; *=p<0,001

Sevilen dizi türüne göre katılımcıların Parasosyal Etkileşim Ölçeği, Parasosyal Ayrılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kısa Symptom Envanteri toplam puan ortalamaları arasındaki farklılık Bağımsız Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda sevilen dizi türü kategorileri için katılımcıların parasosyal etkileşim ($F_{(4,195)}=2,597$; $p<0,05$), Kısa Symptom Envanteri ($F_{(4,195)}=4,386$; $p<0,01$), anksiyete ($F_{(4,195)}=4,848$; $p<0,01$), depresyon ($F_{(4,195)}=5,745$; $p<0,001$) ve olumsuz benlik ($F_{(4,195)}=3,778$; $p<0,01$) toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının belirlenmesi için yapılan LSD (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucunda, parasosyal etkileşim için dram kategorisi aksiyon-polisiye ve komedi ile farklılık göstermekte; psikolojik belirtileri için ise aksiyon-polisiye kategorisi dram ve fantastik kategorileri ile farklılık göstermektedir. Tablo incelendiğinde, dram dizilerini seven katılımcıların parasosyal etkileşim ve depresyon puanı yüksekken fantastik dizileri seven katılımcıların anksiyete ve olumsuz benlik puan ortalamaları yüksektir. Aksiyon-polisiye dizileri seven katılımcıların parasosyal etkileşim ve psikoloji belirti puan ortalamaları en düşük bulunmuştur.

Tablo 4.8. Araştırma Ölçek ve Altboyut Toplam Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Ölçek/Alt boyut	Parasosyal Etkileşim	Parasosyal Ayrılık
Benlik Saygısı	-0,131*	-0,109
Kısa Semptom Envanteri	0,258***	0,160**
Anksiyete	0,225***	0,146*
Depresyon	0,253***	0,175**
Olumsuz Benlik	0,263***	0,171**
Somatizasyon	0,190**	0,025
Öfke/Saldırganlık	0,142*	0,121*

*=p<0,05; **=p<0,01; ***=p<0,001

Araştırma ölçek ve alt boyut toplam puanları arasındaki ilişki Pearson Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda parasosyal etkileşim puanı ile benlik saygısı puanı arasında negatif yönde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=-0,131$; $p<0,05$). Bu sonuca göre parasosyal etkileşim puanı arttıkça benlik saygısı puanı azalacak veya parasosyal etkileşim puanı azaldıkça benlik saygısı puanı artacaktır.

Parasosyal etkileşim puanı ile Kısa Semptom Envanteri puanı ($r=0,258$; $p<0,001$), anksiyete puanı ($r=0,225$; $p<0,001$), depresyon puanı ($r=0,253$; $p<0,001$), olumsuz benlik puanı ($r=0,263$; $p<0,001$), somatizasyon puanı ($r=0,190$; $p<0,01$) ve öfke/saldırganlık puanı ($r=0,142$; $p<0,05$) arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre parasosyal etkileşim puanı arttıkça psikolojik belirti puanı da artacak veya parasosyal etkileşim puanı azaldıkça psikolojik belirti puanı da azalacaktır.

Parasosyal ayrılık puanı ile Kısa Semptom Envanteri puanı ($r=0,160$; $p<0,01$), anksiyete puanı ($r=0,146$; $p<0,05$), depresyon puanı ($r=0,175$; $p<0,01$), olumsuz benlik puanı ($r=0,171$; $p<0,01$) ve öfke/saldırganlık puanı ($r=0,121$; $p<0,05$) arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre parasosyal ayrılık puanı arttıkça psikolojik belirti puanı da artacak veya parasosyal ayrılık puanı azaldıkça psikolojik belirti puanı da azalacaktır.

Tablo 4.9. Benlik Saygısı ve Psikolojik Belirti Toplam Puanlarının Yordayıcısının İncelenmesi

Bağımlı değişken	Bağımsız Değişken	B	sh	Beta	t	p	F	R
Benlik saygısı	<i>Sabit (a)</i>	33,796	1,167		28,948	0,000***	5,229*	0,13
	Parasosyal etkileşim	-0,062	0,027	-0,131	-2,287	0,023*		
Anksiyete	<i>Sabit (a)</i>	4,750	1,589		2,990	0,003**	15,959***	0,22
	Parasosyal etkileşim	0,148	0,037	0,225	3,995	0,000***		
Depresyon	<i>Sabit (a)</i>	7,058	1,992		3,543	0,000***	20,310***	0,25
	Parasosyal etkileşim	0,210	0,047	0,253	4,507	0,000***		
Olumsuz benlik	<i>Sabit (a)</i>	4,389	1,829		2,400	0,017*	22,123***	0,26
	Parasosyal etkileşim	0,201	0,043	0,263	4,704	0,000***		
Somatizasyon	<i>Sabit (a)</i>	2,851	1,113		2,561	0,011*	11,148**	0,19
	Parasosyal etkileşim	0,087	0,026	0,190	3,339	0,001**		
Öfke/saldırganlık	<i>Sabit (a)</i>	6,892	1,068		6,455	0,000***	6,105*	0,14
	Parasosyal etkileşim	0,062	0,025	0,142	2,471	0,014*		

*=p<0,05; **=p<0,01; ***=p<0,001

Korelasyon analizi sonucunda elde edilen ilişki katsayıları kavramlar arasındaki yordayıcılık ilişkisinin incelenmesi için olanak sağlamıştır. Elde edilen ilişkinin yönü ve şiddeti bilinmekle birlikte etkinin büyüklüğü ve etki katsayısının incelenmesi için regresyon analizi tercih edilmiştir. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri alt boyut toplam puanlarının yordayıcılarının bulunması için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bu amaçla yapılan regresyon analizlerine Parasosyal Etkileşim Ölçeği ve Parasosyal Ayrılık Ölçeği toplam puanları bağımsız değişken olarak atanmış ve “stepwise” yöntemi tercih edilmiştir. Bu yöntem sonucunda anlamlı olan parametrelerin dahil edildiği regresyon modelleri tahmin edilmiştir.

Benlik saygısı toplam puanı yordayıcılarını bulmak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F_{(1,298)}=5,229$; $p<0,05$). Parasosyal etkileşim toplam puanı ($t=-2,287$; $p<0,05$) benlik saygısı toplam puanının yordayıcıları olarak bulunmuştur. Parasosyal etkileşim toplam puanı, benlik saygısı toplam puanının %13'lük kısmını açıklamaktadır. Parasosyal etkileşim toplam puanındaki 1 birimlik artış benlik saygısı toplam puanını 0,131 birim azaltmaktadır.

Anksiyete toplam puanı yordayıcılarını bulmak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F_{(1,298)}=15,959$; $p<0,001$). Parasosyal etkileşim toplam puanı ($t=3,995$; $p<0,001$) anksiyete toplam puanının yordayıcıları olarak bulunmuştur. Parasosyal etkileşim toplam puanı, anksiyete toplam puanının %22'lik kısmını açıklamaktadır. Parasosyal etkileşim toplam puanındaki 1 birimlik artış anksiyete toplam puanını 0,225 birim artırmaktadır.

Depresyon toplam puanı yordayıcılarını bulmak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F_{(1,298)}=20,310$; $p<0,001$). Parasosyal etkileşim toplam puanı ($t=4,507$; $p<0,001$) depresyon toplam puanının yordayıcıları olarak bulunmuştur. Parasosyal etkileşim toplam puanı, depresyon toplam puanının %25'lik kısmını açıklamaktadır. Parasosyal etkileşim toplam puanındaki 1 birimlik artış depresyon toplam puanını 0,253 birim artırmaktadır.

Olumsuz benlik toplam puanı yordayıcılarını bulmak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F_{(1,298)}=22,123$; $p<0,001$). Parasosyal etkileşim toplam puanı ($t=4,704$; $p<0,001$) olumsuz benlik toplam puanının yordayıcıları olarak bulunmuştur. Parasosyal etkileşim toplam puanı, olumsuz benlik toplam puanının %26'lık kısmını açıklamaktadır. Parasosyal etkileşim toplam puanındaki 1 birimlik artış olumsuz benlik toplam puanını 0,263 birim artırmaktadır.

Somatizasyon toplam puanı yordayıcılarını bulmak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F_{(1,298)}=11,148$; $p<0,01$). Parasosyal etkileşim toplam puanı ($t=3,339$; $p<0,01$) somatizasyon toplam puanının yordayıcıları olarak bulunmuştur. Parasosyal etkileşim toplam puanı, somatizasyon toplam puanının %19'luk kısmını açıklamaktadır. Parasosyal etkileşim toplam puanındaki 1 birimlik artış somatizasyon toplam puanını 0,190 birim artırmaktadır.

Öfke/saldırganlık toplam puanı yordayıcılarını bulmak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F_{(1,298)}=6,105$; $p<0,05$). Parasosyal etkileşim toplam puanı ($t=2,471$; $p<0,05$) öfke/saldırganlık toplam puanının yordayıcıları olarak bulunmuştur. Parasosyal etkileşim toplam puanı, öfke/saldırganlık toplam puanının %14'lük kısmını açıklamaktadır. Parasosyal etkileşim toplam puanındaki 1 birimlik artış öfke/saldırganlık toplam puanını 0,142 birim artırmaktadır.

5 SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu kısımda elde edilen bulgular alan dizin çalışmaları ile desteklenip sonuçlar kısmında aktarılmıştır. Ayrıca araştırmanın kısıtlılıklarına ve araştırmacının önerilerine yer verilmiştir.

5.1 Sonuçlar

Kişilerin takip ettikleri görsel ve yazılı medya karakteri ile kurdukları tek taraflı ilişki olan parasosyal etkileşim psikolojik sağlık üzerinde olumsuz sonuçları olan bir kavramdır. Ayrıca kurulan parasosyal etkileşimin son bulması ile tanımlanan parasosyal ayrılığın da bireylerin ergenlik dönemi sürecinde benlik saygısı ve psikolojik belirtiler üzerinde farklı olumsuzlukları bulunmaktadır. Bu bölümde elde edilen bulguların alan dizin çalışmaları ile tartışılmasına yer verilecektir.

Yapılan analizler sonucunda, kadın katılımcıların parasosyal etkileşim, depresyon ve somatizasyon puan ortalamalarının erkek katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 4.2). Kadınların sosyal hayatta ilişkilere erkeklere oranla daha fazla önem vermesi ve televizyon izleme alışkanlığını ilişkisel bir aktivite olarak gördükleri için parasosyal etkileşim düzeyinin yüksek olduğu düşünülmektedir (Cohen, 1997). Arslan (2013) ise kadınların empati yeteneğinin fazla olmasının parasosyal etkileşimde belirleyici olduğunu belirtmiştir. Kadınlar medya karakterlerinin duygu, düşünce ve davranışları ile daha fazla empati kurdukları için parasosyal etkileşimleri de artmaktadır. Wang, Fink ve Cai (2008) ise kadınların yaşadıkları sorunlara çözüm üretme noktasında dizi ve film karakterlerini sosyal destek kaynağı olarak gördüklerini belirtmiştir. Bu yaklaşım elde edilen diğer bulgularımız ile paralellik göstermektedir.

Şu hâlde, kadın katılımcıların yaşadıkları depresyon ve somatizasyon sorunları nedeniyle parasosyal etkileşim düzeylerinin arttığı düşünülebilir. Ergenlik döneminde kızların erkeklere oranla daha fazla parasosyal etkileşim kurmalarının bir başka nedeni ise kızların sosyal ilişkilerde erkeklere oranla fazla sorun yaşadıklarından bu durumla başa çıkabilmek için parasosyal etkileşimi tercih etmektedirler (Babb, 1994; Harper ve Marshall, 1991).

Maddi durum değişkeni için elde edilen bulgulara, maddi durumu iyi olan katılımcıların parasosyal etkileşim puanları anlamlı şekilde düşük bulunurken benlik saygısı puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (Bkz. Tablo 4.3). Batıgün ve Sunal (2017) da çalışmalarında yüksek sosyoekonomik düzeyi olan katılımcıların, parasosyal etkileşim puanlarını düşük ve orta sosyoekonomik düzeyi olan katılımcılardan düşük bulunmuştur. Evans ve English (2002) çalışmalarında maddi durumun aile içinde yaşanan psikososyal ve fiziksel stres etkenlerini tetikleyici bir faktör olduğunu belirtmiştir. Aile gelirinin düşük ve orta olduğu ailelerde aile içi şiddet, önemli tartışmalar, ebeveyn ayrılığı, ihtiyaçların yeterli düzeyde karşılanamaması gibi stres faktörlerinin kişilerin psikolojilerini olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir. Bu gibi nedenler kişinin benlik saygısında düşüşe neden olmakla birlikte başa çıkma yöntemi olarak parasosyal etkileşim geliştirmesinin önünü açtığı düşünülebilir.

Yaşamın çoğunun geçtiği yer değişkeni için, yaşamın çoğunu şehirde geçiren katılımcıların psikolojik belirtiler puanı yüksekken benlik saygısı puanları anlamlı şekilde düşük bulunmuştur (Bkz. Tablo 4.4). Yaşamın çoğunun geçtiği yerin kişilerin psikolojik sağlıkları üzerinde etkisi bilinmektedir. Sürücü ve Bacanlı (2010) yaşanan yere göre kişilerin stres ve kaygı faktörleri değişim göstermekle birlikte sunulan imkanlar ve olanaklarında farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Bayraktar (2011) da çalışmasında, yaşanan yerin köy, kasaba ve il olmasının kişilerin psikolojik belirtilerini ve depresyon düzeylerini arttırdığını belirtmiştir. Çelikkaleli ve Gündoğdu (2005) ise bu durumu ailelerin genel özelliklerinde farklılık ile açıklamıştır. Yapılan çalışmada büyükşehirde yaşayan bireylerin ailelerinin eğitim noktasında daha bilgili oldukları, etkili başa çıkma yöntemleri kullandıkları ve çocuklarına örnek model olmaları gibi durumların çocuğun psikolojik sağlığı üzerinde pozitif etkisi vurgulanmıştır.

Dizi izleme süresi için ise gün içinde dizi izlemek için ortalama 3-5 saat ayıran katılımcıların parasosyal etkileşim puanı yüksekken benlik saygısı puanları anlamlı şekilde düşük bulunmuştur (Bkz. Tablo 4.5). Elde edilen bulgu dizi takip sıklığı bulguları ile paralellik göstermektedir. Dizi takip süresi noktasında, dizilerini çok fazla takip eden katılımcıların parasosyal etkileşim ve parasosyal ayrılık puan ortalamaları en yüksek bulunmuştur (Bkz. Tablo 4.6). Dizi içeriğinin takip düzeyi parasosyal etkileşimi arttırdığı gibi parasosyal etkileşimin yüksek olması da dizi içeriğinin daha sık takibini ve daha fazla zaman ayrılmasının önünü açmaktadır.

Balcı ve Demir (2018) parasosyal etkileşim düzeyine göre kişilerin sevdikleri dizi içeriklerini sabırsızlıkla bekledikleri ve merak duygularına gem vuramadıklarını belirtmiştir. İzleyici içeriği o kadar benimsemiştir ki bir sonraki bölüme kadar eski bölümleri tekrar izleme, içerikle ilgili haberleri takip etme ve ön gösterimleri araştırma gibi farklı yollar izleyecektir (Cohen, 2003). Bu değişkenler birbirini besleyecek ve diziye ayrılan süre ve takip sıklık arttıkça parasosyal etkileşim de daha kuvvetli olacaktır.

Schiappa ve arkadaşları (2007) ise favori karakterle ilişki kurulması için izleyicinin karakter ile tutarlı ve devamlı sürede izlemesi ve zaman geçirmesi gerektiğini belirtmiştir. İçeriğe ayrılan zaman ve takip sıklığı arttıkça kişinin favori karakter ile etkileşimi, benzerliği ve iç içe geçmesi durumlarında artış görülmekle birlikte parasosyal etkileşimde de artış gözlenecektir. Elde edilen bulgular sosyal psikolojide önemli bir kavram olan yakınlık etkisi ile de açıklanabilir. Yakınlık etkisine göre, bireylerin birbirleri ile geçirdikleri zamanın artması kişilerarası çekiminde artmasına neden olmaktadır (Kim ve Kim, 2011). Bu durumda kişilerin favori karakteri ile çok ve sürekli zaman geçirmesi parasosyal etkileşimin artmasını beraberinde getirecektir.

Favori dizi türü dram olan katılımcıların parasosyal etkileşim puan ortalaması en yüksekken, dram ve fantastik dizi türünü takip eden katılımcıların psikolojik belirtiler puan ortalamaları en yüksek bulunmuştur (Bkz. Tablo 4.7). Zillmann (1995) ise bu durumun nedeni olarak duygusal eğilim teorisi ile açıklamıştır. Dram içerikli diziler ile kurulan parasosyal etkileşimin fazla olması dramın duygusal yoğunluğunun daha fazla olmasıdır.

Dram türü diziler içerdikleri ahlaki yargılar, yoğun duygu yükleri, iyi karakterlerin yüceltilmesi, kötü karakterlerin yerilmesi gibi komponentlerle parasosyal etkileşimi beslemektedir. İzleyici dizi içeriğinde değer biçme, ahlaki yargılama, beklenti, endişe, tepki ve heyecan gibi farklı duyguları dram içeriği ile yaşamakta ve etkileşim düzeyi artmaktadır (Zillmann, 1996). Diğer bir nokta ise dram dizileri izleyicilerinin yaşadıkları yüksek gerilim ve boşalma duygularıdır. İzleyenler parasosyal etkileşim kurdukları dizi içeriği ile her bölümle birlikte biriken bir gerilim yaşamaktadır. Süreç içerisinde tatmin edici sonuçlar ile bu gerilim boşalmakta ve dizinin sonunda ‘iyilerin kazanması’ ve ‘kötülerin kaybetmesi’ ile nihai boşalım gerçekleşmektedir. Bu gerilim ve boşalmanın yaşanması ise parasosyal etkileşim isteğini kamçılayan etmenlerdir (Çakır, 2005).

Korelasyon analizi sonucunda parasosyal etkileşim ve benlik saygısı arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Bu sonuçta, parasosyal etkileşim arttıkça benlik saygısı azalacak veya parasosyal etkileşim azaldıkça benlik saygısı artacaktır (Bkz. Tablo 4.8). İki kavram arasındaki ilişki ideal benlik ve gerçek benlik için etki ile açıklanabilir. Audrezet ve arkadaşları (2018) kişilerin parasosyal etkileşim kurdukları favori karakterin özelliklerini, düşüncelerini ve tercihlerini benimsemesinin gerçek benliklerinde çatışma yaşamalarına neden olmaktadır. Bu noktada gerçek ve ideal benlik arasındaki farkın fazla olmasının sonucu olarak benlik saygısında düşüş gözlenecektir.

Beytin (2017) ve Tal-Or (2017) çalışmalarında favori karakteri ile kurulan parasosyal etkileşimin sonucunda kişinin kendi kişiliği, yaşam tarzı ve koşullarını favori karakter ile karşılaştırmasının benlik saygısında düşüşe neden olduğunu belirtmiştir. Aydos (2019) ise parasosyal etkileşimin kendiliğin saydamlaşması ve benlik saygısının azalmasına etkisi olduğunun üzerinde durmuştur. Kişi parasosyal etkileşimin artması ile doğru orantılı olarak favori karakterin konuşması, davranışı ve yaşam tarzını da benimsemektedir. Bu duruma en abartılı örnek olarak Çukur isimli dizi ile parasosyal etkileşim kuran bir izleyicinin soyadını Koçovalı olarak değiştirmesi ve torunlarına dizi karakterlerinin ismini vermesidir.

Bu ilişkinin diğ er bir y onu ise benlik saygısının düşük olmasının parasosyal etkileşimin artmasına neden olduğudur. Düşük benlik saygısı, özellikte ergenlik sürecinde, kişilerin duygularını sanal bir ortamda dışa vurmaya yöneltmektedir (Erikson, 2017). Turner (1990) ve Babb (1995) ise düşük benlik saygısının getirdiği iletişim kurma ve yüz yüze etkileşimden çekinme nedenleri ile kişilerin dizi ve film karakterleri ile daha rahat etkileşime girdiklerini ve tek taraflı ilişki kurmanın daha kolay geldiğini belirtmiştir. Diğ er bir yaklaşım ise kişilerin düşük benlik saygılarını telafi etmek ve benlik saygısını yükseltmek için parasosyal etkileşime y neldikleridir (Turner, 1993).

Diğ er noktada parasosyal etkileşim ve psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur (Bkz. Tablo 4.8). Elde edilen bu bulguya göre, parasosyal etkileşim arttı ca psikolojik belirtiler artacak veya parasosyal etkileşim azaldı ca psikolojik belirtiler de azalacaktır. Bu sonucu regresyon analizi sonuçları da desteklemektedir (Bkz. Tablo 4.9). Diğ er yandan, benzer sonuçlar parasosyal ayrılık kavramı için de bulunmuştur (Bkz. Tablo 4.8).

Parasosyal etkileşim ve ayrılık kavramları depresyon ve anksiyete gibi olumsuz duygu durum bozukları ile ilişkili g r lm   tur. İzleyiciler favori dizi/film karakterleri ile kurdukları parasosyal etkileşime bağlı olarak karakterin acılarını ve     nt lerini i şelle tirmekte ve olumsuz duygu durum sorunları kendini göstermektedir (Shensa ve ark., 2020). Greenwood (2009) parasosyal etkileşim kurulan favori dizi/film karakterinin özellikleri ile kişinin kendini karşılaştırması beden imajı ve sosyal g r n    bağlamında kaygının ve depresif duygu durumunun etiyolojisinde rol oynamaktadır. Bu kaygı ve depresyonu besleyen beden dismorfik bozukluk ve yeme bozukluğu gibi durumlarda sosyal karşılaştırma teorisi bağlamında kurulan parasosyal etkileşimin olumsuz çıktılarıdır (Sakib, Zolfagharian ve Yazdanparast, 2020).

Ayrıca parasosyal etkileşim kurulan karakterin gerçek hayatta    mleri de ciddi duygu durum sorunlarına neden olabilmektedir. Cohen ve Hoffner (2016)  alı malarında   nl  Amerikalı oyuncu Robin Williams'ın intiharının ardından, oyuncu ile görüşmemiş ve tanışmamış kişilerin bile derin yas ve ağır depresif semptomlar sergilediğini göstermiştir. Parasosyal etkileşime bağlı olarak gelişen platonik aşklar ve

romantik hisler de ilişkinin tek taraflı olması nedeniyle olumsuz duygu durum oluşumunda etkilidir (Adam ve Sizemore, 2013).

Parasosyal ayrılık da izleyicilerin duygu durumları üzerinde olumsuz çıktıları görülmüştür. Kurgunun gerçek olarak algılanması ve gerçekliğin bozulması buna neden olarak görülebilir (Sood ve Rogers, 2000). Bu durumun en uç örneği Süleyman Çakır karakterinin Kurtlar Vadisi dizisinde ölmesi ve içerikten çıkarılmasıdır. Süleyman Çakır karakterinin ölümü için mevlit düzenlemek ve yas semptomları göstermek de parasosyal ayrılığın olumsuz sonuçlar olarak görülebilir. Diğer yandan duygu durum sorunları olan kişiler bu sorunları ile baş etmek için parasosyal etkileşime yönelmektedir. Bu noktada parasosyal etkileşim düzeyinde artış görülmektedir (Orhan ve Taştan, 2019). Kişiler sorunlarını çözmede ve aktif başa çıkma becerileri kazanma noktasında dizi ve film karakterlerini rol model olarak görmekte ve içeriği takip etme sıklığında artış gözlenmektedir (Aytulun ve Sunal, 2020).

Parasosyal etkileşim ile öfke/saldırganlık arasındaki ilişkide sosyal öğrenme teorisi etkilidir. Özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde kurulan parasosyal etkileşimle, kişiler rol model olarak gördükleri favori karakterlerinin saldırgan davranışlarını öğrenip içselleştirerek sosyal hayatlarında da uygulayabilmektedir. Saldırgan davranışların yanında sigara içmek, alkol tüketmek ve yalan söylemek gibi olumsuz davranışlar da görülmektedir (Lan ve ark., 2010). Ouvrein ve arkadaşları(2018) ise dizi/film karakterlerine duyulan negatif duyguların öfke ve saldırganlık olarak ortaya çıktığını belirtmiştir. Çalışmada parasosyal etkileşim kurulan dizi içeriğinde farklı karakterlere öfke ve saldırganlık oluşmaktadır. Kişiler bu duygularını gerçek dünyada siber dünya üzerinden taciz ve zorbalıkla veya fiziksel olarak temas kurma ile boşalım göstermektedir. Eyal ve Rubin (2003) ve Rubin ve arkadaşları (2003) da çalışmalarında parasosyal etkileşim ile öfke/saldırganlık davranışları arasında pozitif korelasyon olduğunu belirtmiştir.

5.2 Öneriler

İleride yapılacak çalışmalarda ergenlik döneminin yanında farklı gelişim evrelerinin karşılaştırılması parasosyal etkileşim ve ayrılık kavramlarının gelişim dönemlerine göre farklılık gösterip gösterememesinin incelenmesine fırsat sunacaktır. Ayrıca dizi/film içerikleri ve izleme alışkanlıklarının son yıllarda artması da bu etkileşim ve ayrılık üzerindeki etkilerinin incelenmesi de kavramların kişiler üzerindeki olumsuz etkilerinin gösterilmesi noktasında değerli görülmektedir. Son olarak Türk ve yabancı içerikli dizi ve filmlerin de kurulan parasosyal etkileşim ve yaşanan parasosyal ayrılık üzerinde farklılık yaratabileceği düşünülmektedir. Yapılacak yeni çalışmalarla bu durumların doğasının daha iyi anlaşılması, kavramların etkileri için önleyici ve koruyucu faktörlerin planlanmasında kolaylık sağlayacaktır. Ergenlik dönemi için dizi ve film içeriklerinin önemi görülmüştür. Bu noktada, uzmanların, söz konusu etkiyi terapiler içinde incelemesi faydalı olacaktır. Ergenlik dönemi öğrencileri ile ilgili olarak ise okul rehber öğretmenlerinin, çalışmalarında, daha dikkatli olması beklenmektedir. Özellikle ergenlik dönemi içinde dizi ve film içeriklerinin etkisine yönelik ergenler bilgilendirilmeli ve değişik aralıklarla ergenlerin etkilenme düzeyleri incelenmelidir.

5.3 Kısıtlılıklar

Yapılan çalışmanın ergenlik döneminde izlenen dizilerin etkilerinin incelenmesi noktasında sonuçların genellenmesinde kısıtlılık yaratmıştır. Elde edilen bulgular ergenlik döneminde parasosyal etkileşim ve ayrılığın etkileri ile sınırlıdır. Ayrıca Covid-19 pandemi süreci verilerin elden toplanmasına imkân vermemiş veriler online olarak toplanmıştır. Anket doldurulması noktasında kişilerin gönülsüz ve isteksiz olması bir diğer kısıtlılık yaratmıştır. Bu durum veri toplama süresini uzatmış ancak sonuçta istenen örnekleme sayısına ulaşılmıştır.

6 KAYNAKLAR

- Adam, A., & Sizemore, B. (2013). Parasocial romance: A social exchange perspective. *Interpersona*, 7(1), 12-25.
- Agger, B. (2011). *Sanal Benlik*. (Çev., Volkan Hacıoğlu). İstanbul: Babil Yayınları
- Angold, A., Costello, E. J., & Worthman, C. M. (1998). Puberty and depression: The roles of age, pubertal status and pubertal timing. *Psychological Medicine*, 28, 51-61.
- APA, (2013). DSM-5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı (Çev.: Köroğlu, E). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arda, S. (2006). Predictors of parasocial interaction with the favorite and the least desirable characters portrayed in TV serials. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Arslan, Ö. (2013). TV dizilerinde yer alan karakterler ile kurulan parasosyal etkileşim: Bağlanma biçimleri ve yalnızlık açısından bir inceleme. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Atık, Z. E., Çoban, A. E., Çok, F., Doğan, T., & Karaman, N. G. (2014). Akran İlişkileri Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(2), 433-446.
- Audrezet, A., Caffier de Kerviler, G., & Guidry Moulard, J. (2018). Authenticity under threat: When social media influencers need to go beyond passion. *ACR North American Advances*, 82, 25-39.
- Aydos, S. S. (2019). Afganistan'da Kurtlar Vadisi dizisi ve modern halk masalı kahramanı olarak Polat Alemdar. *Milli Folklor*, 31(121), 81-94.

- Aytulun, G. Y. (2015). Ergenlerde parasosyal etkileşim: İnternette gerçek benlik, kendilik algısı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aytulun, G., & Sunal, A. B. (2020). Medya karakterleriyle kurulan parasosyal etkileşim ve ilişkili olduğu değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(4), 494-506.
- Babb, V. D. (1995). The influence of psychological, sociological, and communication predictors on adolescents' development of parasocial relationships and their television uses and gratifications. Doctoral dissertation, Regent University, Virginia.
- Babb, V.D. (1994). The Influence of psychological, sociological, and communication predictors on adolescents' development of parasocial relationships and their television uses and gratifications. Master Thesis, Regent University Social Sciences Institute, Georgia.
- Balat, G. U., & Akman, B. (2004). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(2), 175-183.
- Balcı, Ş., & Demir, Y. (2018). Televizyon dizi karakterlerinin parasosyal etkileşim etkisi ile yalnızlık arasındaki ilişki. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 47, 387-408.
- Balıkçıoğlu, B. (2016). Benlik-İmajı Uyumunun Retoriği: Bana Ne Tükettiğini Söyle Sana Kim Olduğunu Söyleyeyim. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 5(3), 537-553.
- Balkaya, F., & Şahin, N. H. (2003). Çok Boyutlu Öfke Ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.
- Batıgün, A. D., & Sunal, A. B. (2017). TV dizilerinde yer alan karakterlerle kurulan parasosyal etkileşim: Evlilik doyumu, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-

demografik değişkenler açısından değerlendirme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(79), 52-62.

Bayraktar, G. (2011). Güreş eğitim merkezlerindeki güreşçilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının ve depresyon düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 15-23.

Bennett, D. S., Ambrosini, P. J., Kudes, D., Metz, C., & Rabinovich, H. (2005). Gender differences in adolescent depression: Do symptoms differ for boys and girls? *Journal of Affective Disorders*, 89, 35-44.

Bergman, S.M., Fearington, M.E., Davenport S.W., & Bergman, J.Z. (2011). Millennials, narcissism, and social networking: What narcissists do on social networking sites and why. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 706–711.

Beytin, B. (2017). " Do you like my body?": An interpersonal approach to the growth of bikini competitors on YouTube. Doctoral dissertation, Colorado State University, Colorado.

Branden, N. (1969). The psychology of self-esteem: A new concept of man's psychological nature. Los Angeles, CA: Nash Publishing Corporation.

Brown, W. J., & Basil, M. D. (2010). Parasocial interaction and identification: Social change processes for effective health interventions. *Health Communication*, 25, 601-602.

Brunick, K. L., Putnam, M. M., McGarry, L. E., Richards, M. N., & Calvert, S. L. (2016). Children's future parasocial relationships with media characters: the age of intelligent characters. *Journal of Children and Media*, 10(2), 181-190.

Campbell, J. D., & Lavalley, L. F. (1993). Who am I? The role of self-concept confusion in understanding the behavior of people with low self-esteem. In *Self-esteem* (pp. 3-20). Boston, MA: Springer.

- Chin, E. Y., So, S. S., & Lee, M. I. (2015). Effect of life stress and anger expression in college students on suicidal ideation. *Journal of Digital Convergence*, 13(8), 409-418.
- Cohen, E. L., & Hoffner, C. (2016). Finding meaning in a celebrity's death: The relationship between parasocial attachment, grief, and sharing educational health information related to Robin Williams on social network sites. *Computers in Human Behavior*, 65, 643-650.
- Cohen, J. (1997). Parasocial relations and romantic attraction: Gender and dating status differences. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 41 (4), 516-528.
- Cohen, J. (1999). Favorite characters of teenage viewers of Israeli serials. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 43(3), 327-345.
- Cohen, J. (2003). Parasocial Break-ups: Measuring Individual Differences in Responses to the Dissolution of Parasocial Relationships. *Mass Communication & Society*, 6(2), 191-202.
- Cohen, J. (2004). Parasocial break-up from favorite television characters: The role of attachment styles and relationship intensity. *Journal of Social and Personal relationships*, 21(2), 187-202.
- Cui, M., Conger, R. D., Bryant, C. M., & Elder, G. H. (2002). Parental behavior and the quality of adolescent friendships: A social-contextual perspective. *Journal of Marriage and Family*, 64, 676-689.
- Cüceloğlu, D. (1997). Yeniden İnsan İnsana. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakır, V. (2005). *Bir sosyal etkinlik olarak eğlence ve televizyon (Konya örneği)*. Doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Çelikbaş, B., Özdemir, H., & Tatar, A. (2019). Genç yetişkinlerde benlik saygısının yordanmasında Beş Faktör Kişilik Modeli'nin rolünün incelenmesi. *İnsan ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(2), 281-296.

- Çelikkaleli, Ö., & Gündoğdu, M. (2005). Eğitim fakültesi öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(9), 43-53.
- Çetinkaya, S., Arslan, S., Nur, N., Demir, Ö. F., Özdemir, D., & Sümer, D. (2008). Sivas il merkezinde sosyo-ekonomik düzeyi farklı üç ilköğretim okulu öğrencilerinin depresyon düzeyi. *Yeni Symposium Journal*, 46(3), 99-103.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Dağ, İ. (2000). Belirti Tarama Listesi (SCL- 90-R). Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- de Bérail, P., Guillon, M., & Bungener, C. (2019). The relations between YouTube addiction, social anxiety and parasocial relationships with YouTubers: A moderated-mediation model based on a cognitive-behavioral framework. *Computers in Human Behavior*, 99, 190-204.
- Deci, E., & Ryan, R. N. (1995). Human Autonomy: The Basis For True Selfesteem. New York: Springer.
- Derogatis, L. R. (1992). The Brief Symptom Inventory (BSI), administration, scoring and procedures manual II. Baltimore, MD: Clinical Psychometric Research.
- Derrick, J. L., Gabriel, S., & Tippin, B. (2008). Parasocial relationships and self-discrepancies: Faux relationships have benefits for low self-esteem individuals. *Personal relationships*, 15(2), 261-280.
- Duman, S. (2016). Üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluş ve benlik saygısının stresle başa çıkma tarzlarıyla ilişkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Fakültesi, İstanbul.
- Erbil, N., Divan, Z., & Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 10(10), 7-16.

- Ercan, E. S., & Turgay, A. (2004). Mutsuz Çocuk, Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Depresyon. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Erdem, M., & Taşçı, N. (2003). Tüberküloz hastalarında benlik saygısı düzeylerinin belirlenmesi. *Tüberküloz ve Toraks Dergisi*, 51(2), 171-176.
- Erickson, S. (2017). Teenage Dreams: An Examination of Adolescent Romantic Parasocial Attachments, Doctoral dissertation, University of Michigan, Michigan.
- Erikson, E.H. (1950). Childhood and Society. New York: Norton.
- Esas, Z. F., & Aksoy, B. A. (2001). Ergen ve Gelişimi. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Evans, G. W., & English, K. (2002). The environment of poverty: Multiple stressor exposure, psychophysiological stress, and socioemotional adjustment. *Child Development*, 73(4), 1238-1248.
- Eyal, K., & Cohen, J. (2006). When good friends say goodbye: A parasocial breakup study. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 50(3), 502-523.
- Eyal, K., & Rubin, A. M. (2003). Viewer aggression and homophily, identification, and parasocial relationships with television characters. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 47(1), 77-98.
- Ferchaud, A., Grzeslo, J., Orme, S., & LaGroue, J. (2018). Parasocial attributes and YouTube personalities: Exploring content trends across the most subscribed YouTube channels. *Computers in Human Behavior*, 80, 88-96.
- Garland, E., Carter, K., & Howard, M. (2011). Prevalence correlates, and characteristics of gasoline inhalation among high-risk youth: Associations with suicidal ideation, self medication, and antisociality. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 21(2), 105-130.
- Gerbner, G. (1967). Mass media and human communication theory. *Human communication theory*, 40-57.

- Giles, D. C. (2002). Parasocial interaction: A review of the literature and a model for future research. *Media Psychology*, 4, 279-305.
- Giles, D. C., & Malbty, J. (2004). The role of media figures in Adolescent development: Relations between autonomy, attachment, and interest in celebrities. *Personality and Individual Differences*, 36, 813-822.
- Greenwood, D. (2009). Idealized TV friends and young women's body concerns. *Body Image*, 6(2), 97-104.
- Greenwood, D. N. (2008). Television as escape from self: Psychological predictors of media involvement. *Personality and Individual Differences*, 44(2), 414-424.
- Güleç, H. (2009). Reliability and factorial validity of the Turkish versiyon of the 20-Item Toronto Alexithymia Scala (TAS). *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 19(3), 214-220.
- Günaydın, B., & Yöndem, Z. D. (2007). Ergenlerde akran bağılılığının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 129-139.
- Güven, F. (2019). Medya kahramanı ile kurulan parasosyal etkileşim bağlamında kültür ve sürdürülebilirliği. *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi*, 12(28), 956-969.
- Harper, J. F. ve Marshall, E. (1991). Adolescents' problems and their relationship to self- esteem. *Adolescence*. 26, 799-808.
- Hartmann, T., & Goldhoorn, C. (2011). Horton and Wohl Revisited: Exploring Viewers' Experience of Parasocial Interaction. *Journal of Communicaiton*, 61, 1104-1121.
- Hiçdurmaz, D., & Öz, F. (2011). Benliğin bilişsel yaklaşımla güçlendirilmesi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Nursing Journal*, 18(2), 68-78.

- Horton, D., & Wohl, R.R. (1956). Mass Communication and Para-social Interaction. *Psychiatry*, 19(1),215-229.
- Hwang, K., & Zhang, Q. (2018). Influence of parasocial relationship between digital celebrities and their followers on followers' purchase and electronic word-of-mouth intentions, and persuasion knowledge. *Computers in Human Behavior*, 87, 155-173.
- Işık, E., & Taner, Y. I. (2006). Çocuk, Ergen ve Erişkinlerde Anksiyete Bozuklukları. İstanbul: Golden Print.
- İnanç B., & Yerlikaya E. E. (2014). Kişilik Kuramları. Ankara: Pegem Akademi
- Jin, S. V., & Ryu, E. (2020). "I'll buy what she's# wearing": The roles of envy toward and parasocial interaction with influencers in Instagram celebrity-based brand endorsement and social commerce. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 55, 102121.
- Kasap, E. Z., Ağzitemiz, F., Kızıl, N., & Yıldırım, A. (2018). Understanding the Nature of the Relationship Established with Turkish TV Serial Characters. *R&S-Research Studies Anatolia Journal*, 1(2), 237.
- Kaya, F., & Oğurlu, Ü. (2015). Benlik saygısı, zekâ ve akademik başarı ilişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 951-965.
- Khalek, A. M. (2016). Introduction to the Psychology of self-esteem. Self-esteem: perspectives, influences, and improvement strategies (s. 1-23). New York: Nova Science Publisher.
- Kımtır, N. (2011). Üniversiteli gençlerde dindarlık ile benlik saygısı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 39-60.
- Kim, L. R., & Kim, N. S. (2011). A proximity effect in adults' contamination intuitions. *Judgment and Decision making*, 6(3), 222-235.

- Klimmt, C., Hartmann, T., & Schramm, H. (2006). Parasocial interactions and relationships. *Psychology of entertainment*, 291-313.
- Kohut, H. (1971). The analysis of the self. New York: International Universities Press.
- Köroğlu, E. (2007). DSM-IV-TR Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Kramer, M.W. (1999). Motivation to reduce uncertainty: A reconceptualization of uncertainty reduction theory. *Management Communication Quarterly*, 13(2), 305-316.
- Lan, K. L., Abdullah, M. C., & Roslan, S. (2010). Understanding media violence and the development of aggressive behaviour of school children. *Procedia-social and behavioral sciences*, 7, 522-527.
- Lather, J., & Moyer-Guse, E. (2011). How do we react when our favorite characters are taken away? An examination of a temporary parasocial breakup. *Mass Communication & Society*, 14, 196-215.
- Macit, H. (2019). Marmara Bölgesi'nde Sosyal Medya Bağımlılığı Bulunan Bireylerin Psikolojik Semptomlarının İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- McDonald, D., & Hu, M. (2005). Loneliness, Perceived Reality and Parasocial Interaction. *International Communication Association Annual Meeting*, New York.
- Mele, A. R. (1997). Real self-deception. *Behavioral and Brain Sciences*, 20(1), 91-102.
- Meyvacioğlu, Y.K. (1989). Benlik ve ideal benlik kavramlarının tercih edilen meslek kavramı ile ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 16(1),1-10.

- Murdock, N.L. (2014). Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları: Olgu sunumu yaklaşımıyla. (F., Akkoyun, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Orhan, S., & Taştan, N. (2019). Parasosyal ilişki kurma nedeni ve nasılı: psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu açısından bir inceleme. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(1), 10-20.
- Ouvrein, G., De Backer, C. J., & Vandebosch, H. (2018). Online celebrity aggression: A combination of low empathy and high moral disengagement? The relationship between empathy and moral disengagement and adolescents' online celebrity aggression. *Computers in Human Behavior*, 89, 61-69.
- Özdemir, E., & Çivitci, A. (2016). Öfke kontrolü eğitiminin üniversite öğrencilerinin sürekli öfke, öfke kontrolü ve yaşam doyumları üzerindeki etkisi. *Journal Of International Social Research*, 9(44), 25-40.
- Özmen, F. (2007). Algılanan Aile İçi İletişim Biçimlerinin Ergenlerin Benlik saygısına Etkisi ve Bir Uygulama Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Özşaker, M. (2008). 12-14 Yaş Çocukların Motorsal Performans ve Benlik saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Perse, E.M., & Rubin, R. B. (1989). Attribution in social and parasocial relationships. *Communication Research*, 16(1), 59-77.
- Richardson, J. (2004). Isolating Frequency Scale Effects on Self-Reported Loneliness. *Personality and Individual Differences*, 36, 235-244.
- Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 158-162.
- Rogers, C.R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. *Psychology: A Study of a Science*, 1(3), 184-256.

- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE). *Acceptance and Commitment Therapy Measures Package*, 61, 52-65.
- Rubin, A. M., Haridakis, P. M., & Eyal, K. (2003). Viewer aggression and attraction to television talk shows. *Media Psychology*, 5(4), 331-362.
- Rubin, A.M., & Perse, E.M. (1987). Audience activity and soap opera involvement. *Human Communication Research*, 14(2), 246-268.
- Rubin, A.M., & Step, M.M. (2000). Impact of Motivation, Attraction and Parasocial Interaction on Talk Radio Listening. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 44(4), 635-654.
- Rubin, R.B., & McHugh, M.P. (1987). Development of Parasocial Relationships. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 31(3), 279-292.
- Sakib, M. N., Zolfagharian, M., & Yazdanparast, A. (2020). Does parasocial interaction with weight loss vloggers affect compliance? The role of vlogger characteristics, consumer readiness, and health consciousness. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 52, 101733.
- Sayar, K., & Ak, İ. (2001). The predictors of somatization: A review. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 11, 266-271.
- Schiappa, E., Allen, M., & Gregg, P. B. (2007). Parasocial relationships and television: A meta-analysis of the effects. *Mass Media Effects Research: Advances Through Meta-Analysis*, 301-314.
- Schramm, H., & Wirth, W. (2010). Testing a Universal Tool for Measuring Parasocial Interactions Across Different Situations and Media. *Journal of Media Psychology*, 22(1), 26-36.
- Seyhan, D., & Zincir, H. (2009). Tutuklu hükümlü gençlerin benlik saygısı düzeyleri ile aile özelliklerinin incelenmesi ve aralarındaki korelasyonun belirlenmesi. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 11(5), 7-24.

- Shen, B. (2009). Explicating para-social interacton: How para-social interaction interact with identification, similarity, affinity/liking, and imitataion. Unpublished master thesis, The University of Alabama, Tuscaloosa-Alabama.
- Sokolova, K., & Kefi, H. (2020). Instagram and YouTube bloggers promote it, why should I buy? How credibility and parasocial interaction influence purchase intentions. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 53, 101742.
- Sood, S., & Rogers, E.M. (2000). Dimensions of parasocial interaction by letterwriters to a popular entertainment-education soap opera in India. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 44(3), 386-414.
- Steever, G. S. (2017). Parasocial theory: Concepts and measures. *The International Encyclopedia of Media Effects*, 1-12.
- Sun, T., & Wu, G. (2012). Influence of personality traits on parasocial relationship with sports celebrities: A hierarchical approach. *Journal of Consumer Behaviour*, 11(2), 136-146.
- Sürücü, M., & Bacanlı, F. (2010). Üniversiteye Uyumun Psikolojik Dayanıklılık ve Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Gazi University Journal of Gazi Educational Faculty*, 30(2), 375-396.
- Şahin, N. H., & Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlaması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9, 44-56.
- Şahin, Ö. (2017). Madde bağımlılığı tanısı almış kişilerde benlik saygısı ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tal-Or, N. (2017). Parasocial relationships and breakups. *The International Encyclopedia of Media Effects*, 1-12.
- Tamar, M., & Özbaran, B. (2004). Çocuk ve ergenlerde depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 2, 84-92.

- Tezcan, E. (2000). Depresyonun ayırıcı tanısı. *Duygudurum Dizisi*, 2, 77–98.
- Tian, Q., & Hoffner, C. (2010). Parasocial Interaction and Identification with Liked, Neutral and Dislike Characters on a Popular TV Series. *Mass Communication and Society*, 13, 250-269.
- Toker, T. (2008). Madde kullananlarda çocukluk çağı örselenme yaşantılarının, madde kullanma eğilimi benlik saygısı ve başa çıkma tutumları ile ilişkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Tsao, J. (1996). Compensatory Media Use: An Exploration of Two Paradigms. *Communication Studies*, 47, 89-109.
- Tsay, M., & Bodine, B.M. (2012). Exploring parasocial interaction in college Students as a multidimensional construct: Do personality, interpersonal need, and television motive predict their relationships with media characters? *Psychology of Popular Media Culture*, 1(3), 185-200.
- Turner, J. R. (1990). The relationship of self-esteem, homophily, and type of television performer to the development of parasocial interaction. Doctoral dissertation, Ohio University. Ohio.
- Turner, J. R. (1993). Interpersonal and psychological predictors of parasocial interaction with different television performers. *Communication Quarterly*, 41, 443-453.
- Tükel, R., & Alkın, T. (2000). Anksiyete bozuklukları. *Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları*, 1, 551-552.
- Ünal, S. (2002). Bir anlatım tarzı olarak bedenselleştirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(1), 52-55.
- Ünür, E. (2013). Türk televizyon dizilerinde toplumsal kimliklerin temsili. *Erciyes İletişim Dergisi*, 3(2), 32-42.

- Üstün, E., & Akman, B. (2002). Korunmaya muhtaç çocukların benlik algısının incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(23), 32-45.
- Wang, Q., Fink, E. L. ve Cai, D. A. (2008). Loneliness, gender, and parasocial interaction: A uses and gratifications approach. *Communication Quarterly*, 56, 87-109.
- Westcott, M. (1998). Horney, Zen and real self. *The American Journal of Psychoanalysis*, 58(3), 287-301.
- Wilson, B. J., & Smith, S. L. (1996). Children's responses to emotional portrayals on television. In *Handbook of Communication and Emotion* (pp. 533-569). Academic Press.
- Yavuzer, H. (2005). Ana-Baba ve Çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yeşilova, E. (2017). Üsküdar üniversitesi lisans ve yüksek lisans öğrencilerinde sigara bağımlılığında dürtüsellik ve benlik saygısı ilişkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, E. (2011). Benlik saygısı, Kontrol Odağı ve Öğrenme Şekillerinin Akademik Başarıya Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir İnceleme. Yüksek Lisans Tezi, Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, H. (2019). Çocukluk dönemi mutluluk ve huzur anılarının bilişsel şemalar ve psikolojik semptomlarla ilişkisi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 3(2), 167-192.
- Young, A. F., Gabriel, S., & Hollar, J. L. (2013). Batman to the rescue! The protective effects of parasocial relationships with muscular superheroes on men's body image. *Journal of Experimental Social Psychology*, 49(1), 173-177.
- Yuan, C. L., Kim, J., & Kim, S. J. (2016). Parasocial relationship effects on customer equity in the social media context. *Journal of Business Research*, 69(9), 3795-3803.

Zhao, S., Sherri, G., & Martin, J. (2008). Identity construction on Facebook: Digital empowerment in anchored relationships. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 1816-1836.

Zheng, X., Men, J., Xiang, L., & Yang, F. (2020). Role of technology attraction and parasocial interaction in social shopping websites. *International Journal of Information Management*, 51, 102043.

Zillmann, D. (1995). Mechanisms of emotional involvement with drama. *Poetics*, 23(1-2), 33-51.

Zillmann, D. (1996). The psychology of suspense in dramatic exposition. *Suspense: Conceptualizations, theoretical analyses, and empirical explorations*, 199-231.

7 EKLER

Ek 1 – Etik Kurul Onay Formu



T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ



Sayı : 69396709-300
Konu : Etik Kurul Kararı Hk

Sayın İlker Yavuz AKSAKAL

Üniversitemiz Etik Kurulu'nun 09.07.2020 tarih ve 2020/04 sayılı toplantısında alınan karar aşağıda sunulmuştur.

Gereğini bilgilerinize rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Ali Argun KARACABEY
Rektör

KARAR NO-03: Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji yüksek lisans programı öğrencisi İlker Yavuz AKSAKAL'ın "Ergenlik Döneminde İzlenen Popüler Türk Dizilerinin Bireyler Üzerinde Olumsuz Etkileri: Parasosyal Etkileşim, Benlik Algısı ve Psikolojik Semptomlar Açısından İncelenmesi" isimli çalışması görüşüldü. Yapılan görüşmeler sonucunda; öğrenci İlker Yavuz AKSAKAL'ın çalışmasının, raportöründe görüşü doğrultusunda etik ilkelere uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

Türkiye Mahallesi Eğrişan Sokak No:25 / K.34537 Tepeköy - Beşiktaş/İSTANBUL (www.arel.edu.tr)
Betül NİŞANCI (Yan İşleri Uzman Yardımcısı) betulnisanci@arel.edu.tr
Tel: +90 850 8302735 Fax: +90 212 860 04 81
Evrakın elektronik imzalı suretine <https://e-belge.arel.edu.tr> adresinden 6a/bd/6c-85d1-4a03-9f36-28b3c8f8590eb kodu ile erişebilirsiniz.
Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na uygun olarak Ötverdi Elektronik İmza ile imzalanmıştır.

Ek 2 – Demografik Veri Formu

1. Cinsiyetiniz:

☐ Kadın

☐ Erkek

2. Yaşınız:

3. Ailenizin Maddi Durumu:

☐ İyi

☐ Orta

☐ Düşük

4. Yaşamınızı En Çok Nerede Geçirdiniz:

☐ Köy/Kasaba

☐ Şehir

☐ Ankara-İzmir-İstanbul

5. Ergenlik Döneminizde (12-20 yaş) Yerli Dizileri Ne Derecede Takip Ederdiniz:

Çok az ☐ Az ☐ Orta ☐ Fazla ☐ Çok fazla ☐

6. Ergenliğinizde dizi izlemek için gün içerisinde ne kadar vakit harcardınız:

0-2 saat ☐ 3-5 saat ☐ 6-8 saat ☐

7. Ergenliğinizde en çok sevdiğiniz dizi türü hangisidir:

☐ Aksiyon- Polisiye (Kurtlar Vadisi, Sakarya Fırat, Behzat Ç vb.)

☐ Dram (Ezel, Öyle Bir Geçer Zaman ki, Fatma Gülün Suçu Ne vb.)

☐ Fantastik (Sihirli Annem, Selena vb.)

☐ Komedi (Avrupa Yakası, Cennet Mahallesi, Leyla ile Mecnun vb.)

☐ Gençlik- Romantik (Kavak Yelleri, Aşk-ı Memnu vb.)

Ek 3 – Parasosyal Etkileşim Ölçeği

<i>Lütfen aşağıdaki cümleleri en sevdiğiniz dizi karakterini düşünerek okuyunuz ve bu ifadelere ne derece katıldığınızı 1 ile 5 arasında değişen seçeneklerden yalnızca birini işaretleyerek belirtiniz.</i>	Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne katılıyorum Ne katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1.Dizideki en sevdiğim karakter bir hata yaptığında veya başından olumsuz olaylar geçtiğinde onun adına üzülüyorum.					
2.Düşüncelerimi onun söyledikleri ile karşılaştırmaktan hoşlanıyorum.					
3.Dizideki en sevdiğim karakter sanki arkadaşlarımlaymışım gibi kendimi rahat hissetmemi sağlıyor.					
4. Onu doğal, ayakları yere basan bir kişi olarak görüyorum.					
5. En sevdiğim karakterin sesini duymak hoşuma gidiyor.					
6. Dizinin gösterildiği zamanlarda en sevdiğim karakter bana adeta can yoldaşı oluyor.					
7. Onu görmek için bir sonraki bölümü ipe çekiyorum.					
8. Onunla şahsen tanışmak isterdim.					
9. Onu sanki eski bir arkadaşımış gibi iyi tanıyorum.					
10. Onu çekici buluyorum.					
11. Bir gazetede veya dergide onunla ilgili bir haber çıksa okurum.					
12. Dizideki en sevdiğim karakter başka bir televizyon programına çıksa o programı seyrederim.					
13. Diziyi izlerken bazen onun yaptıkları veya söyledikleri üzerine sesli olarak yorum yapıyorum.					
14. En sevdiğim karakter bazı kararlar vermemde bana yardımcı olup yol gösteriyor.					

Ek 4 – Parasosyal Ayrılık Ölçeği

<i>Dizideki en sevdiğiniz karakterin diziden ayrıldığını/ayrılacağını öğrenseniz ne hissedersiniz? Lütfen aşağıdaki ifadelere ne derece katıldığınızı 1 ile 5 arasında değişen seçeneklerden yalnızca birini işaretleyerek belirtiniz.</i>	Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne katılıyorum Ne katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Üzülürdüm.					
2. Sinirlenirdim.					
3. Hayal kırıklığına uğrardım.					
4. Kendimi yalnız hissederdim.					
5. Onu özlerdim.					
6. Kendimi yakın bir arkadaşımı kaybetmiş gibi hissederdim.					
7. O diziyi seyretmenin benim için pek bir heyecanı / anlamı kalmazdı.					
8. Dizinin tekrar bölümlerini seyrederdim.					
9. Bu durumu değiştirmek için bir şeyler yapmaya çalışırdım (kanalı aramak, mail atmak gibi).					
10. Dizideki en sevdiğim karakterin yer aldığı başka programları seyrederdim.					
11. Onunla ilgili bilgiyi farklı kaynaklardan arardım (gazete, internet ve benzeri).					
12. Onunla farklı yollardan karşılaşmaya/tanışmaya çalışırdım.					
13. Kendime sevecek başka bir karakter bulurdum.					

Ek 5 – Kısa Semptom Envanteri

	Hiç	Çok Az	Orta Derecede	Oldukça Fazla	İleri Derecede
1.İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali.					
2.Baygınlık, baş dönmesi.					
3.Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri.					
4.Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu.					
5.Olayları hatırlamada güçlük.					
6.Çok kolayca kızıp öfkelenme.					
7.Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar.					
8.Meydanlık (açık) yerlerden korkma duygusu.					
9.Yaşamınıza son verme düşüncesi.					
10.İnsanların çoğuna güvenilemeyeceği hissi.					
11.İştahta bozukluklar.					
12.Hiçbir nedeni olmayan ani korkular.					
13.Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları.					
14.Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetme.					
15.İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetme.					
16.Yalnızlık hissetme.					
17.Hüzünlü, kederli hissetme.					
18.Hiçbir şeye ilgi duymamak.					
19.Kendini ağlamaklı hissetme.					
20.Kolayca incinebilme, kırılma.					
21.İnsanların sizi sevmediğini, size kötü davrandığına inanma.					
22.Kendini diğer insanlardan daha aşağı görmek.					
23.Mide bozukluğu, bulantı.					
24.Diğer insanların sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu duygusu.					
25.Uykuya dalmada güçlük.					
26.Yaptığınız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etmek.					
27.Karar vermede güçlükler.					
28.Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahatlerden korkma.					
29.Nefes darlığı, nefessiz kalma.					
30.Sıcak, soğuk basmaları.					
31.Sizi korkuttuğu için bazı eşya yer ya da					

etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak.					
32.Kafanızın bomboş kalması.					
33.Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalanmalar.					
34.Hatalarınız için cezalandırılmanız gerektiği düşüncesi.					
35.Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları.					
36.Dikkati bir şey üzerine toplamada güçlük.					
37.Bedenin bazı bölgelerinde, zayıflık, güçsüzlük hissi.					
38.Kendini gergin ve tedirgin hissetme.					
39.Ölme ve ölüm üzerine düşünceler.					
40.Birini dövme, ona zarar verme yaralama isteği.					
41.Bir şeyleri kırma, dökme isteği.					
42.Diğer insanların yanında iken yanlış bir şey yapmamaya çalışmak.					
43.Kalabalıklardan rahatsızlık duymak.					
44.Başka insanlara hiç yakınlık duymamak.					
45.Dehşet ve panik nöbetleri.					
46.Sık sık tartışmaya girmek.					
47.Yalnız kalındığında sinirlilik hissetme.					
48.Başarılarınıza rağmen diğer insanlardan yeterince takdir görmemek.					
49.Kendini yerinde duramayacak kadar tedirginlik hissetmek.					
50.Kendini değersiz görme duygusu.					
51.Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu.					
52.Suçluluk duyguları.					
53.Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri.					

Ek 6 – Rosenberg Benlik Saygısı

	Çok Yanlış	Yanlış	Doğru	Çok Doğru
1.Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.				
2.Bazı olumlu özelliklerimin olduğunu düşünüyorum.				
3.Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.				
4.Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.				
5.Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.				
6.Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.				
7.Genel olarak kendimden memnunum.				
8.Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.				
9.Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.				
10.Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.				