ÖRNEK OLAYLARLA
VAKA ANALİZLERİ-II

Editör: **Doç. Dr. Ali ÖZCAN**

ARTİKEL AKADEMİ: 362

Sosyal Bilimler Temel Alanı

Örnek Olaylarla Vaka Analizleri- II
Editör: Doç. Dr. Ali ÖZCAN
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Uluslararası Ticaret ve Lojistik
ORCID: 0000-0003-3751-8148

ISBN 978-625-5674-01-2
Birinci Basım: Ağustos - 2025

Kapak: Artikel Akademi

Ofset Hazırlık: Artikel Akademi

Baskı ve Cilt: Reprobir Matbaacılık Tasarım Ltd. Şti.
İvedik Organize Sanayi Bölgesi Matbaacılar Sanayi Sitesi 1514. Cad. No:23/25
Pk:06105 Yenimahalle - Yenimahalle / Ankara
Matbaa Sertifika No: 47381

Artikel Akademi bir Karadeniz Kitap Ltd. Şti. markasıdır.

©Karadeniz Kitap - 2025

Akademik etik kurallara
bağlı kalınarak yapılacak olan alıntılar ve tanıtım maksadıyla yapılacak
olan kısa alıntılar dışında, yazılı izni alınmadan, tümünün veya bir
kısmının elektronik, mekanik ya da fotokopi yoluyla, basımı, yayımı,
kopyalanması, çoğaltımı veya dağıtımı yapılamaz.

KARADENİZ KİTAP LTD. ŞTİ.
Koşuyolu Mah. Mehmet Akfan Sok. No:67/3 Kadıköy-İstanbul
Tel: 0 216 428 06 54 // 0530 076 94 90

Yayıncı Sertifika No: 19708
mail: info@artikelakademi.com
www.artikelakademi.com

ÖRNEK OLAYLARLA VAKA ANALİZLERİ/II

Editör: **Doç. Dr. Ali ÖZCAN**

YAZARLAR

Barış ÖZGÜLEŞ

Caner YENER

Deniz GÜR DEMİREL

Dilan SARIÇAM BENZER

Dilek ŞEN

Emine ALTINER

Esra YALÇINKAYA

Fatma Miraç KAVALA

Fatma Gül TAKIR

Hatice CAN YENER

İlhan DEMİREL

İrem Nur ERDEM

İrem ÖZER

Mine ALPAN

Mustafa Volkan UZUNER

Onur GÜNAYDIN

Önder UĞUR

Reyhan ÖZGÜLEŞ

Sezen DAKOĞLU

Şulenur AYAN

Zehra ÇAKMAKKAYA

Zehra Sena ÖZTÜRK

Zekiye ÖZDEMİR

Zeynep Nur KOŞAN

artikel akademi

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....9
KISMİ GÖRME KAYBI İLE SONUÇLANAN
İŞ KAZASI.....11
Barış ÖZGÜLEŞ

X ŞİRKETİ'NDE YAŞLANAN İŞ GÜCÜ VE BİLGİ AKTARIMI SORUNU..... 21
Caner YENER

SESSİZ İŞTEN ÇIKARILMANIN ÇALIŞAN PERFORMANSI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ..... 37
Deniz GÜR DEMİREL

PSİKOSOMATİK AĞRILAR İLE BİREYLERİN RUH SAĞLIĞI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ: KLİNİK GÖZLEM TEMELLİ BİR VAKA ANALİZİ 49
Dilan SARIÇAM BENZER

LONGEVİTY BESLENME – BLUPRINT PROTOKOLÜ- SAĞLIKLI UZUN BİR YAŞAM MÜMKÜN MÜ? SORUSUNUN TOPLUM ÜZERİNDEKİ SONUÇLARININ İNCELENMESİ..... 67
Dilek ŞEN

NARSİST KİŞİLİKLİ YÖNETİCİLERLE ÇALIŞMANIN ZORLUKLARI..... 81
Emine ALTINER

TESETTÜRLÜ BİREYLERİN İŞ HAYATINDAKİ ZORLUKLARI ve ÇÖZÜM ÖNERİLERİ..... 101
Esra YALÇINKAYA

NÜFUSA BAĞLI ARTAN İŞ YÜKÜ NEDENİYLE MOTİVASYONU DÜŞEN HEMŞİRELERİN SESSİZ İSTİFASI: İSTANBUL İLİ ÖRNEĞİ 127
Fatma Gül TAKIR

COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE ÇİN'E YÖNELİK SOSYAL MEDYA LİNCİ: SOSYAL TEMSİLLER VE TEHDİT ALGISI PERSPEKTİFİNDEN BİR İNCELEME.....147
Fatma Miraç Kavala

UZAKTAN ÇALIŞMA SÜRECİNDE ÇALIŞAN BAĞLILIĞI SORUNU 167
Hatice CAN YENER

ASANSÖRDE KALAN KİŞİYİ KURTARIRKEN YAŞANAN KAZAYA YÖNELİK VAKA ANALİZİ..... 187
İlhan DEMİREL

TÜRKİYE'DE DEPREM SONRASI BİREYLERİN İYİLEŞME SÜRECİNDE KARŞILAŞTIKLARI ENGELLER: BARINMA, KAYNAKLARA ERİŞİM VE PSİKOSOSYAL DESTEK AÇISINDAN BİR İNCELEME 205
İrem Nur ERDEM

ROMANTİK İLİŞKİLERDE FEDAKARLIK DAVRANIŞLARININ BAĞLANMA STİLLERİ İLE İLİŞKİSİ: ÇOKLU VAKA ANALİZİ 241
İrem ÖZER

KÜLTÜREL VE SANATSAL İÇERİKLİ TELEVİZYON PROGRAMLARININ AZALMA NEDENLERİNİN İNCELENMESİ..... 265
Mine ALPAN

YÜRÜYEN MERDİVEN GÜVENLİĞİ VE AYAK SIKIŞMASI VAKALARI: İSTANBUL, ANKARA VE İZMİR ÖRNEĞİ..... 293
Mustafa Volkan UZUNER

FİNANSAL TEKNOLOJİLER (FİNTECH) VE HUKUKİ REGÜLASYON: BANKACILIKTA YAPAY ZEKÂ UYGULAMALARININ HUKUKİ BOYUTU..... 311
Onur GÜNAYDIN

İNTERNET ÜZERİNDE YAPILAN ALIŞVERİŞ SONUCUNDA MÜŞTERİYE GÖNDERİLEN UYGUNSUZ (EKSİK) ÜRÜN..... 325
Önder UĞUR

RADYASYON GÜVENLİĞİ KÜLTÜRÜ VE KAZALARIN ÖNLENMESİNDEKİ ROLÜ: BİR VAKA İNCELEMESİ..... 337
Reyhan ÖZGÜLEŞ

PERAKENDE SEKTÖRÜNDE MÜŞTERİ KAYBI VAKA ANALİZİ 361
Sezen DAKOĞLU

SANSÜRÜN CİNSİYETİ: VAJİNA MONOLOGLARI OYUNUNUN YASAKLANMASI VE KADIN ANLATILARININ SINIRLANDIRILMASI..... 389
Şulenur AYAN

GENÇLERİN SOSYAL MEDYA KULLANIMININRUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ: ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNE BİR VAKA ANALİZİ.... 417
Zehra ÇAKMAKKAYA

ÇOCUKLUKTA AİLEYLE KURULAN BAĞLANMANIN YETİŞKİNLİKTE DUYGUSAL AÇIKLIK VE GÜVEN ÜZERİNDEKİ ETKİSİ 443
Zehra Sena ÖZTÜRK

AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ BAŞKANI DONALD TRUMP İLE UKRAYNA DEVLET BAŞKANI VOLODYMYR ZELENSKiY'NİN WASHİNGTON DC'DEKİ BEYAZ SARAY'IN OVAL OFİSİ'NDE GERÇEKLEŞEN BASINA AÇIK TOPLANTININ İNCELENMESİ..... 455
Zekiye ÖZDEMİR

CİNSEL UYUM SORUNLARININ AİLE DİNAMİKLERİNE VE BİREYSEL PSİKOSOSYAL SAĞLIĞA ETKİSİ VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ 477
Zeynep Nur KOŞAN

ÖNSÖZ

Vaka analizi, yalnızca bir olayı çözümlemekten ibaret değildir; aynı zamanda yaşanan durumu anlamaya, farklı açılardan değerlendirmeye ve geleceğe dair dersler çıkarmaya yönelik güçlü bir öğrenme aracıdır. Elinizdeki bu kitap, bu anlayıştan hareketle, yüksek lisans öğrencilerimle birlikte uzun bir düşünme, yazma ve analiz sürecinin sonucunda ortaya çıkmıştır.

"Vaka Analizi II" başlıklı bu eser, çok çeşitli disiplinlerden ve güncel toplumsal meselelerden beslenen özgün vaka çalışmalarını bir araya getirmektedir. Kitapta; e-ticaret, sosyal medya, asansör güvenliği gibi günlük hayatın içinden teknik meseleler, psikolojik dinamikler, sağlık hizmetleri, ifade özgürlüğü ve sansür gibi kritik toplumsal konulara uzanan geniş bir yelpazede hazırlanmış vakalar yer almaktadır.

Bu çeşitlilik, yalnızca akademik bir zenginlik değil, aynı zamanda öğrenci merkezli bir üretimin gücünü de göstermektedir. Her bir vaka; hem saha gözlemlerine hem de ilgili alan yazına dayanarak, çözüm odaklı ve eleştirel bir perspektifle kaleme alınmıştır. Disiplinlerarası yaklaşım sayesinde, okuyucunun meseleleri tek bir açıdan değil, çok boyutlu düşünmesine imkan tanınmıştır.

Yüksek lisans öğrencilerimin gösterdiği titizlik, araştırma azmi ve akademik sorumluluk duygusu bu kitabın temel yapı taşlarını oluşturmuştur. Öğrencilerimin her birine, katkıları ve emekleri için gönülden teşekkür ederim. Ayrıca sürecin her aşamasında destek olan kurumlara ve akademik paydaşlara da şükranlarımı sunarım.

Bu kitabın, hem araştırmacılara hem de saha uygulayıcılarına ilham vermesini; farklı disiplinlerde çalışan akademisyenler, öğrenciler ve profesyoneller için değerli bir kaynak olmasını diliyorum.

Editör:
Doç. Dr. Ali ÖZCAN

Barış ÖZGÜLEŞ
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yerel Yönetimler
baris.ozgules@gmail.com

VAKA ADI:

KISMİ GÖRME KAYBI İLE SONUÇLANAN İŞ KAZASI

PROBLEMİN TANIMI

08 Nisan 2020 tarihinde saat 14:15 civarında aküsü boşalmış olan bir araca başka bir akü ile takviye yapılması esnasında, akü kutup başlarının ters bağlanması sonucunda akü patlamış ve bu durum, İşçi X'in sağ gözünden yaralanmasına neden olmuştur.

ÖZET

Bu vaka, 08 Nisan 2020 tarihinde aküsü boşalmış olan bir araca başka bir akü ile takviye yapılması esnasında meydana gelen bir iş kazasını ele almaktadır. Takviye esnasında akü kutup başlarının ters bağlanması sonucunda akü patlamış ve bu durum, İşçi X'in sağ gözünden yaralanmasına neden olmuştur.

İş kazasının gerçekleşmesine neden olan doğrudan sebepler arasında; personelin dikkatsizliği ve bilgi eksikliği, katkıda bulunan sebepler arasında ise personelin dalgınlığı (yaşamış olduğu ailevi sorunlar) yer almaktadır. İş kazasının gerçekleşmesine neden olan kök sebepler ise; personelin eğitimini almadığı, bilgi sahibi olmadığı ve görev tanım formunda yer almayan bir konu ile ilgili olarak inisiyatif alarak bu işlemi gerçekleştirmiş olması ve ayrıca işverenin denetim ve kontrol mekanizmalarını kurmaması ya da kurmuş olsa dahi etkin bir biçimde işletememesidir.

Çözüm önerileri arasında; bu tür telafisi mümkün olmayan iş kazaları

ile karşılaşılmaması için, tüm personele eğitimini almadığı ve görev tanım formunda yer almayan bir konu ile karşılaşması durumunda inisiyatif almaması gerektiği yazılı talimatlar ile tebliğ edilmeli, gerekli eğitimler planlanmalı ve belirli periyotlarla bu eğitimler tekrarlanarak personelde iş güvenliği kültürünün oluşması sağlanmalıdır. Ayrıca, konu hakkında yetkili olan ilgili birimden ve eğitim almış uzman personelden yardım alması gerektiği hususunda gerekli eğitimler verilmelidir. İşveren, İş Sağlığı ve Güvenliği yükümlülükleri kapsamında, personelin görev tanımlarında yer alan görevleri dışında başka bir iş yapıp yapmadığını ve iş dağılımlarına uyulup uyulmadığını İş Sağlığı ve Güvenliği Uzmanları marifeti ile atölyelere yapılacak ani ve habersiz kontroller ile titizlikle denetlemelidir. Yapılan bu denetimlerde iş güvenliğini tehlikeye sokan personellerin tespit edilmesi durumunda, caydırıcılık oluşturması açısından bu personeller hakkında gerekli idari ve cezai işlemler uygulanmalı, ayrıca bu personellere İş Sağlığı ve Güvenliği Yenileme Eğitimi verilmelidir.

GİRİŞ

Bu çalışma, dikkatsizlik, dalgınlık, eğitim eksikliği ve buna bağlı olarak bilgi eksikliği ile denetim ve kontrol mekanizmalarının kurulmaması ya da kurulmuş olsa dahi etkin bir biçimde işletilememesinden dolayı meydana gelen bir iş kazasını incelemektedir. Kaza, çalışmayan bir araca takviye yapılması esnasında akü kutup başlarının ters bağlanması ile akünün patlaması sonucu, İşçi X'in sağ gözünden yaralanmasıyla sonuçlanmıştır. Olayın ardından kazazedeye İş Yeri Hekimi tarafından ilk yardım yapılmış ve hastaneye sevki sağlanarak gerekli müdahaleler gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmanın amacı, kazanın oluş nedenlerini analiz ederek kök sebeplerini ortaya çıkarmak ve benzer iş kazalarının tekrarını önlemek için düzeltici ve önleyici tedbirleri belirtmektir.

YÖNTEM

Bu vakanın incelenmesinde kullanılan araştırma yöntemi gözlem yöntemidir. Vakanın incelenmesi gözlem yöntemi ile tanıklıklara dayanmaktadır.

ANALİZ VE TARTIŞMA

Tekerlekli Araçlar Bakım ve Onarım Atölyesi'nde görevli İşçi X, 08 Nisan 2020 tarihinde sabah 08:00'de iş başı yapmış ve öğle paydosuna kadar atölyede çalıştıktan sonra saat 12:00'de öğle paydosuna çıkmıştır. Öğle paydosu sonrası saat 13:00'de tekrar iş başı yapan İşçi X, Tekerlekli Araçlar Bakım ve Onarım Atölyesi'nde çalışmaya devam ettiği esnada saat 14:15 civarında atölyede bakım ve onarımı tamamlanan bir aracın atölye dışına alınması gerekmiştir. Aracı atölye dışına almak için çalıştırmak isteyen İşçi X, aracın aküsünün boşalmış olduğunu görmüş ve aracı çalıştırabilmek için başka bir akü ile takviye yapmak istemiş, bu esnada takviye için kullandığı akünün kutup başlarını aracın üzerindeki aküye ters bağlaması sonucunda akü patlamıştır. Akünün patlaması sonucu aküden saçılan asitler personelin yüzüne isabet ederek sağ gözünden yaralanmasına sebep olmuş ve olay süratle İş Sağlığı ve Güvenliği Uzmanı ile İş Yeri Hekimine bildirilerek, bu personellerin atölyeye yönlendirilmesi sağlanmıştır. İş Yeri Hekimi tarafından kazazedeye olay yerinde ilk yardım yapılmış ve iş yerine ait ambulansla devlet hastanesine sevki sağlanmıştır. Hastanede yapılan ilk müdahalenin ardından kazazedenin sağ gözünde görme kaybı oluşabileceği, ancak bu durumun daha sonra yapılacak olan testlerde anlaşılabileceği bilgisi verilerek personele yedi gün iş göremezlik raporu verilmiştir. Kazazede, 15 Nisan 2020 tarihinde rapor bitiminde kontrol için tekrar devlet hastanesine gitmiş, hastanede yapılan kontrol ve testlerde sağ gözünde %70 oranında görme kaybı oluştuğu tespit edilmiş ve ameliyat edilmesi gerektiği bildirilmiştir. Personel 17 Nisan 2020 tarihinde ameliyat edilmiş ve ameliyat sonrası 20 gün iş göremezlik raporu verilmiştir. Personel, 07 Mayıs 2020 tarihinde rapor bitiminde kontrol için tekrar devlet hastanesine gitmiş ve yapılan kontrollerde ameliyat sonrası görme kaybının %30 oranında geri kazandırılabildiği, ancak %40 oranında görme kaybının kalıcı olacağı bildirilmiştir.

SORUNLARIN TANIMLANMASI

İş Sağlığı ve Güvenliği Uzmanının, İşçi X'in özlük dosyasında yapmış olduğu incelemeler neticesinde personelin akü ile ilgili herhangi bir eğitim almadığı ve görev tanım formunda kendisinin böyle bir görevi (araca akü ile takviye yapmak vs.) bulunmadığı tespit edilmiştir. Personelin görev tanım formunda yer almayan, eğitimini almadığı ve bilgi sahibi olmadığı bir konuda işleri hızlandırmak maksatlı inisiyatif alarak böyle bir eylemde bulunması iş güvenliği açısından oldukça hatalı bir davranıştır. Bu noktada dikkat edilmesi

gereken kritik husus, işlerin bir an önce ve hızlıca çözülmesinden ziyade iş güvenliği tedbirlerine riayet ederek ve iş kazalarına sebebiyet vermeden çözülmesi olmalıdır. Bu olayda, İşçi X tarafından iş güvenliği tedbirleri göz ardı edildiği için telafisi mümkün olmayan bir iş kazası meydana gelmiştir. İşveren tarafından, görev tanımlarının denetlenmesi ve iş dağılımının kontrolü için denetim ve kontrol mekanizmalarının kurulmaması ya da kurulmuş olsa dahi etkin bir biçimde işletilmemesi de bu iş kazasının oluşmasına neden olan başka bir faktördür. Ayrıca atölye şefinin vermiş olduğu bilgiler doğrultusunda, kazazedenin yaşamış olduğu ailevi sorunlar nedeni ile dalgın olabileceği de değerlendirilmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Türkiye'de iş kazalarına yönelik olarak özetle, şunlar söylenebilir:

- Her sekiz dakikada, bir iş kazası meydana gelmektedir (Gündüz, Gökhan, 2007:57).
- Her altı saatte, bir işçi hayatını kaybetmektedir (Gündüz, Gökhan, 2007:57).
- Her iki buçuk saatte, bir işçi ömür boyu sakat kalmaktadır (Gündüz, Gökhan, 2007:57).
- İş kazalarının %64,82'si küçük ve mikro işletmelerde meydana gelmektedir (Gündüz, Gökhan, 2007:57).
- Bu istatistiklerine göre Türkiye, AB ülkeleri arasında birinci sırada, dünya ülkeleri arasında ise üçüncü sırada bulunmaktadır (Gündüz, Gökhan, 2007:57)

İş kazalarının meydana gelmesinde dört temel faktör vardır. Bunlar insan, makine, ortam-çevre ve yönetim faktörleridir (Irmak, 2024:1970).

İş kazalarının sebeplerinin belirlenmesi için yapılan araştırmalarda,

- %2 Beklenmedik olaylardan dolayı
- %18 Çevre koşulları ile fiziki ve mekanik durumlardan
- %80 İnsanların emniyetsiz ve güvensiz davranışlarından kaynaklandığı ortaya konulmuştur. Başka bir ifadeyle, kazaların %98'inin önlenebilir olaylardan kaynaklandığı görülmektedir (Camkurt, 2007:81).

Kazaya Neden Olan Doğrudan Sebepler

İnsan faktörüne bağlı olan iş kazalarında çalışanların dikkatsiz davranışlarda bulunması, uykusuzluk, yorgunluk, üzüntü ve stres gibi nedenler ön plana çıkmaktadır (Irmak, 2024:1971). İncelemiş olduğumuz iş kazasının gerçekleşmesine neden olan doğrudan sebepler arasında da personelin dikkatsizliği, bilgi eksikliği ve buna bağlı olarak akü kutup başlarını ters bağlaması gibi insan faktörlü nedenler bulunmaktadır. İş kazalarının %80'inin insanların emniyetsiz ve güvensiz davranışlarından kaynaklandığı değerlendirildiğinde, bu iş kazasında personelin dikkatsizliği ve akü kutup başlarını ters bağlamış olması emniyetsiz bir davranış olarak değerlendirilebilir. Personelin dikkatsiz ve emniyetsiz davranışları ile bilgi eksikliğinin bir arada bulunması bu tür iş kazalarının kaçınılmaz olmasına ortam hazırlamaktadır.

Kazaya Neden Olan Katkıda Bulunan Sebepler

İncelemiş olduğumuz iş kazasının gerçekleşmesine neden olan katkıda bulunan sebepler arasında personelin yaşamış olduğu ailevi sorunlar nedeni ile dalgın olması yer almaktadır. İş kazalarına sebep olan dalgınlığın birçok nedeni olabilir (ailevi nedenler, personelin aklının başka bir işte olması, farklı problemler vs.). İş yerlerinde psikososyal risk etmenlerini değerlendirmek maksadı ile psikolojik destek mekanizmaları kurulması ve konu ile ilgili uzman personel bulundurulması iş kazalarının önlenmesinde etkili olabilecek başka bir yöntemdir. Psikolojik destek mekanizmaları sayesinde, ailevi nedenler ya da farklı problemleri olan personellerin bu durumu düşünüp işe yansıtacak kadar unutkan ve dalgın bir ruh hali içinde olduğu kolaylıkla tespit edilebilir.

Kazaya Neden Olan Kök Sebepler

İş kazalarının gerçekleşmesinde insan faktörüne bağlı olan diğer nedenler ise, eğitimsizlik, denetim eksikliği ve kurallara uymama gibi durumlardır (Irmak, 2024:1971). İncelemiş olduğumuz iş kazasının gerçekleşmesine neden olan kök sebepler arasında personelin eğitimini almadığı, bilgi sahibi olmadığı ve görev tanım formunda yer almayan bir konu ile ilgili olarak inisiyatif alarak bu işlemi gerçekleştirmiş olması, ayrıca işverenin denetim mekanizmalarını kurmaması ya da kurmuş olsa dahi etkin bir biçimde işletememesi yer almaktadır.

İş kazalarının gerçekleşmesi büyük oranda insan kaynaklıdır. İnsan kaynaklı iş kazalarının temel nedeni insanın eğitimsizliğine dayanmaktadır (Türkoğlu, 2006:118). İş ve çalışma şartlarının düzeltilmesi iş kazalarının azaltılmasında

önemli bir rol oynar, ancak asıl belirleyici olan nokta insanın eğitimsizliği ve bilinçsiz hareket etmesidir (Türkoğlu, 2006:118).

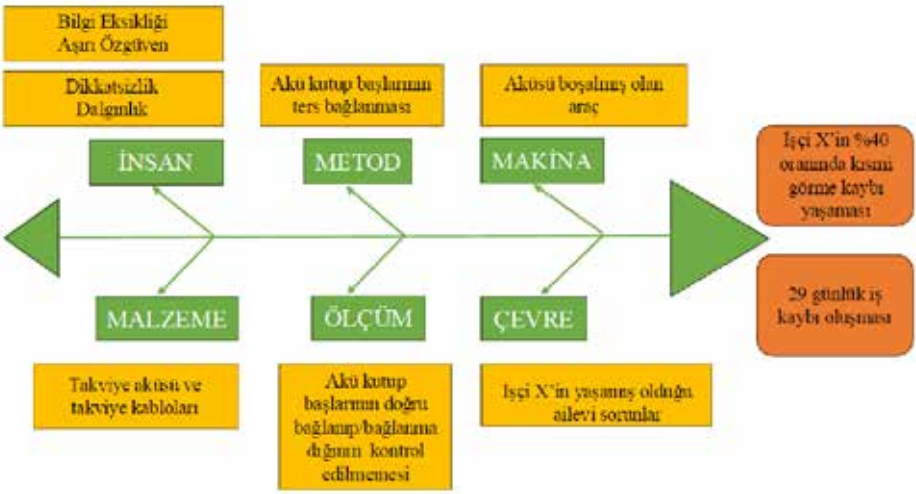
Tablo 1. İşçi X'in Aldığı Eğitimler ve Tarihleri

ALDIĞI EĞİTİM	SÜRE	TARİH
KAYNAK-KAPORTA ONARIMI EĞİTİMİ	20 Saat	11-15 Şubat 2019
FORKLİFT EĞİTİMİ	8 Saat	05-06 Mart 2019
GEZER TAVAN VİNCİ EĞİTİMİ	8 Saat	12-13 Mart 2019
İSG EĞİTİMİ	4 Saat	04 Şubat 2019
İLK YARDIM EĞİTİMİ	4 Saat	05 Şubat 2019

Yukarıda bulunan Tablo 1'de İşçi X'in almış olduğu eğitimler yer almaktadır. Tabloyu incelediğimizde personelin akü ile ilgili olarak herhangi bir eğitim almadığı görülmektedir. Ayrıca personelin görev tanım formunda da kendisinin başka bir araca akü ile takviye yapmak gibi bir görevi bulunmamaktadır. Tablodan da anlaşılacağı üzere, İşçi X'in asli görevi 20 saatlik eğitimini almış olduğu, atölyeye gelen araçların kaynak ve kaporta onarımı işlemlerini yapmaktır. İşçi X'in araçların motor ve mekanik kısımları ile ilgili herhangi bir görevi ve sorumluluğu yoktur, bundan dolayı akü ile ilgili herhangi bir eğitim almamıştır. Akü ile ilgili eğitimler, Tekerlekli Araçlar Bakım ve Onarım Atölyesi'nde görevli araçların motor ve mekanik kısımlarının onarımından sorumlu olan personel ile Kurtarma Atölyesi'nde görevli personellere verilmektedir. Bu nedenle, çalışmayan bir araca akü ile takviye yaparak çalıştırmak, Tekerlekli Araçlar Bakım ve Onarım Atölyesi'nde görevli araçların motor ve mekanik kısımlarının onarımından sorumlu olan personel ve Kurtarma Atölyesi'nde görevli olan personellerin görevidir. Bu olayda, işi hızlandırmak ve aracı bir an önce atölye dışına almak için personel kendisi inisiyatif almış ve iş güvenliği tedbirlerini göz ardı ederek iş kazasının oluşmasına sebebiyet vermiştir. Böyle bir durum ile karşılaşıldığında yapılması gereken doğru hareket, Tekerlekli Araçlar Bakım ve Onarım Atölyesi'nde veya Kurtarma Atölyesi'nde akü ile ilgili eğitim almış ve konunun uzmanı olan personelin olaya müdahale etmesi için atölye şefine bilgi vermek ve konu ile ilgili uzman personel talebinde bulunmaktır. Burada

yapılan en büyük hata konu ile ilgili uzman personel talebinde bulunmak yerine, sorunu İşçi X'in kendi çabasıyla çözmeye çalışmasıdır.

Yaşanan iş kazasının, öncesi sebepleri ve sonrası durum Şekil 1'de balık kılçığı diyagramı ile gösterilmiştir.



Şekil 1. Öncesi ve Sonrası Balık Kılçığı Diyagramı

Bu iş kazası doğrudan sebepler, katkıda bulunan sebepler ve kök sebeplerin birleşmesi ile meydana gelmiştir.

Doğrudan sebepler arasında; personelin dikkatsizliği, bilgi eksikliği ve buna bağlı olarak akü kutup başlarını ters bağlaması, katkıda bulunan sebepler arasında; personelin yaşamış olduğu ailevi sorunlar nedeniyle dalgın olması, kök sebepler arasında ise; personelin eğitimini almadığı, bilgi sahibi olmadığı ve görev tanım formunda yer almayan bir konu ile ilgili olarak inisiyatif alması ve bu işlemi gerçekleştirmiş olması ile işverenin denetim mekanizmalarını kurmaması ya da kurmuş olsa dahi etkin bir biçimde işletememesi yer almaktadır. Dikkatsizlik ve aşırı özgüven, stres faktörleri, eğitim eksikliği ve buna bağlı olarak bilgi eksikliği ile denetim mekanizmalarının eksikliği ya da etkin biçimde çalışmaması bu iş kazasının oluşumunu kolaylaştırmıştır.

Bu olay, iş güvenliği konusunda daha kapsamlı bir yaklaşım benimsenmesi gerektiğini göstermektedir. Bu ve buna benzer iş kazaları ile karşılaşılmaması adına aşağıda belirtilen önlemlerin alınmasının faydalı olacağı değerlendirilmektedir.

- İş sağlığı ve güvenliğine yönelik olarak, işçi-işveren ve diğer bütün

taraflara sürekli eğitim programları düzenlenmelidir (Güvercin, Aybek, 2003:77).

- İşyerlerinde, İş Sağlığı ve Güvenliği kültürünün geliştirilmesi adına düzenli olarak İş Sağlığı ve Güvenliği Yenileme Eğitimleri planlanmalı ve bu plan dahilinde aksatılmadan uygulanmalıdır.
- İş Sağlığı ve Güvenliği hizmetlerinin bütün çalışanlara ulaştırılmasını sağlayacak mekanizmalar geliştirilmelidir (Yardım, Çipil, Vardar, Mollahaliloğlu, 2007:267).
- İş kazalarının azaltılmasında etkin bir denetim mekanizmasının kurulmuş ve işletiliyor olması önemli rol oynamaktadır. Denetim mekanizmaları caydırıcı, yol gösterici ve öğretici nitelikte olmalıdır (Örmeci, 1985:80).
- Atölyelerde görevli tüm personel, atölye şefleri ve atölye amirleri tarafından sürekli olarak takip ve kontrol edilmeli, dikkat dağınıklığı ve odaklanma eksikliği olan personeller tespit edilerek ikaz edilmelidir.
- Psikolojik destek mekanizmaları kurularak, ailevi nedenler ya da farklı problemleri olan personeller tespit edilmeli ve bu personellerin hata yapsa dahi iş kazası riski oluşturmayan ofis veya idari işler gibi daha az riskli işlerde çalıştırılması sağlanmalı, mümkünse belli bir süre izne ayrılmalıdır. Böylelikle dalgınlık sebebi ile karşılaşılan iş kazalarının büyük ölçüde engellenmesi sağlanabilir.
- İşyerlerindeki tüm çalışanlara, görev tanım formlarında belirtilen görevlerinin dışında kalan konulara müdahil olmamaları, eğitimini almadıkları ve bilgi sahibi olmadıkları kendi uzmanlıkları dışında kalan bir durumla karşılaşmaları halinde olaya müdahale etmemeleri gerektiği konularında yazılı talimatlar hazırlanmalı ve tebliğ edilmeli, ayrıca konu ile ilgili olarak belirli periyotlarda eğitimler verilmelidir.
- İşveren, İş Sağlığı ve Güvenliği yükümlülükleri kapsamında denetim ve kontrol mekanizmaları oluşturmalı, personelin görev tanımlarında yer alan görevleri dışında başka bir iş yapıp yapmadığını ve iş dağılımlarına uyulup uyulmadığını İş Sağlığı ve Güvenliği Uzmanları marifeti ile atölyelere yapılacak ani ve habersiz kontroller ile titizlikle denetlemeli ve kontrol altında tutmalıdır.
- Yapılan bu denetim ve kontrollerde iş güvenliğini tehlikeye sokan personellerin tespit edilmesi durumunda, caydırıcılık oluşturması ve iş kazalarının engellenmesi açısından bu personeller hakkında gerekli idari ve cezai işlemler uygulanmalıdır.

KAYNAKÇA

Camkurt, M. Z. (2007). "İşyeri Çalışma Sistemi ve İşyeri Fiziksel Faktörlerinin İş Kazaları Üzerindeki Etkisi" TÜHİS İş Hukuku ve İktisat Dergisi, Cilt:20, Sayı:6, Cilt:21, Sayı:1 Mayıs/Ağustos 2007. http://www.tuhis.org.tr/dergi/cilt20_21sayi6-1/cilt20_21_sayi6-1_bolum5.pdf.

Gündüz, S., ve Gökhan, E. (2007). "Küçük Ölçekli İşletmelerde İş Sağlığı ve Güvenliği Tedbirlerinin Uygulanabilirliği". Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi, 5(2), 55-59.

Güvercin, Ö. ve Aybek, A. (2003). Teknik Personelin İş Güvenliği Konusundaki Eğitim Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. ZKÜ Karabük Teknik Eğitim Fakültesi Teknoloji Dergisi, Yıl:6, Sayı:1-2, Sayfa:69-77

Irmak, İ. (2024). Sektörel İş Kazaları: Türkiye ve Avrupa Birliği Ülkeleri Üzerine Bir Değerlendirme (2015-2021). Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 13(4), 1969-1979. https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1508930

Örmeci, M. (1985). İş Kazalarının Türk Ekonomisi Üzerine Etkileri ve Kömür Madenciliği Üzerine Bir İnceleme. Gazi Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Türkoğlu, F. (2006). İş Kazaları ve Meslek Hastalıklarının Türkiye Ekonomisine Maliyeti ve Konuyla İlgili Eğitimin Önemi (1960 – 2000 Dönemi). Gazi Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Yardım, N., Çipil, Z., Vardar, C. ve Mollahaliloğlu, S. (2007). Türkiye İş Kazaları ve Meslek Hastalıkları: 2000-2005 Yılları Ölüm Hızları. Dicle Tıp Dergisi, 34(4), 264-271.

Caner YENER
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Enstitüsü,
İnsan Kaynakları Yönetimi Bölümü (Tezli)
caneryener01@gmail.com

VAKA ADI:

X ŞİRKETİ'NDE YAŞLANAN İŞ GÜCÜ VE BİLGİ AKTARIMI SORUNU

ÖZET

X Şirketi teknoloji sektöründe Türkiye' de faaliyet gösteren, uzun yıllardır başarılı bir şekilde büyüyen bir organizasyondur. Ancak, son yıllarda şirketin çalışanlarının büyük bir kısmının yaşlanması, yaşlı çalışanların emekli olma sürecine girmesiyle birlikte, önemli bir bilgi aktarımı sorunu ortaya çıkmıştır. Bu vaka analizi gerçek olaydan esinlenilerek kurgulanmış olup; X Şirketi'nin yaşlanan iş gücü ve bilgi aktarımı konusundaki yaşadığı zorlukları, bu sorunları çözmek için geliştirdiği stratejileri ve önerilen iyileştirmeleri incelemektedir.

GİRİŞ

Küresel demografik değişimler, iş gücü piyasalarında yaşlanma eğilimini ön plana çıkarmaktadır. Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO, 2021) ve Ekonomik Kalkınma ve İşbirliği Örgütü (OECD, 2022) verilerine göre, 2030 yılı itibarıyla gelişmiş ekonomilerde iş gücünün %25'inden fazlası 55 yaş ve üzerindeki oluşacağı belirtilmektedir (ILO, 2021; OECD, 2022). Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde de bu eğilim artmakta ve şirketler bu dönüşüm karşısında stratejik kararlar almak zorunda kalmaktadır. Bu bağlamda yaşlanan iş gücünün bilgi aktarımı, verimlilik ve sürdürülebilirlik üzerindeki etkileri ön plana çıkmaktadır.

Bu vaka analizinde, X Şirketi örneği üzerinden yaşlanan iş gücü kaynaklı sorunları, bilgi aktarımı eksikliğini ve bu sorunlara yönelik geliştirilen çözüm stratejilerini, akademik literatür ve sektörel veriler ışığında, hem teorik hem de pratik boyutta yaklaşılmıştır.

LİTERATÜR TARAMASI

Yaşlanan iş gücü kavramı, özellikle 2000'li yıllardan itibaren demografik değişimlerin hızlanmasıyla birlikte literatürde önemli bir yer edinmiştir. Yaşlanan iş gücü literatürde hem sosyolojik hem de yönetsel açılardan incelenmektedir. Avrupa Komisyonu (2018), yaşlı çalışanların iş gücüne katılımının artırılmasının sürdürülebilir ekonomik büyüme için zorunlu olduğunu vurgulamaktadır. OECD (2022) raporunda, yaşlı çalışanların iş gücüne katılımının teşvik edilmesinin sürdürülebilir kalkınma açısından kritik olduğu vurgulanmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK, 2023) ise 55 yaş üstü istihdamın son 10 yılda %35 arttığını raporlamaktadır. Bu bağlamda, yaşlanan iş gücünün etkin bilgi yönetimi ile desteklenmesi gerektiği açıktır. (TÜBİTAK, 2022).

Nonaka ve Takeuchi'ye (1995) göre örgütsel başarıda deneyime dayalı bilginin nesiller arasında paylaşımı merkezi bir rol oynamaktadır. Bu yaklaşım, özellikle bilgiye dayalı sektörlerde kritik önemdedir.

Literatürde yaşlanan iş gücüne dair öne çıkan sorunlar:

Bilgi kaybı ve kurumsal hafızanın zayıflaması (Nonaka & Takeuchi, 1995)

Kuşaklar arası iletişim eksikliği (Gursoy et al., 2008)

Eğitim ve adaptasyon maliyetlerinin artması (OECD, 2022)

Motivasyon ve verimlilikte düşüş (ILO, 2021)

Bu bağlamda, X Şirketi gibi köklü kurumların yaşlanan iş gücüne ilişkin stratejik yaklaşımlar geliştirmesi kaçınılmaz hale gelmiştir.

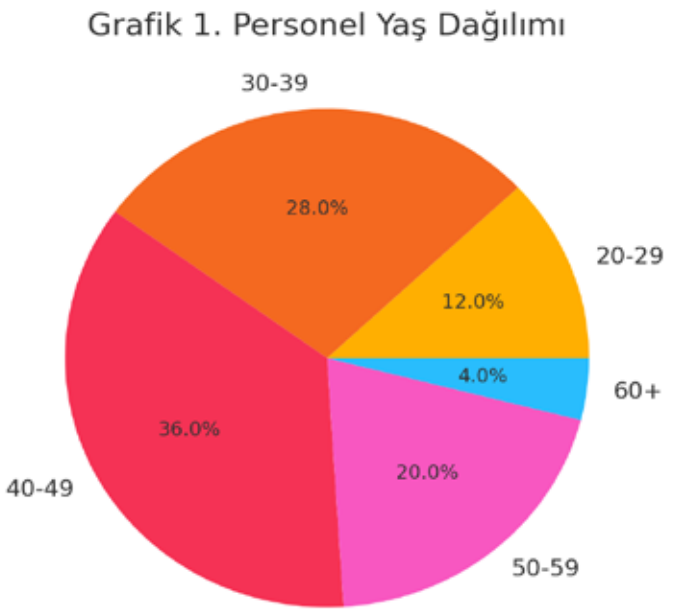
Şirket Profili ve Mevcut Durum

X Şirketi, teknoloji sektöründe Türkiye' de faaliyet gösteren, 40 yılı aşkın tecrübeye sahip bir kuruluştur. X şirketinin Ar-Ge bölümünde 20, bakım ve onarım bölümünde 30, üretim planlama bölümünde 25, Satış ve Pazarlama bö-

lümünde 30, idari işler bölümünde 20, İnsan kaynakları bölümünde 10, finans ve muhasebe bölümünde 15 çalışan personel olmak üzere toplam çalışan sayısı 150' dir. X şirketinin çalışanlarının yaş dağılımı incelendiğinde, 40 yaş üzerindeki personelin çalışan personel mevcuduna oranı %60 olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, 2024 yılında birçok deneyimli ve kıdemli çalışanın emekli olmasıyla daha da belirginleşmiştir. 2024 yılında emekli olan personel sonrası yapılan incelemelerde; 2025 yılından itibaren 5 yıl içerisinde emekliliği yaklaşan Ar-Ge bölümünde 12, bakım ve onarım bölümünde 18, üretim planlama bölümünde 10, Satış ve Pazarlama bölümünde 4, idari işler bölümünde 3, İnsan kaynakları bölümünde 2, finans ve muhasebe bölümünde 1 çalışan personelin olduğu tespit edilmiştir.

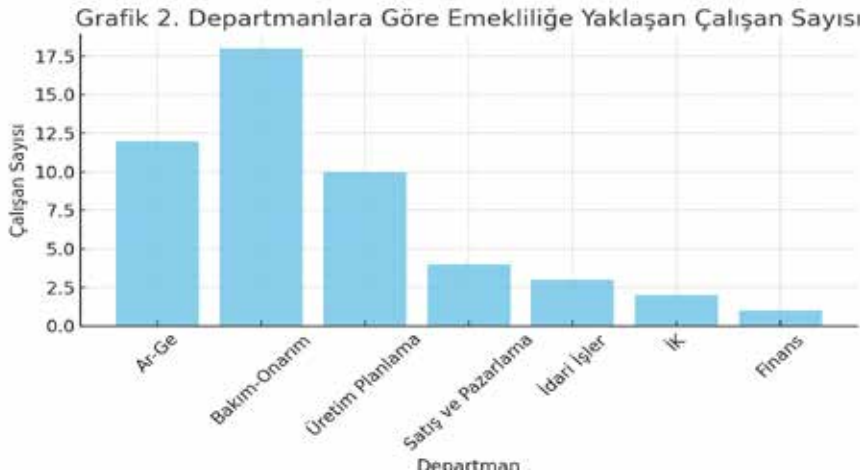
Yaşlanan iş gücünün şirketin verimliliği ve sürdürülebilirliği üzerindeki etkisi, özellikle bilgi aktarımı açısından sorunlar yaratmaktadır. Yaşlı çalışanlar, sahip oldukları derin bilgi ve deneyimi, genç çalışanlara yeterince aktaramadıkları için şirketin gelecekteki başarı şansı riske girmektedir. Özellikle Ar-Ge, bakım-onarım ve üretim planlama gibi kritik birimlerde, emekliliğe yaklaşan çalışan oranı oldukça yüksektir.

Personel Yaş Dağılımı



Grafik 1. X Şirketi personel yaş dağılımı (2024)

Emekliliğe Yaklaşanlar



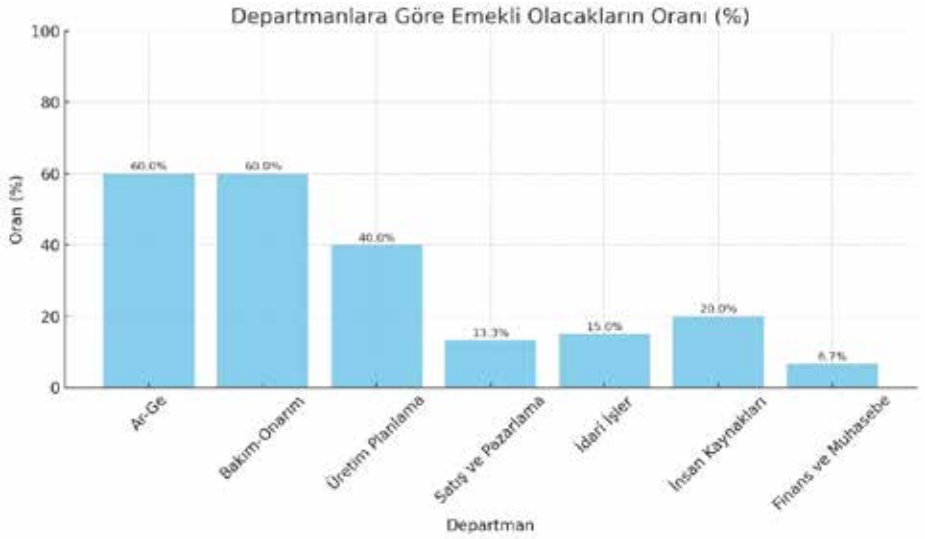
Grafik 2. Departmanlara göre emekliliğe yaklaşan çalışanlar (2024)

Departmanlara Göre Çalışan ve Emekliliği Yaklaşanların Dağılımı

Tablo 1. Departmanlara Göre Çalışan ve Emekliliği Yaklaşanların Dağılımı (2024)

Departman	Emekliliği Yaklaşan Çalışan Sayısı	Departman Toplamı
Ar-Ge	12	20
Bakım-Onarım	18	30
Üretim Planlama	10	25
Satış ve Pazarlama	4	30
İdari İşler	3	20
İnsan Kaynakları	2	10
Finans ve Muhasebe	1	15
TOPLAM	50	150

Departmanlara Göre Emekli Olacakların Oranı (%)



Grafik 3. Departmanlara göre emeklili olacakların oranı (2024)

Departmanlara Göre Emekliliği Yaklaşan Çalışanlar Sayısı incelendiğinde; Emekliliği yaklaşan çalışanların özellikle teknik birimlerde yoğunlaştığı görülmektedir.

Şirketin 2024 yılı sonu itibarıyla yaptığı iç değerlendirmede, 50 çalışanın emekli olmaya hazırlandığı ve bu kişilerin %70'inin kritik birimlerde olduğu belirlenmiştir. Bu durum, stratejik bilgi birikiminin kaybı riskini artırmaktadır.

Örnek Olay 1:

2023 yılında bakım-onarım biriminde görev yapan kıdemli bir çalışanın emekli olması sonrası yeni çalışan, kritik bir makinedeki arıza teşhisini yapamamıştır. Sonuç olarak üretim 3 hafta aksamıştır. Bu gecikme, yalnızca emekli çalışanın sahip olduğu özgün teknik bilginin yeni personele aktarılmaması nedeniyle gerçekleşmiştir.

Kök Neden Analizi (5 Neden)

Bu örnek olay için «5 Neden» yöntemi uygulanmıştır (Ohno, 1988):

1. Üretimde teknik bir arıza meydana geldi.

2. Yeni çalışan arızayı çözmekte yetersiz kaldı.

3. Gerekli bilgi sadece emekli çalışanda bulunuyordu.

4. Bilgi aktarımı yapılmamıştır.

5. Sistematik bilgi devir planı bulunmamaktadır.

Örnek Olay 2:

2024'te Ar-Ge departmanındaki iki kıdemli çalışanın emekli olmasıyla birlikte, ürün geliştirme süreci tamamlanamamış ve proje teslimi 2 ay gecikmiştir.

Örnek Olay 3:

Ar-Ge bölümünde 2022 yılında gerçekleşen bilgi aktarım eksikliği sonucu,yeni projede daha önce test edilmiş bir yöntemin tekrar denenmesiyle maaliyet artısı yaşanmıştır.

Örnek Olay 4:

Üretim planlama biriminde görevli bir mühendisin emekliliği sonrası, yeni atanan mühendisin termin planlama yazılımını kullanmakta zorlanmış ve müşteri teslimatları gecikmiştir.

6N Analizi (5N + Yönetsel Tercih)

Bu vaka için "5N + Yönetsel Tercih " yöntemi uygulanarak aşağıdaki Tablo-2'de detaylı olarak verilmiştir.

Tablo 2. 6N Analizi yöntemi ile X Şirketi'nde Yaşlanan İş Gücü ve Bilgi Aktarımı Sorununun İncelenmesi

Soru	X Şirketi'ndeki Durum	Akademik/Endüstriyel Bağlantı
Ne?	Kritik uzmanlık bilgisi yaşlı çalışanlarla birlikte kaybolma riski taşıyor.	Tacit knowledge (Polanyi, 1966) ve emeklilik etkisi (Dychtwald, 2006).
Neden?	Bilgiyi sistematik aktaracak mekanizmalar (mentorluk, dijital arşiv) yok.	Örgütsel öğrenme teorisi (Argyris & Schön, 1978).
Nasıl?	Bilgi, çalışanların zihninde kalıyor; dokümante edilmiyor veya paylaşılmıyor.	Knowledge hiding (Connelly et al., 2012) ve sosyal sermaye eksikliği.
Nerede?	Üretim, AR-GE gibi uzmanlık gerektiren departmanlarda daha yoğun.	Sektörel vaka analizleri (Örneğin: Otomotiv sektöründe TÜİK verileri).
Ne Zaman?	Emeklilik dalgasının başladığı 2020'ler ve önümüzdeki 5 yıl.	Türkiye'de demografik eğilimler (SGK, 2023 raporu).
Neden Tercih Edildi?	Yönetim, kısa vadeli maliyetleri düşürme odaklı hareket etmektedir.	Penny-wise, pound-foolish stratejiler (Porter, 1985).

PROBLEMİN TANIMI

X Şirketi'nin Yaşlanan iş gücü ve bilgi aktarımı sorunu nedeniyle, karşı karşıya olduğu temel sorunlar detaylı olarak aşağıda açıklanmıştır.

Yaşlanan iş gücünde bilgi kaybının nedenlerini İnsan, Süreç, Teknoloji, Yönetim ve Kurum Kültürü başlıklarıyla incelendiğinde Şekil 1'deki İshikawa diyagramı oluşmaktadır.

Şekil 1. Balık kılçığı (İshikawa) diyagramı

Bilgi Aktarımı Eksikliği

Deneyimli çalışanlar, şirketin tarihsel süreçleri, operasyonel süreçler ve müşteri ilişkileri hakkında derin bilgiye sahiptir. Ancak sahip olduğu operasyonel bilgi ve iş yapış kültürü, sistematik bir yöntemle genç kuşağa aktarılamaması büyük bir bilgi kaybı riski yaratmaktadır. Bilgi transferinin eksikliği, özellikle projelerin zamanında tamamlanmaması, hatalı kararların alınması ve teknik arzaların geç giderilmesi veya giderilememesi gibi sorunlara yol açmaktadır.

Kuşaklar Arası İletişim Eksikliği

X, Y ve Z kuşağı çalışanlar arasında iletişim tarzları ve teknolojik yeterlilik farkı bilgi paylaşımını engellemektedir.

Emeklilik Planlamasının Yetersizliği

Emekliliğe yaklaşan çalışanlar için bilgi devir süreçleri oluşturulmamıştır. Bu durum ani bilgi kaybına yol açmaktadır.

ÇÖZÜM STRATEJİLERİ

X Şirketi, bilgi kaybı riskine karşı aşağıdaki stratejileri uygulamaya koymuştur:

Mentorluk Programı

Kıdemli çalışanlarla genç çalışanlar eşleştirilmiş, bilgi paylaşımı ve ilişki yönetimi hedeflenmiştir. Ancak gönüllülük esasına dayanan bu yapı, bazı çalışanların katılım sağlamaması nedeniyle sınırlı kalmıştır.

Bilgi Yönetim Sistemi (KMS)

Kurumsal bilgiler dijital platformda arşivlenmiş, çalışanların erişimine açılmıştır. Ancak kullanım oranı düşüktür ve yaşlı çalışanların adaptasyonu sınırlıdır.

Eğitim Programları

Genç çalışanlar için dijital beceri geliştirme, yaşlı çalışanlar için bilgi paylaşım teknikleri odaklı eğitimler düzenlenmiştir.

Danışmanlık ve Kısmi Zamanlı Çalışma

Emekli olan çalışanlara danışmanlık fırsatı sunulmuştur an

cak bütçe kısıtları bu uygulamanın yaygınlaştırılmasını zorlaştırmaktadır.

SWOT Analizi Yöntemi:

X Şirketi'nin bilgi yönetimi uygulamalarını rakiplerleriyle veya endüstri standartlarıyla karşılaştırmak ve bilgi aktarım stratejilerinin güçlü/zayıf yönlerini ortaya çıkarmak amacıyla SWOT Analizi yöntemi ile, X Şirketi ve Rakip A Firmasının Mentorluk Programı ve Dijital Bilgi Bankası Kullanımı karşılaştırması aşağıdaki Tablo-4'de gösterilmiştir.

Tablo 4. X Şirketi ve Rakip A Firmasının Mentorluk Programı ve Dijital Bilgi Bankası Kullanımı karşılaştırması

Kriter	X Şirketi	Rakip A	Endüstri Standardı
Mentorluk Programı	Yok	Var (%70 katılım)	ISO 30401 (KM standardı)
Dijital Bilgi Bankası	Kısmi	Entegre (AI destekli)	Bulut tabanlı sistemler

Uygulama Zorlukları ve Sınırlılıklar

Dijital bilgi sistemlerinin kullanımı konusunda yaşlı çalışanlarda direnç gözlenmiştir.

Mentorluk eşleşmelerinde motivasyon eksikliği ve zaman sorunu ortaya çıkmıştır.

Eğitim içerikleri ve araçları tüm çalışanlar için erişilebilir değildir.

Emeklilik planlarının bireysel ihtiyaçlara göre özelleştirilmemesi bilgi aktarımını sekteye uğratmaktadır.

ÖNERİLER

Yapay Zekâ Destekli Bilgi Sistemleri

Bilgi yönetim sistemi, yapay zekâ tabanlı içerik sınıflandırma, otomatik etiketleme ve öneri sistemleri ile güçlendirilmelidir. Akgündüz ve Özdemir (2023), bilgi haritalama tekniklerinin Türk imalat şirketlerinde bilgi kaybını %37 azalttığını tespit etmiştir. X Şirketi'nde de Ar-Ge birimi için benzer bir dijital haritalama sistemi, yapay zekâ destekli etiketleme ile uygulanabilir."

Chatbot entegrasyonları ile çalışanların bilgiye daha hızlı erişimi sağlanabilir.

Emekli çalışanların geçmişte yanıtladığı problemlerden elde edilen örnek olaylar, sistem tarafından ilişkilendirilerek yeni çalışanlara önerilebilir.

Sesli Bilgi Kayıt Modülü: Çalışanların tecrübelerini anlık olarak sesli kay-

dedebileceği, bu ses kayıtlarını yapay zeka ile metne dönüştürülebilen bir sistem oluşturulabilir. (Akgündüz & Özdemir, s.145'te benzer bir uygulamanın verimliliği %40 artırdığı belirtilmiştir)

Hibrit Mentorluk Modelleri

Haftalık yüz yüze buluşmaların yanı sıra dijital platformlar üzerinden asenkron bilgi paylaşımı (ör. videolu anlatımlar, dijital kütüphane) yapılmalıdır.

Mentorluk ilişkileri yalnızca bilgi aktarımına değil, aynı zamanda kariyer gelişimi, kültürel adaptasyon ve organizasyonel aidiyet konularına da odaklanmalıdır.

Kurumsal Kültürün Aktarımı

Şirketin tarihi, değerleri, başarı öyküleri ve iş yapış biçimleri, dijital ortamlarda hikâyeleştirilerek yeni çalışanlara sunulmalıdır.

Kültürel rehberlik rolü üstlenecek gönüllü kültür elçileri belirlenebilir.

Bireysel Emeklilik Devir Planları

Emekli olacak her çalışan için "bilgi envanteri" çıkarılmalı, bu bilgiler hem yazılı belgelerle hem de video anlatımlarla dijital sistemlere entegre edilmelidir.

Bu süreçte IK ve birim yöneticileri koordineli çalışılmalıdır.

Esnek Danışmanlık Modelleri

Emekli olan deneyimli çalışanlara, proje bazlı veya çağrıya dayalı danışmanlık fırsatları sunulmalıdır.

Emeklilik sonrası erişilebilirliği kolaylaştırmak için dijital danışmanlık portalları oluşturulabilir.

Kurum İçi İnovasyon Atölyeleri

Kuşaklar arası birlikte üretimi teşvik eden atölyeler düzenlenerek, genç ve yaşlı çalışanların ortak fikir üretmeleri sağlanabilir.

Bu süreçler hem teknik bilgi paylaşımını hem de ilişkisel öğrenmeyi destekler.

Maliyet-Fayda Analizi

Her bir stratejinin uygulanabilirliği, maliyetleri ve olası faydaları önceden hesaplanmalıdır.

Özellikle bilgi sistemlerine yapılacak yatırımların, verimlilik üzerindeki etkisi ölçülerek sistematik raporlar hazırlanmalıdır.

Öneri Matrisi

Tablo 5. X Şirketi'nde Yaşlanan İş Gücü ve Bilgi Aktarımı Sorunu Öneri Matrisi

Kök Neden	Spesifik Öneri	Sorumlu Taraf	Öncelik	Beklenen Etki
Eğitim Eksikliği	Zorunlu eğitim modülleri Uygulamak	İnsan Kaynakları, Departman Yöneticileri	Yüksek	Beceri iyileşmesi, hata azalması
Belirsiz Rol ve Sorumluluklar	Bilgi sahipliği ve akış süreçlerini dokümante etmek	Proje Yöneticileri, Süreç Sahipleri	Yüksek	Netlik, hesap verebilirlik artışı
Motivasyon Eksikliği ve Paylaşmaya Direnç	Bilgi paylaşımını performans değerlendirmelerine dahil etmek	İnsan Kaynakları, Üst Yönetim	Yüksek	Paylaşım kültürü teşviki
Çalışan Sirkülasyonu ve Kurumsal Hafıza Kaybı	Kapsamlı devir teslim ve bilgi transferi protokolleri oluşturmak	İnsan Kaynakları, Departman Yöneticileri	Yüksek	Kurumsal hafıza korunumu

Standartlaştırılmamış Süreçler	Bilgi yönetimi için merkezi SOP'lar geliştirmek	Süreç İyileştirme Ekibi, IT	Yüksek	Tutarlılık, verimlilik artışı
Yetersiz İletişim Kanalları ve Geri Bildirim Mekanizmaları	Çeşitli iletişim platformları kurmak ve geri bildirim anketleri yapmak	İletişim Departmanı, IT	Orta	İletişim akışında iyileşme
Aşırı Bilgi Yükü ve Kürasyon Eksikliği	Bilgi filtreleme ve etiketleme sistemleri uygulamak	IT, Bilgi Yöneticileri	Orta	Bilgi erişilebilirliğinde artış
Güncel Olmayan Bilgi	Bilgi inceleme ve güncelleme döngüleri belirlemek	Bilgi Sahipleri, Departman Yöneticileri	Yüksek	Bilgi doğruluğu ve güvenilirliği
Yetersiz Teknolojik Altyapı	Ağ ve sunucu altyapısını modernize etmek	IT Departmanı	Yüksek	Sistem performansı ve güvenilirliği
Sistem Entegrasyon Sorunları	API tabanlı entegrasyon çözümleri geliştirmek	IT Geliştirme Ekibi	Yüksek	Veri akışında sorunsuzluk
Veri Güvenliği Endişeleri	Şifreleme ve erişim kontrolü politikalarını güçlendirmek	IT Güvenlik, Hukuk	Yüksek	Güven artışı, risk azalması
Yönetim Desteği ve Stratejik Vizyon Eksikliği	Bilgi yönetimi stratejisini üst düzeyde sahiplenmek	Üst Yönetim	Yüksek	Kaynak tahsisi, önceliklendirme

SONUÇ

Yaşlanan iş gücü, sadece demografik değil, aynı zamanda bilgi yönetimi açısından da stratejik bir konudur. Bu vaka analizi Bilgi Aktarımı Eksikliğinin, modern kuruluşların karşı karşıya olduğu çok yönlü ve kritik bir sorun olduğunu ortaya koymuştur. Balık kılçığı analizi aracılığıyla, bu eksikliğe yol açan kök nedenlerin; İnsan, Süreç, Teknoloji, Yönetim ve Kurum Kültürü gibi geniş kategoriler altında toplandığı ve her bir kategorinin kendi içinde çeşitli alt nedenleri barındırdığı detaylı bir şekilde incelenmiştir. Eğitim eksikliği, standartlaştırılmamış süreçler, yetersiz teknolojik altyapı, yönetim desteği eksikliği ve kurumsal hafıza kaybı gibi temel sorun alanları, operasyonel verimsizliklerden suboptimal karar alma süreçlerine, azalan inovasyondan çalışan motivasyonu düşüşüne kadar geniş bir yelpazede olumsuz sonuçlar doğurmaktadır.

Bu eksikliklerin giderilmesi, sadece tekil çözümlerle değil, insanları, süreçleri, teknolojiyi ve liderliği kapsayan bütüncül ve entegre bir yaklaşım gerektirmektedir. Sunulan öneriler, her bir kök nedeni hedef alarak, kuruluşların daha sağlam bir bilgi transferi ekosistemi oluşturmasına yardımcı olacak pratik adımlar sunmaktadır. Bilgi transferinin etkinleştirilmesi, günümüzün dinamik iş ortamında örgütsel başarı, dayanıklılık ve sürdürülebilir rekabet avantajı için stratejik bir zorunluluktur. Önerilen eylemlerin titizlikle uygulanmasıyla, kuruluşlar önemli olumlu etkiler elde edebilir, daha çevik, yenilikçi ve verimli bir yapıya kavuşabiliceği öngörülmektedir.

X Şirketi, bilgi aktarımı konusunda farkındalık yaratmış ve çeşitli stratejiler geliştirmiştir. X Şirketi'nin yaşlanan iş gücü ile başa çıkmak için geliştirdiği stratejiler, bilgi kaybını önleme açısından önemli bir başlangıçtır. Ancak sistematik ve sürdürülebilir bir kurumsal bilgi yönetimi kültürü henüz tam anlamıyla yerleşmemiştir. Şirketin karşılaştığı zorluklara rağmen geliştirdiği stratejiler, gelecekteki olası bilgi kayıplarını önlemeye yönelik önemli adımlar atılmasına yardımcı olmuştur. Gelecekte dijitalleşme, yapay zekâ ve kuşaklar arası bütünleşik yaklaşımlar sayesinde bu sorunların daha etkin yönetilmesi mümkündür.

KAYNAKÇA

Avrupa Komisyonu. (2018). Employment and Social Developments in Europe.

Akgündüz, Y. & Özdemir, A. (2023). Türkiye'de yaşlanan işgücü ve bilgi transferi: İmalat sektörü araştırması. Türk İşletme Araştırmaları Dergisi, 15(2), 45-67,145.

Gursoy, D., Maier, T. A., & Chi, C. G. (2008). Generational differences: An examination of work values and generational gaps in the hospitality workforce. International Journal of Hospitality Management, 27(3), 448–458.

ILO. (2021). World Employment and Social Outlook: Trends 2021. International Labour Organization.

Nonaka, I., & Takeuchi, H. (1995). The knowledge-creating company: How Japanese companies create the dynamics of innovation. Oxford university press.

OECD. (2022). Ageing and Employment Policies: Working Better with Age. Organisation for Economic Co-operation and Development.

Ohno, T. (1988). Toyota Production System: Beyond large-scale production. Productivity Press.

TÜİK. (2023). İşgücü İstatistikleri Raporu. Türkiye İstatistik Kurumu.

TÜBİTAK. (2022). Türkiye'nin Dijital Dönüşüm Raporu.

Deniz GÜR DEMİREL
Nişantaşı Üniversitesi Lisansüstü Enstitüsü
İnsan Kaynakları Yönetimi Bölümü
denizgurdemirel1@gmail.com

VAKA ADI:

SESSİZ İŞTEN ÇIKARILMANIN ÇALIŞAN PERFORMANSI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

VAKA TANIMI

Bu vaka çalışması, XYZ Gıda Üretim A.Ş., 300 'ü aşkın çalışanı olan, Türkiye'nin öncü gıda şirketlerinden biridir. Şirkette uzun süredir görev yapan deneyimli bir beyaz yaka çalışanının, son dönemde maruz kaldığı dışlanma, değersizleştirme ve yok sayılma gibi tutumların, insan kaynakları literatüründe yer bulan sessiz işten çıkarma (quiet firing) kavramı çerçevesinde incelenmesini amaçlamaktadır. Klasik işten çıkarma yöntemlerinden ayrışan bu süreçte, çalışana açıkça işten çıkarıldığı bildirilmez; bunun yerine, dolaylı yollarla çalışanın kendi isteğiyle işi bırakmasına yönelik psikolojik baskılar uygulanır.

X çalışan, yıllardır bağlılıkla yürüttüğü görevinde, son bir yıl içerisinde yöneticisinin tutumunda belirgin bir farklılıkla karşılaşmıştır. Görev kapsamı daraltılmış, projelere dahil edilmemiş, gelişim olanakları sınırlandırılmış ve performansına dair olumlu geri bildirimler verilmemeye başlanmıştır. Bu durum, çalışanın motivasyon kaybı yaşamasına, kendini değersiz hissetmesine ve iş yerinde psikolojik olarak olumsuz etkilenmesine yol açmıştır. Kurum içindeki diğer çalışanlar ise bu sürece kayıtsız kalmayı seçmiş, bu da yaşanan sorunun daha da derinleşmesine sonuçlar doğurmuştur.

X çalışan için her şey, pazartesi sabahı proje toplantısına davet edilmemesiyle başladı. Önce bunun bir sistemsel hata olduğunu düşünmüştü. Hatta ilgili kişilere bir mail atarak "toplantı linki ulaşmadı sanırım" diye sordu. Ancak sonraki

haftalarda da davet gelmedi. Toplantılarda alınan kararlar kendisine aktarılmamaya, daha önce onun yürüttüğü görevler yavaşça başka çalışanlara devredilmeye başlandı.

Bir gün, yürütmekte olduğu projesinin başka bir ekip arkadaşına verildiğini e-posta yoluyla öğrendiğinde, içini bastırılmış bir öfke ve kırgınlık kapladı. Yöneticisine bu konuda soru sorduğunda net bir yanıt alamadı, sadece "iş yükünü dengelemek adına böyle bir değişiklik yaptık" gibi genel ifadelerle geçiştirildi. Zamanla X çalışan, kurum içi etkinliklere çağrılmadığını, eğitim ve gelişim fırsatlarından haberdar edilmediğini fark etti. Koridorda karşılaştığı arkadaşlarının kısa ve mesafeli selamlaşmaları bile artık onun kendini dışlanmış hissetmesine neden oluyordu.

İlk başlarda "belki geçici bir dönemdir" diyerek kendini telkin etmeye çalıştı. Ancak zaman ilerledikçe yalnızlık duygusu derinleşti. Öğle yemeklerini artık tek başına yiyor, toplantılarda söz verilmiyor, fikirleri duymazdan geliniyordu. Kurum içinde görünmez bir duvar örülmüş gibiydi. En çok da eski ekip arkadaşlarının sessizliğine üzülüyordu. Kimse onunla açıkça konuşmuyor, yaşadığı süreci görmezden geliyordu. X çalışan için bu durum, sadece bir mesleki dışlanma değil, aynı zamanda kişisel bir değersizlik hissine dönüşmüştü.

Bu durum, kurum içinde adalet, şeffaflık ve etik yönetim prensiplerinin göz ardı edildiğini, çalışanların kuruma olan bağlılığı ile örgütsel güvenin zarar gördüğünü ortaya koymaktadır. Sessiz işten çıkarma yöntemleri, sadece tek bir çalışanın kariyerini etkilemekle kalmaz; aynı zamanda işletmenin genel çalışma ortamını ve işverenin itibarını da olumsuz yönde etkileyen çok yönlü bir problem olarak ortaya çıkmaktadır.

Bu vaka çalışması, söz konusu sorunun nedenlerini ve sonuçlarını analiz etmeyi; insan kaynakları yönetimi perspektifinden çözüm yolları geliştirmeyi hedeflemektedir.

ÖZET

Bu vaka çalışması, günümüz iş yaşamında sıkça rastlanan fakat çoğu zaman fark edilmeyen bir uygulama olan "sessiz işten çıkarma" (quiet firing) sürecini ele almaktadır. Çalışanların doğrudan işten çıkarılmadan; görev kapsamlarının daraltılması, projelerin dışında bırakılmaları ve sosyal açıdan yalnızlaştırılmaları gibi yöntemlerle istifaya yönlendirilmesi, bu sürecin temel sorunlarından biridir. Sessiz işten çıkarma, performans yönetimi gibi kurumsal sistemlerin

etik olmayan şekillerde kullanılması sonucunda ortaya çıkmakta olup, hem bireysel hem de kurumsal seviyede önemli problemlere neden olmaktadır.

Vaka kapsamında incelenen X çalışanın yaşadıkları, bu sürecin bir birey üzerindeki duygusal, zihinsel ve mesleki yansımalarını gözler önüne sererken; aynı zamanda iş yerinde yaşanan iletişim kopuklukları, şeffaflık yetersizliği ve etik değerlerdeki zayıflıkları da ortaya koymaktadır. Performans değerlendirmelerinde objektiflikten sapılması, geri bildirim mekanizmalarının işletilmemesi ve çalışanların kurumsal yapıda yalnızlaştırılması, bu tür durumların temel sorunlarını oluşturmaktadır. Bu tablo, yalnızca bireysel bir çalışanın karşılaştığı sıkıntıları değil, aynı zamanda insan kaynakları süreçlerinde yapısal bir bozulmaya işaret eden önemli bir bulgudur.

Çalışmada, kurumsal yapıların bu tür sorunları önlemek için nasıl bir dönüşüme ihtiyaç duyduğu, SWOT analizi ve çözüm önerileri aracılığıyla kapsamlı biçimde ele alınmıştır.

Bu tür durumların engellenmesinde, başta şeffaf iletişim, etik değerlere bağlı liderlik anlayışı ve adil performans değerlendirme sistemleri olmak üzere, birçok unsurun hayati öneme sahip olduğu belirtilmektedir. Nihayetinde, sessiz işten çıkarma gibi dolaylı uygulamalar yalnızca bireysel düzeyde değil, aynı zamanda tüm kurum kültürünü ve çalışma atmosferini olumsuz yönde etkileyebilecek güçtedir. Bu nedenle, stratejik insan kaynakları yönetimi kapsamında ivedilikle ele alınması gereken önemli bir mesele olarak değerlendirilmelidir.

GİRİŞ

Günümüz iş yaşamında yalnızca işe alım ve işten çıkarma kararlarının kendisi değil, bu kararların nasıl hayata geçirildiği de büyük bir önem arz etmektedir. Çalışanların motivasyonu günümüz dünyasında sadece ücret ya da pozisyon gibi maddi unsurlarla değil; aynı zamanda kurum içinde kendini değerli hissetme, adaletli değerlendirilme ve psikolojik açıdan güvende olma ihtiyaçlarına da dayanmaktadır (Kerse vd., 2024). Bu durumda, performans yönetimi süreçleri ile işten çıkarma uygulamaları arasında bir denge kurulmalı; hem çalışanların gelişimine öncülük eden hem de performansla ilgili uygulamalarda etik ve şeffaf bir yaklaşım benimseyen sistemler geliştirilmelidir.

Performans yönetimi sistemlerinin başlıca hedefi, çalışanların mevcut performans seviyelerini inceleyerek, onların beceri ve kapasitelerini geliştirecek olanaklar sunmaktır. Etkili bir performans yönetimi süreci, yalnızca düşük performansı tespit etmeyi değil; aynı zamanda yapıcı geri bildirim mekanizmaları

oluşturmayı, çalışanların kariyer planlamalarına yön vermeyi ve motivasyonlarını artırmayı da kapsamaktadır (Boz vd., 2023). Ancak bu sistemler kimi zaman hatalı biçimde işletilmekte ya da yöneticiler tarafından tam kapasiteyle değerlendirilememektedir. Bu tür durumlarda, performans yönetimi uygulamaları ile etik dışı davranışlar arasındaki çizgi giderek belirsizleşebilmektedir (Atsan, 2025).

Literatürde son dönemde önem kazanan "sessiz işten çıkarma" (quiet firing) terimi, çalışanların doğrudan işten çıkarılmadan, daha örtülü ve dolaylı yollarla kurumdan uzaklaştırılmasını ifade eden bir yönetim stratejisidir. Bu süreç; görev sorumluluklarının kısıtlanması, gelişim olanaklarının engellenmesi, sosyal çevreden soyutlama ve sistemli biçimde görmezden gelme gibi uygulamalarla kendini göstermektedir (Anand vd., 2023). Sessiz işten çıkarmanın arka planında ise çoğunlukla açık iletişimin sağlanamaması, yönetsel kararlılık eksikliği ve etik dışı insan kaynakları pratikleri yer almaktadır.

Sessiz işten çıkarma uygulamaları, çalışanların memnuniyetini ve organizasyona bağlılıklarını zayıflatarak, kurumun toplam verimliliğinin düşmesine sebep olabilir. Yapılan çalışmalar, bu tür yaklaşımların çalışan motivasyonunu düşürdüğünü ve işten ayrılma eğilimini artırdığını ortaya koymaktadır (Avcı, 2023). Bu yüzden, performans yönetimi süreçlerinde yöneticilerin açık ve adil tutum sergilemeleri, çalışanların örgüte olan güvenini pekiştirecektir.

Örgütlerde sessiz işten çıkarma uygulamalarının artması, iş yerinde zararlı ve olumsuz bir kültürün oluşmasına neden olabilir. Bu durum, çalışanların ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyerek tükenmişlik sendromuna sebep olabilir (Karaca, Açıkel & Ay, 2024). Bu sebeple, insan kaynakları ekiplerinin bu tür uygulamaları engellemek için önleyici tedbirler planlaması son derece önemlidir.

Sessiz işten çıkarma yöntemleri, zamanla şirketlerin itibarını zedeleyebilir ve değerli çalışanların kurumdan ayrılmasına sebep olabilir. Bu sebeple, işletmelerin etik prensipleri benimseyerek, çalışanlarla açık iletişimi sağlamaları ve adil performans değerlendirme sistemleri geliştirmeleri gerekmektedir (Şahin, 2024). Böyle bir yaklaşım, hem çalışanların memnuniyetini artıracak hem de işletmenin sürdürülebilir başarısına katkıda bulunacaktır.

Sessiz işten çıkarma, çalışanlar açısından yalnızca işten uzaklaşmak anlamına gelmez; aynı zamanda kişisel değer kaybı, ruhsal tükenmişlik ve kurum bağlılığının azalmasıdır. Kurum açısından değerlendirildiğinde, bu durum işverenin itibarının zarar görmesine, çalışanların motivasyonunun azalmasına ve nitelikli personelin kurumdan ayrılmasına yol açabilir. Bu nedenle, etik yönetim

ilkeleri, açık iletişim mekanizmaları ve performans değerlendirme süreçlerinde şeffaflık, kurumsal sürdürülebilirliğin temel taşları olarak kabul edilmektedir.

Performans yönetimi, bireylerin belirlenen hedefleri benimsemeleri, bu hedeflerin örgütün stratejik amaçlarıyla uyumlu hale getirilmesi, performansın planlanması, ilerlemenin izlenmesi, değerlendirilmesi ve çalışan yetkinliklerinin gözden geçirilmesi sürecidir. Etkili bir performans yönetimi sistemi, sadece çalışanların güçlü ve zayıf yönlerini ortaya koymakla kalmaz, aynı zamanda kurumun stratejik hedeflerine ulaşmasında kritik bir katkı sağlar. Bu süreç, hedeflerin belirlenmesi, geri bildirim sağlanması, eğitim ve gelişim planlarının hazırlanması gibi çeşitli aşamaları içerir. Performans yönetiminin başarılı olabilmesi için süreçlerin adil, şeffaf ve sürekli iletişim temelli yürütülmesi şarttır. Aksi durumda, çalışanlarda performans değerlendirme sistemine karşı güvensizlik oluşabilir ve motivasyonları olumsuz yönde etkilenebilir (Hatipoğlu, 2020).

Psikolojik güvenlik, bireylerin kendilerini ifade ederken, imajları, pozisyonları veya kariyerleri üzerinde olumsuz etkiler oluşacağı endişesi taşımadan rahat hissetmeleri şeklinde tanımlanır. Bu kavram, çalışanların iş yerinde düşüncelerini özgürce dile getirebildiği, cezalandırılma ya da dışlanma korkusu olmadan iletişim kurabildiği bir ortamın varlığını ifade eder. Psikolojik güvenlik, özellikle yüksek performans gösteren takımların temelini oluşturur ve çalışanların yaratıcı düşünce geliştirme, yenilikçilik yapma ve iş birliği becerilerini kayda değer şekilde artırır. Psikolojik güvenliğin bulunduğu ortamlarda çalışanlar, problemlerini rahatlıkla dile getirebilir, risk almaya açık olur ve öğrenmeye daha istekli davranırlar. Yöneticilerin duyarlı ve anlayışlı bir liderlik yaklaşımı sergilemesi, yapıcı geri bildirimler vermesi ve çalışanların görüşlerine özenle kulak vermesi, psikolojik güvenliği güçlendiren kritik faktörlerdendir (Güleryüz ve Sürücü, 2023).

Örgütsel sessizlik, çalışanların iş ortamındaki önemli konulara ilişkin bilgi, duygu ve düşüncelerini kasıtlı olarak paylaşmaktan kaçınmaları şeklinde tanımlanabilir. Bu durum, çalışanların iş ile ilgili kritik meselelerde görüşlerini ifade etmekten geri durmaları olarak açıklanır. Genellikle, olumsuz sonuçlarla karşılaşma korkusuyla düşüncelerini saklamak, sorunları yönetime aktarmaktan çekinmek ve değişim taleplerini bastırmak şeklinde ortaya çıkar. Örgütsel sessizlik, zamanla çalışanların iş tatmini ve bağlılığını azaltırken, aynı zamanda örgütün öğrenme kapasitesi ve gelişimini olumsuz yönde etkileyebilir. Yönetimin açık iletişim kültürünü desteklememesi, çalışanların görüşlerini rahatça paylaşabileceği güvenli ortamların bulunmaması ve geçmişte yaşanmış olumsuz deneyimler, bu sessizliğin başlıca sebeplerindendir (Macit ve Erdem, 2020).

Bu vaka çalışmasında, performansı tartışmaya açılan bir çalışanın yaşantısı üzerinden, sınırları net olmayan performans yönetimi uygulamaları ile etik sorunlar barındıran işten çıkarma süreçleri analiz edilecektir. İnceleme, yalnızca insan kaynakları pratikleri açısından değil; aynı zamanda çalışanların psikolojik durumu ve kurumsal etik çerçevesinde de değerlendirilecektir.

YÖNTEM

Bu vaka çalışması, araştırmacının aktif olarak görev yaptığı iş yerinde, doğrudan gözlemlediği ve uzun bir süreç boyunca tanıklık ettiği gerçek bir olaya dayanmaktadır. Olay, aynı kurumda görev yapan bir çalışma arkadaşının, insan kaynakları literatüründe "sessiz işten çıkarma (quiet firing)" olarak tanımlanan sürece maruz kalmasıyla ilgilidir. Araştırmacı, olayın tüm gelişimini iş yeri ortamı içinde yakından izlemiş, çalışanın maruz kaldığı davranışlar, yöneticilerin tutumları, kurum içi sosyal etkileşimler ve insan kaynakları süreçleri gibi unsurları doğrudan gözlemlemiştir.

Bu bağlamda araştırma, doğal ortamda yapılandırılmamış nitel gözlem yöntemine dayanmaktadır. Süreç boyunca araştırmacı, gözlemlediği duruma herhangi bir müdahalede bulunmadan, tamamen gözlemci konumunda kalmıştır. Gözlemler, belirli bir sistematik içinde not edilmiş; olayların tekrar eden örüntüleri, çalışan üzerindeki etkileri ve kurum içindeki yankıları göz önüne alınarak analiz edilmiştir. Bu gözlem, yalnızca bireysel tepkileri değil, aynı zamanda kurumsal düzeydeki iletişim biçimlerini, sessizlik mekanizmalarını ve yönetsel boşlukları da değerlendirme fırsatı sunmuştur.

Elde edilen gözlem verileri, betimleyici vaka analizi yöntemi kapsamında değerlendirilmiş, literatürde yer alan temel kavramlar olan performans yönetimi, psikolojik güvenlik, örgütsel sessizlik, etik liderlik ve çalışan bağlılığı temaları etrafında yapılandırılmıştır. Gözlem sırasında edinilen bilgiler, mevcut akademik kaynaklarla karşılaştırılarak yorumlanmış ve vaka, kuramsal çerçeve ile bütüncül biçimde ilişkilendirilmiştir. Bu sayede, yalnızca gözlemsel bulgulara değil, aynı zamanda bu bulguların arkasındaki sistematik süreçlere de ışık tutulmuştur.

Etik sorumluluk gereği, çalışmada yer alan kişi ve kurum isimleri değiştirilmiş, tanımlayıcı tüm bilgiler gizlenmiştir. Bu yaklaşım, hem ilgili kişilerin mahremiyetini korumak hem de gözlem yapılan kurumun güvenliğini sağlamak adına benimsenmiştir. Gözlem sürecinde herhangi bir ses kaydı, yazılı belge ya da birebir görüşme yapılmamış, tüm bilgiler araştırmacının doğrudan gözlem-

lerine ve profesyonel değerlendirmelerine dayandırılmıştır.

Sonuç olarak bu vaka çalışması, yalnızca teorik bilgilerin tekrarını yapmakla kalmamakta; aynı zamanda gerçek bir iş yaşamı deneyimi üzerinden, literatürde yer bulan kavramların pratikteki yansımalarını gözler önüne sermektedir. Bu yönüyle çalışma, insan kaynakları yönetimi alanında yaşanabilecek benzer süreçlerin anlaşılmasına, önleyici mekanizmaların geliştirilmesine ve etik yönetim uygulamalarının önemine dair değerli çıkarımlar sunmaktadır

KURAMSAL DEĞERLENDİRMELER

Vaka kapsamında işlenen olay örgüsü, liderlik davranış ve tutumları, insan kaynakları yönetimi, iletişim gibi kavramsal boyutlar açıklanmıştır. Bu bölüm, bu tarz yaşanabilecek olayların örgüsüne benzer durumlara ışık tutabilecek yönetsel yorumlar içermektedir.

Performans yönetim sistemlerinde şeffaf olunmaması durumunda çalışanlarda dışlanma hissi oluşturacaktır:

Vakanın olay örgüsünde X çalışanın görevlerinin eksiltilmesi, şeffaflıktan uzak bir sürece işaret etmektedir. Bu durum, çalışanın kendisini dışlanmış hissetmesine neden olacaktır.

Yöneticilerin yüz yüze iletişimden kaçınmaları, ikili ilişkilerin zedelenmesine neden olacaktır:

X çalışanın yöneticisi ile yüz yüze görüşmesi gereken bir durumda, görevlerinde azaltılma olması ve iletişimi koparma yoluna gidilmesi, çalışan tarafından işe bağlılık ve motivasyonunda kayıplara neden olacaktır.

Sessiz olan dışlama süreçleri, etik dışı bir yönetim yansıması olabilir:

X çalışana davranılan tutumlar, doğrudan işten çıkarılma kararının olmaması ile dolaylı yoldan işten uzaklaştırma sürecini işaret etmektedir. Bu durum literatürde "sessiz işten çıkarılma" tanımıyla karşımıza çıkmaktadır.

İnsan kaynakları yönetiminin olaylardaki tutumu etkisiz olması çalışan üzerinde çaresizlik hissi yaratır:

İnsan kaynakları yönetiminin yaklaşımı, X çalışanın sorunu kendi içinde benimsemesine yol açmıştır. Halbuki İK birimi, sadece süreci yöneten değil, aynı zamanda çalışanların sesi ve rehberi olma görevini de üstlenmelidir.

Performans yönetiminin yalnızca değerlendirme değil, gelişim planlamaları da içermelidir:

X çalışana herhangi bir gelişim planı sunulmamış; bu tutum ve davranış, çalışanlarda ilerleme isteği yerine dışlanmışlık hissi yaratır. Bu durum, performans yönetimi sisteminin amacından sapmasına yol açar.

Tablo 1. SWOT Analizi

GÜÇLÜ YÖNLER	**ZAYIF YÖNLER**
Köklü Kurumsal Yapı: XYZ Gıda A.Ş., uzun yıllardır sektörde faaliyet gösteren ve güçlü bir kurumsal hafızaya sahip bir işletmedir. Bu yapı, değişim süreçlerinin daha sağlıklı yönetilmesine olanak tanır.	**Geri Bildirim Kültürünün Eksikliği:** Çalışanlara düzenli, açık ve yapıcı geri bildirim verilmemesi, performans süreçlerinin subjektif ve belirsiz algılanmasına neden olmaktadır.
İK Biriminde Yenilenme Süreci: Yeni İnsan Kaynakları yöneticisinin performans sistemlerini gözden geçirme yaklaşımı, kurumun gelişime ve dönüşüme açık olduğunu göstermektedir.	**Yönetsel İletişim Zayıflığı:** Yöneticilerin çalışanlarla doğrudan iletişim kurmaktan kaçınması, kurumsal ilişkilerin zayıflamasına yol açmaktadır.
	Performans Kriterlerinin Şeffaf Olmaması: Çalışanlar hangi kriterlere göre değerlendirildiklerini bilmemekte; bu da sürecin adaletsiz olarak algılanmasına neden olmaktadır.
FIRSATLAR	**TEHDİTLER**
Etik Performans Yönetim Sistemleri Kurma Fırsatı: Kurum, yaşanan bu deneyimi değerlendirerek daha adil, açık ve gelişim odaklı sistemler kurabilir.	**Çalışan Güveninin Zedelenmesi:** Sessiz işten çıkarma gibi uygulamalar, çalışanlar arasında "Sıradaki ben miyim?" endişesine neden olabilir.
Yönetici Eğitim Programlarının Geliştirilmesi: Zor konuşmalar, geri bildirim verme ve empatik liderlik gibi konularda yöneticilere yönelik özel gelişim programları uygulanabilir.	**Mobbing İddiaları ve Hukuki Süreç Riski:** Açık iletişim ve kayıtlı performans süreçleri oluşturulmadığında, kurum hukuki açıdan kırılgan hale gelir.
Çalışan Destek Mekanizmalarının Kurulması: Kurum içi danışmanlık, psikolojik destek hattı ve kariyer rehberliği gibi birimler oluşturularak çalışan bağlılığı artırılabilir.	**İşveren Markasının Zedelenmesi:** Etik dışı uygulamalar iş gücü piyasasında olumsuz algıya yol açabilir ve nitelikli adaylar kurumdan uzaklaşabilir.

Sessiz işten çıkarma uygulamaları sadece bireysel düzeyde değil, kurumsal düzeyde de ciddi sonuçlar doğurmaktadır. Bu tür uygulamalar, kurum içinde güvensizlik ortamı oluşturarak çalışanlar arasında dedikodu, motivasyon kaybı ve içe kapanma gibi olumsuz dinamiklerin yayılmasına neden olabilir. Uzun vadede bu durum kurumsal kültürün zarar görmesine, işveren markasının zayıflamasına ve yüksek nitelikli çalışanların organizasyondan ayrılmasına yol açabilir. Ayrıca, verimlilik düşüşü, çalışan devrinin artması ve işe alım süreçlerinin maliyetinin yükselmesi gibi ekonomik etkiler de kaçınılmaz hale gelmektedir.

SONUÇ

Bu vaka incelemesi, iş dünyasında sadece kararların alınması değil, bu kararların uygulanış biçiminin de çalışanların deneyimleri üzerinde derin etkiler yaratabileceğini göstermektedir. XYZ Gıda A.Ş.'de X çalışanın maruz kaldığı süreç, performans yönetimi gibi görünmekle birlikte, aslında sessiz dışlama unsurları barındıran bir yönetim yaklaşımını ortaya koymaktadır. Performans sorunları gibi hassas meselelerin açık iletişim, şeffaf değerlendirme ve etik sorumluluk prensipleri doğrultusunda ele alınmaması, çalışanın kuruma olan bağlılığını zayıflatmış ve psikolojik güvenlik hissini yok etmiştir.

Yöneticilerin doğrudan geri bildirim vermekten kaçınarak dolaylı yollara başvurması, hem kurum içi iletişimde zayıflıklara yol açmakta hem de çalışanlar arasında belirsizlik ve stres yaratmaktadır. Bu durum, sadece X çalışanı değil, benzer durumdaki tüm çalışanlar için örgüt içinde önemli bir risk teşkil etmektedir.

Sessiz işten çıkarma, yöneticiler için kısa vadede "sorunsuz çözüm" gibi algılansa da, uzun dönemde iş gücü kaybı, motivasyonun azalması, işveren itibarının zedelenmesi ve hukuki sorunların doğma ihtimali gibi ciddi riskler barındırmaktadır. Bu sebeple, kurumlar performans yönetimi sistemlerini yalnızca bir değerlendirme aracı olarak değil, aynı zamanda gelişimi destekleyen stratejik yapılar olarak görmek zorundadır.

İnsan kaynakları departmanları, bu süreçte rehberlik edici, denetleyici ve koruyucu bir rol üstlenmelidir. Çalışanların duygusal ihtiyaçlarını önem veren, onların gelişimine katkı sunan, açık ve adil süreçlerle ilerleyen kurumlar, sürdürülebilir başarıyı yakalama konusunda çok daha avantajlı konuma gelirler.

Özetle, iletişimden kaçınan ve belirsizlik üzerine kurulu yönetim anlayışları, sadece çalışanları değil, zamanla kurumun tamamını zayıflatır. Bu yüzden, modern insan kaynakları yönetimi için etik değerler, empati ve hesap verebilirlik ilkelerini kurum kültürünün merkezine yerleştirmek hayati bir öneme sahiptir.

ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Bu bölümde sunulan çözüm önerileri, yaşanan problemleri ortadan kaldırmaya ve kurumda daha sağlıklı bir insan kaynakları yönetimi yapısı oluşturmaya yöneliktir. Çözümler; bireysel, yönetsel ve kurumsal düzeylerde planlanmıştır.

Şeffaf ve Ölçülebilir Performans Kriterleri Geliştirilmeli

Kurum Ne Yapmalı?

Performans kriterlerini net, ölçülebilir ve pozisyona göre farklılaştırılmış olarak belirlemeli, yılda en az iki kez performans değerlendirmesi zorunlu hale getirilmelidir.

İnsan Kaynakları Süreçlerinde Ne Değişmeli?

İK, SMART prensibine uygun performans kriterleri geliştirmeli ve dijital bir performans takip sistemi kurmalıdır. Değerlendirme sonuçları, çalışanlarla birebir görüşmelerle paylaşılmalı ve süreç kayıt altına alınmalıdır.

Geri Bildirim Süreçleri Belgelendirilmeli

Kurum Ne Yapmalı?

Yöneticiler, çalışanlara yılda en az iki kez yapılandırılmış geri bildirim toplantısı düzenlemelidir.

İnsan Kaynakları Süreçlerinde Ne Değişmeli?

İK, bu toplantılar için standart geri bildirim formları hazırlamalı ve tüm görüşmeleri belgelendirerek arşivlemelidir. Böylece takip ve gelişim sağlanabilir.

Bireysel Gelişim Planları Oluşturulmalı ve Uygulanmalı

Kurum Ne Yapmalı?

Performans düşüklüğü gözlenen çalışanlar için kişiye özel, maksimum 6 aylık gelişim planları hazırlanmalı ve uygulanmalıdır.

İnsan Kaynakları Süreçlerinde Ne Değişmeli?

İK, bu planların hazırlanması ve takibini yöneticilerle birlikte yapmalı; gelişim takibi için düzenli toplantılar organize etmelidir. Gelişim gösteren çalışanlar için ödüllendirme sistemi geliştirilmelidir.

Yönetici Eğitimleri Zorunlu Hale Getirilmeli

Kurum Ne Yapmalı?

Yönetici pozisyonundaki tüm çalışanlar için yılda en az bir kez etik liderlik ve birebir iletişim becerileri üzerine eğitim zorunlu olmalıdır.

İnsan Kaynakları Süreçlerinde Ne Değişmeli?

İK, bu eğitimlerin planlanması, yürütülmesi ve katılımın takip edilmesinden sorumlu olmalıdır.

İnsan Kaynakları Denetimleri Geliştirilmeli

Kurum Ne Yapmalı?

Geri bildirim sistemlerinin etkinliği üç ayda bir kurum çapında denetlenmeli ve etik dışı durumlarda hızlı önlemler alınmalıdır.

İnsan Kaynakları Süreçlerinde Ne Değişmeli?

İK, denetim süreçlerini organize etmeli, gelen geri bildirimleri analiz etmeli ve sonuçları üst yönetime raporlamalıdır.

Psikolojik Destek Mekanizmaları Geliştirilmeli

Kurum Ne Yapmalı?

Haftanın beş günü erişilebilir psikolojik danışmanlık hizmeti sağlanmalı, çalışanların gizlilik içinde bu hizmete erişimleri garanti altına alınmalıdır.

İnsan Kaynakları Süreçlerinde Ne Değişmeli?

İK, danışmanlık hizmeti sağlayıcıları ile koordinasyon sağlamalı ve çalışanların bilgilendirilmesini organize etmelidir.

Çalışanların Geri Bildirim Süreçlerine Katılımı Sağlanmalı

Kurum Ne Yapmalı?

Çalışanların öneri ve şikayetlerini iletebileceği fiziksel ve dijital geri bildirim kutuları yerleştirilmeli ve düzenli kontrol edilmelidir.

İnsan Kaynakları Süreçlerinde Ne Değişmeli?

İK, geri bildirim kutularını yönetmeli, toplanan geri bildirimleri analiz ederek çözüm önerileri geliştirmeli ve geri dönüş sağlamalıdır.

Sonuç olarak, bu vaka hem bir birey olarak hem de yönetimsel bakış açısıyla yeniden düşünmeye sevk etti. Her çalışanın işyerinde duyulmaya, görülmeye ve gelişmeye hakkı vardır. Organizasyonlar bunu sağlayamadığında, sadece bir çalışanın değil, tüm kurumsal yapının sağlığı bozulur. İleride yönetici konumunda çalışacak biri olarak bu vakadan çıkardığım en önemli ders, geri bildirimden kaçınmanın ya da sessiz kalmanın sorunu çözmek yerine daha da derinleştireceğidir. Empati, iletişim ve açıklık, geleceğin iş yaşamında vazgeçilmez ilkeler olmalıdır.

Kurumsal açıdan bakıldığında, sessiz işten çıkarma uygulamaları, sadece bireysel düzeyde iş gücü kaybına yol açmakla kalmamakta; aynı zamanda organizasyonun genel performansını da olumsuz etkilemektedir. Bu süreçler,

çalışan bağlılığını zayıflatmakta, kurum içi güveni sarsmakta ve şirketin dış itibarı üzerinde de olumsuz bir etki yaratmaktadır. Bu nedenle, insan kaynakları politikalarının, sadece birey değil kurum perspektifini de kapsayacak şekilde yeniden yapılandırılması gerekmektedir.

KAYNAKÇA

Anand, A., Doll, J., ve Ray, P. (2023). Drowning in silence: A scale development and validation of quiet quitting and quiet firing. International Journal of Organizational Analysis. https://doi.org/10.1108/IJOA-01-2023-3600

Atsan, M. (2025). Yöneticilerin sessiz işten çıkarma kavramının sebepleri ve etkilerine yönelik görüşlerinin mobbing bağlamında değerlendirilmesi: Bankacılık sektörü örneği. Abant Sosyal Bilimler Dergisi, 25(1), 173–187.

Avcı, N. (2023). Örgütsel sinizm, örgütsel sessizlik, işte sözde var olma ve sessiz istifa arasındaki ilişkiler: İstanbul Maltepe Belediyesi örneği. Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 14(39), 968-989.

Boz, D., Duran, C., Karayaman, S., ve Deniz, A. (2023). Sessiz istifa ölçeği. C. Duran (Ed.). Sessiz İstifa içinde (s.9-41). Konya: Eğitim Yayınevi. https://www.egitimyayinevi.com/u/egitimyayinevi/docs/k/a/kapakli-ekitap-sessiz-istifa-icerik-dosyasi-1693574865.pdf.

Güleryüz, İ., & Sürücü, L. (2023). Kapsayıcı Liderlik ve Proaktif Davranışlar: Psikolojik Güvenliğin Rolü. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 25(3), 1162-1181. https://doi.org/10.16953/deusosbil.1298211

Hatipoğlu, Z. (2020). Performans Yönetimi, Amaçlara Göre Yönetim Yaklaşımı ve Okr Sistemi. International Journal of Arts and Social Studies, 3(4), 1-16.

Karaca, H., Açıkel, A., & Ay, H. (2024). Yönetici asistanlarının dijital mobbing ve sessiz istifa deneyimlerinin incelenmesi. Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 15(44), 1299-1323. https://doi.org/10.21076/vizyoner.1492640

Kerse, G., Deniz, V., & Çakıcı, A.B. (2024). Sessiz istifa ölçeğinin Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin sınanması. Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 15(3), 749-762.

Macit, G., & Erdem, R. (2020). Örgütsel Sessizliğe Dair Kavramsal Bir İnceleme. Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18(2), 93-114. https://doi.org/10.18026/cbayarsos.539307

Şahin, Y. (2024). Örgütlerde sessiz istifanın bibliyometrik analizi. İzmir Yönetim Dergisi, 5(2), 153-165. https://doi.org/10.56203/iyd.1586267

Psk. Dilan SARIÇAM BENZER
Nişantaşı Üniversitesi
Yüksek Lisans Enstitüsü, Psikoloji
psk.dilansaricambenzer@hotmail.com

VAKA ADI:

PSİKOSOMATİK AĞRILAR İLE BİREYLERİN RUH SAĞLIĞI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ: KLİNİK GÖZLEM TEMELLİ BİR VAKA ANALİZİ

PROBLEM/VAKA TANIMI

Psikosomatik kelimesi incelendiğinde,'psike' kelimesi Yunanca kökenlidir ve 'ruh' anlamına gelir; 'soma' ise yine Yunanca kökenli olup 'beden' anlamını taşır. Psikosomatik hastalıklar ise, kişinin çeşitli bedensel şikayetler yaşamasına rağmen yapılan tıbbi muayenelerde herhangi bir fizyolojik ya da organik nedenin bulunamaması durumudur. Bu tür rahatsızlıkların, fiziksel belirtilere rağmen psikolojik kökenli olduğu düşünülmektedir.

Zihin ve beden birbirinden ayrı düşünülemez bir bütün olarak değerlendirilmelidir. Genel olarak bedenin insanın tüm bilişsel süreçlerinde yeri ve en temelde de bedensiz düşünmenin ya da bedensiz olmanın olanaklı olmayacağını iddia eden bir teori vardır (Aydın,2020). Zihin beden ilişkisini değerlendirirken hem tıp biliminden hem de psikoloji biliminden yararlanmamız gerekir. Bireyler fiziksel bulgular yaşamasına rağmen yapılan tıbbi testler ile bir sonuç elde edilememektedir. Ancak bu durum, bireylerin yaşadığı semptomların gerçekliği değiştirmez. Etkisini azaltmaz aksine, psikolojik kökenli olması bireylerin günlük yaşam kalitesini ve yaşamlarını sürdürme becerisini önemli ölçüde olumsuz yönde etkileyebilir. Kronik ağrı hastalarının kontrol edilemeyen ağrıları bu hastaların iyilik hallerinde ve özgüvenlerinde olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Goubert, Crombez, & Damme, 2004).

Psikosomatik belirtiler, çoğunlukla stres, kaygı, bastırılmış duygular, travmalar ve çözülmemiş içsel çatışmalar gibi psikolojik faktörlerle ilişkili olmaktadır. Bu belirtiler baş ağrısından mide sorunlarına, kas ağrılarından cilt hastalıklarına vücudun belirli noktalarında uyuşma, sıcaklık hissi olarak adlandırılabilir. Psikosomatik belirtiler geniş bir yelpazede kendini gösterebilir.

Anahtar Kelimeler: Psikosomatik, Anksiyete, BDT, Vaka Analizi, Somatizasyon, Ruh Sağlığı Tematik Analiz, Sanat Terapisi

TARAFLAR VE AKTÖRLER

Danışan: 38 yaşında, evli ve iki çocuk annesi bir kadındır. Başvuru nedeni son bir yılda artan bedensel şikâyetlerdir. Danışan, görüşmelerin merkezinde yer almakta ve sürece aktif katılım göstermektedir.

Psikolojik Danışman: Danışanın başvurduğu danışma merkezinde görev yapan uzmandır. Görüşmeleri yürütmüş, ilk değerlendirme sürecini gerçekleştirmiş ve gerekli psikolojik ölçme araçlarını (BAÖ, BDÖ) uygulamıştır.

Tıbbi Uzmanlar: Danışan, fiziksel şikâyetleri nedeniyle daha önce çeşitli hekimlere (nöroloji, dahiliye vb.) başvurmuş, ancak somatik bir neden saptanmamıştır. Bu uzmanlar tanısal sürecin önemli aktörleri olarak değerlendirilmiştir.

Aile Üyeleri: Danışanın yaşam öyküsünde ve duygusal süreçlerinde eşi ve çocukları önemli yer tutmaktadır. Danışanın aile dinamikleri tek tek ele alınmıştır. Görüşmelerde danışanın aile ilişkileri, destek kaynakları ve stres faktörleri incelenmiştir.

Danışmanın Çalıştığı Kurum: Süreci barındıran psikolojik danışma merkezi, görüşmelerin gerçekleştiği fiziksel ve profesyonel ortamı sağlamıştır.

ÖZET

Bu vaka çalışması, psikosomatik belirtilerle başvuran 38 yaşındaki kadın bir danışanın klinik değerlendirme ve müdahale sürecini içermektedir. Danışan, bel bölgesi başta olmak üzere sırt ve boyun ağrıları, uyuşmalar, baş dönmesi, mide rahatsızlıkları, karıncalanma ve zaman zaman kalp çarpıntısı gibi çeşitli bedensel şikâyetlerle 2024 yılı Eylül ayında Kocaeli ilinde bulunan bir psikolojik danışma merkezine başvurmuştur. Yapılan tıbbi incelemelerde bu semptomları

açıklayacak organik bir neden bulunamamıştır. İlk değerlendirme aşamasında uygulanan Beck Anksiyete Ölçeğinden (BAÖ) alınan 31 puan şiddetli düzeyde anksiyeteyi işaret ederken, Beck Depresyon Ölçeğinden (BDÖ) alınan 10 puan minimal düzeyde depresyona işaret etmektedir. Bu bulgular ışığında, danışanın yaşadığı bedensel şikâyetlerin psikolojik kökenli yoğun anksiyete ile ilişkili olduğu değerlendirilmiştir. Müdahale süreci boyunca danışana Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT), progresif kas gevşeme egzersizi ve sanat terapisi teknikleri uygulanmıştır. Süreç sonunda, danışanın anksiyete düzeyinde azalma olduğu, semptomlarını yönetme becerisinin geliştiği ve yaşam kalitesinin arttığı gözlemlenmiştir. Bu çalışma, psikosomatik yakınmaların altında yatan psikolojik faktörlerin önemini vurgulamakta ve benzer vakaların multidisipliner değerlendirme ve müdahale yaklaşımıyla ele alınması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Bu çalışma, nitel vaka analizi ile yürütülmüş olup, amaçlı örnekleme yoluyla seçilen psikosomatik belirtiler gösteren bir danışanın deneyimlerinden yola çıkarak yürütülmüştür. Tek bir vakanın detaylı incelendiği bu analiz, genelleme değil, bireysel deneyimlerin derinlemesine anlaşılmasını hedeflemektedir. Bu yönüyle çalışma, psikosomatik semptomların psikolojik boyutlarının klinik pratikte nasıl değerlendirilebileceğine dair özgün bir vaka örneği sunmaktadır.

GİRİŞ

Somatik belirtilerle başvuran bireylerde, altta yatan psikolojik dinamiklerin sıklıkla göz ardı edilmesi, tanı ve tedavi süreçlerinde gecikmelere ve gereksiz tıbbi müdahalelere yol açmaktadır. Somatizasyon, duygusal çatışma ve psikolojik stresin bedensel belirtiler şeklinde ortaya çıkması olarak tanımlanmakta olup, bireyin iç dünyasındaki duygusal gerilimi bedensel semptomlar aracılığıyla ifade etme şeklidir (Lipowski, 1988; Kroenke, 2003). Bu duruma genellikle stres, travmatik yaşantılar ve bastırılmış duygular neden olmaktadır. Psikosomatik belirtilerin değerlendirilmesinde ve tedavisinde multidisipliner yaklaşımların benimsenmesi, psikolojik destek süreçlerinin etkinliği açısından önemlidir.

Günümüzde yapılan çalışmalar, beden ve zihnin ayrılamaz bir bütünlük içinde işlediğini ve bireylerin yaşadığı bedensel semptomların büyük oranda psikolojik etkenlerden kaynaklandığını vurgulamaktadır (Aydın, 2020). Bu bağlamda, anksiyete bozukluklarının fizyolojik belirtiler üzerindeki etkilerinin anlaşılması ve bu belirtilerin psikolojik boyutlarının değerlendirilmesi, danışanların yaşam kalitesini artırmak açısından kritik öneme sahiptir (Barlow,

2002). Özellikle fiziksel muayenelerde herhangi bir biyolojik nedenin bulunamaması, bireyleri sıklıkla çaresizlik duygusuyla karşı karşıya bırakmakta, semptomlarını daha da pekiştiren bir kısır döngüye sürüklemektedir (Barsky & Borus, 1999).

Bu çalışma, bedensel yakınmalarla psikolojik danışma merkezine başvuran bir danışanın klinik değerlendirme ve müdahale sürecini detaylı olarak ele almaktadır. Vaka analizi yöntemiyle yürütülen çalışma, psikosomatik belirtiler yaşayan bireylerde altta yatan psikolojik süreçlerin önemini vurgulamak ve bu süreçlerin değerlendirme ve müdahale açısından ele alınması gereken noktalarını belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu yönüyle çalışma, klinik psikoloji uygulamalarına yönelik kuramsal ve pratik çıkarımlar sunmayı hedeflemektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma, nitel araştırma modellerinden biri olan vaka analizi yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Vaka analizi yöntemi, bireyin deneyimlerini ve psikolojik süreçlerini derinlemesine ve bütüncül olarak anlamaya yönelik bir araştırma tekniğidir. Vaka analizinde amaç, bireyin yaşadığı sorunların çok boyutlu olarak incelenmesi, psikolojik müdahale süreçlerinin ayrıntılı biçimde aktarılması ve elde edilen bulguların kuramsal bir çerçeveye yerleştirilmesidir.

Bilimsel Yaklaşım ve Kuramsal Temel

Çalışma, yorumlayıcı paradigma çerçevesinde yürütülmüştür. Yorumlayıcı paradigma, bireylerin iç dünyalarını, yaşadıkları deneyimlerin anlamlarını ve psikolojik süreçlerini anlamlandırmaya yönelik bir yaklaşımdır. Bu paradigmada gerçeklik, bireylerin sübjektif deneyimleri ve anlamlandırmaları aracılığıyla inşa edilir ve yorumlanır. Araştırmacı, danışanın psikolojik deneyimlerini anlamak için fenomenolojik ve hermenötik bir bakış açısıyla hareket ederek, danışanın ifade ettiği anlamları analiz etmiştir.

Çalışmanın kuramsal temelini, Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) modeli oluşturmuştur. BDT'nin temel varsayımlarına göre bireyin yaşadığı sorunlar, büyük oranda bilişsel çarpıtmalar, otomatik düşünceler ve işlevsiz inanışlardan kaynaklanır. Bu çalışmada danışanın duyguları, düşünceleri ve davranışları, BDT modeline göre değerlendirilmiştir.

Veri Toplama Süreci

Veriler, Eylül 2024 itibariyle Kocaeli ilinde bir psikolojik danışma merkezinde gerçekleştirilen bireysel terapi seansları aracılığıyla toplanmıştır. Verilerin toplanmasında şu yöntemler kullanılmıştır:

- **Klinik Görüşmeler:** Danışanla yapılan yarı yapılandırılmış bireysel görüşmelerden oluşmaktadır. Her seans ortalama 50 dakika sürmüş, toplamda 9 seans gerçekleştirilmiştir.
- **Psikolojik Ölçekler:** Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) ve Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) kullanılarak danışanın psikolojik durumunun sayısal olarak değerlendirilmesi sağlanmıştır.
- **Seans Notları ve Gözlemler:** Danışanın duygusal tepkileri, beden dili ve davranışsal ifadeleri her seans sonrasında sistematik olarak kaydedilmiştir.
- **Danışan Günlükleri:** Danışanın süreç içinde tuttuğu Ağrı-Yorgunluk Günlüğü ve Duygu Günlüğü gibi materyaller de analiz sürecine dâhil edilmiştir.

Veri Analizi Süreci: Tematik Analiz

Veriler, Braun ve Clarke'ın (2006) önerdiği adımlar doğrultusunda tematik analiz yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. Bu süreç şu adımlardan oluşmaktadır:

Verilere Aşina Olma: Seans notları ve diğer yazılı materyaller tekrar tekrar okunarak veri seti üzerinde bütüncül bir anlayış geliştirilmiştir.

İlk Kodların Üretilmesi: Danışanın ifadeleri ve klinik gözlemler, anlamlı veri birimlerine ayrılarak kodlanmıştır. Kodlama işlemi iki farklı araştırmacı tarafından bağımsız şekilde gerçekleştirilmiş, tutarlılık ve güvenirlik sağlanmıştır.

Temaların Belirlenmesi: Kodlanan veriler ortak anlamları ve örüntüleri çerçevesinde gruplandırılarak, danışanın deneyimlerini en iyi şekilde yansıtan temalar oluşturulmuştur.

Temaların Gözden Geçirilmesi: Oluşturulan temalar, verinin tamamıyla karşılaştırılarak anlam tutarlılığı ve bütünlüğü açısından tekrar gözden geçirilmiştir.

Temaların Tanımlanması ve İsimlendirilmesi: Her tema detaylı biçimde açıklanmış, alt temalarla ilişkilendirilmiş ve net tanımlar verilmiştir.

Raporlama: Analiz sonuçları, akademik yazım standartlarına uygun bir biçimde raporlanmış ve bulgular tartışma bölümünde literatürle ilişkilendirilerek

sunulmuştur.

Geçerlik ve Güvenirlik

Çalışmanın nitel geçerliği için veri çeşitlemesi (klinik gözlem, ölçekler, danışan günlükleri gibi) kullanılmıştır. Güvenirliği sağlamak amacıyla araştırmacılar arası karşılaştırma yapılarak kodlama sürecindeki tutarlılık kontrol edilmiştir. Ayrıca danışandan elde edilen bulguların yorumlanmasına yönelik geri bildirim alınarak, elde edilen sonuçların doğruluğu danışanla birlikte değerlendirilmiştir.

Etik İlkeler

Danışan, çalışma hakkında bilgilendirilmiş ve yazılı onam formu aracılığıyla katılım gönüllülüğü sağlanmıştır. Çalışmada anonimlik ve gizlilik ilkelerine sıkı sıkıya bağlı kalınmış; danışana dair tüm kişisel bilgiler anonimleştirilmiş ve veri gizliliği sağlanmıştır.

SOMATİK BELİRTİ BOZUKLUĞU TANI ÖLÇÜTLERİ

A. Bir veya daha fazla somatik belirti bulunmalı ve bu belirtiler rahatsız edici olmalı veya günlük yaşamda önemli bir bozulmaya yol açmalıdır.

B. Somatik belirtiler veya sağlıkla ilgili endişelerle ilgili aşırı düşünceler, duygular ve/veya davranışlar aşağıdakilerden en az birini içermelidir:- Belirtilerin ciddiyeti hakkında orantısız ve sürekli düşünceler. Sağlık veya belirtiler hakkında sürekli yüksek düzeyde endişe.Bu belirtiler veya sağlık endişeleri için aşırı zaman ve enerji harcama.

C. Herhangi bir somatik belirti sürekli olarak mevcut olmayabilir, ancak semptomatik olma durumu sürekli olmalı ve genellikle 6 aydan uzun sürmelidir.

Bu tanı ölçütleri, DSM-5'te "Somatic Symptom and Related Disorders" başlığı altında yer almaktadır. DSM-5'e göre, somatik belirtiler ile psikopatoloji arasındaki ilişki bir spektrum boyunca uzanır ve somatik belirtilerin tıbbi olarak açıklanamamış olması tanı için gerekli değildir (American Psychiatric Association, 2013).

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Evren:

Bu çalışmanın evrenini, psikosomatik belirtiler gösteren ve psikolojik des-

tek sürecine dahil olmuş yetişkin bireyler oluşturmaktadır.

Örneklem:

Araştırmanın örneklemi, bu evren içerisinden amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilen bir yetişkin danışandan oluşmaktadır. Katılımcı, 38 yaşında, evli, iki çocuk annesi, üniversite mezunu bir kadındır. Psikolojik destek almak amacıyla başvurmuş; başvuru şikâyetleri arasında sırt ve boyun ağrıları, baş dönmeleri ve mide rahatsızlıkları bel bölgesinde yoğun ağrılar ve zaman zaman uyuşmalar, karıncalanmalar vardır. Tıbbi değerlendirmelerde belirgin bir fiziksel neden saptanmamıştır. (Detaylı bir muayeneden geçmiştir.)

Katılımcı, çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul etmiş ve yazılı onam formunu imzalamıştır. Veriler; klinik gözlem, görüşmeler ve seans notları üzerinden toplanacak, anonimlik ve gizlilik esasları çerçevesinde analiz edilecektir.

Danışanın DSM-5 kriterlerine göre psikosomatik belirtileri yoğundur. Danışan öncesinde doktor kontrolünden defalarca geçmiş ve kendi isteği ve diğer hekimlerin önerisi ile psikolojik destek almaya karar vermiştir.

Beck Depresyon Ölçeği

Beck (1961) tarafından geliştirilen ve bireylerin depresyon düzeyini ölçmek için kullanılan bu ölçek 4'lü likert tipi bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Hisli (1989) tarafından yapılmıştır ve Cronbach alfa katsayısı 0,80 olarak tespit edilmiştir.

Beck Anksiyete Ölçeği

Kişilerin kaygı düzeyini ölçmek amacıyla kullanılan ve 0-3 arasında puanlandırılan toplam 21 maddeden oluşan ölçek Beck ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasını Ulusoy ve arkadaşları (1998) yapmıştır. Psikiyatrik tedavi gören hastalar üzerinde yapılan araştırmada Beck Anksiyete Ölçeğinin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.93 bulunmuştur.

Süreçte BDT (Bilişsel Davranışçı Terapinin) temel prensipleri olan duygu-düşünce-beden bağlantısı, kişilerarası ilişkilerdeki örüntüler ve terapötik ittifak merkeze alınmıştır.

Bulgular ve Seans Notları

Bulguların Genel Değerlendirilmesi

Yapılan psikolojik değerlendirmeler sonucunda danışanın Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) puanı 31, Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) puanı ise 10 olarak ölçülmüştür. BAÖ sonucu, şiddetli düzeyde anksiyeteye işaret ederken, BDÖ puanı minimal depresyon düzeyini göstermektedir. Bu bulgular, danışanın yaşadığı bedensel şikâyetlerin büyük ölçüde anksiyeteye bağlı olduğunu ortaya koymaktadır.

Danışanın ağrı ve semptomlarının, özellikle babasının vefatından sonra yoğunlaşması, yaşadığı yas sürecinin bedensel belirtiler üzerinden ifade edilme biçimi olarak değerlendirilmiştir.

SEANSLARIN SİSTEMATİK DEĞERLENDİRMESİ VE KULLANILAN TEKNİKLER

1. Seans: İlk Değerlendirme ve Yapılandırma

İlk seans, danışanın kapsamlı yaşam öyküsünün alınması ve bedensel semptomların başlangıç öyküsünün detaylandırılmasıyla başlamıştır. Danışanın aile ilişkileri değerlendirilmiş, anne ve baba figürlerinin danışan üzerindeki etkileri ve özellikle babanın vefatının ardından semptomların artışı incelenmiştir. Bu seansta Beck ölçekleri uygulanmış, danışanın günlük semptomlarını gözlemleyebilmesi için «Ağrı-Yorgunluk Günlüğü» verilmiştir.

2. Seans: Psikoeğitim ve Semptom Haritalama

İkinci seansta somatik yakınmaların detaylı bir öyküsü alınmış, bu semptomların duygusal tetikleyicileri hakkında danışanla görüşülmüştür. Duygularını net ifade etmekte zorlanan danışana, «Duygu Günlüğü» tutma görevi verilmiştir. Ayrıca danışana anksiyete ve somatik yakınmalarla ilgili psikoeğitim verilmiş, nefes egzersizleri öğretilmiştir.

3. Seans: Bilişsel Yeniden Yapılandırma

Üçüncü seansta danışanın yaşadığı bilişsel çarpıtmalar tespit edilmiştir. Özellikle «felaketleştirme,» «seçici soyutlama,» «zihin okuma» ve «geleceği okuma» gibi bilişsel çarpıtmalar üzerinde durulmuştur. Bu çarpıtmalar için alternatif düşünceler üretilmiş ve kanıt inceleme tekniği kullanılarak bu düşüncelerin gerçeklik derecesi sorgulanmıştır.

4. Seans: Progresif Kas Gevşeme ve Beden Taraması

Dördüncü seansta danışana progresif kas gevşeme tekniği öğretilmiş ve uygulanmıştır. Bu egzersizin temel prensibi, danışanın kas gruplarını bilinçli bir şekilde kasıp gevşeterek bedensel duyumları fark etmesi ve bedensel farkındalığını artırmasıdır. Ayrıca beden tarama egzersizi ile danışanın bedeni ve duyguları arasındaki bağlantıyı kurması sağlanmıştır.

5-6. Seanslar: Sanat Terapisi ve Beden Diyalog Çalışmaları

Bu seanslarda sanat terapisi teknikleri kullanılmıştır. Danışandan bedeninin sembolik bir temsili olan beden haritasını çizmesi ve ağrı bölgelerini görsel olarak ifade etmesi istenmiştir. Ayrıca "beden ile diyalog" çalışması uygulanmıştır. Bu çalışma, danışanın bedensel semptomları aracılığıyla iç dünyasındaki duygularla diyalog kurmasına ve duygusal içgörüsünün artmasına katkı sağlamıştır. Çalışmanın içeriği etik gizlilik sebebiyle detaylıca paylaşılmamıştır.

7. Seans: Ağrıyla Baş Etme Stratejileri ve Alternatif Yöntemler

Yedinci seansta, danışanın ağrı deneyimini yönetmesine yardımcı olacak stratejiler ele alınmıştır. Danışanla bedensel belirtileri tetikleyen durumları belirleyip, bu durumlarla başa çıkma yöntemleri geliştirilmiştir. Ayrıca, beden odaklı gevşeme tekniklerinin devamlılığı ve düzenli egzersizler (örneğin yoga gibi) önerilmiştir.

8. Seans: Uygulama ve Değerlendirme

Bu seansta, önceki seanslarda öğrenilen stratejilerin danışanın günlük yaşamında uygulanması değerlendirilmiştir. Danışan, bedeniyle yaptığı diyalog çalışmalarının ve gevşeme egzersizlerinin semptomları hafiflettiğini belirtmiştir. Ayrıca düzenli yoga çalışmalarına başlamış ve bu sürecin faydalı olduğunu ifade etmiştir.

9. Seans: Son Değerlendirme ve Ölçeklerin Tekrarı

Son seansta, Beck Anksiyete ve Depresyon ölçekleri tekrar uygulanarak danışanın süreç boyunca kaydettiği ilerleme değerlendirilmiştir. Ölçek sonuçlarında olumlu yönde anlamlı değişimler gözlenmiştir. Danışanın seanslardan edindiği kazanımlar gözden geçirilmiş ve gelecekte gerekli durumlarda destek planlanabileceği konusu gündeme getirilmiştir.

Görsel Materyallerin Durumu

Danışanın yaptığı beden haritası çalışması ve "beden ile diyalog" çalışmasının içeriği etik ilkeler ve danışanın mahremiyeti nedeniyle paylaşılmamıştır.

ANALİZ VE TARTIŞMA

Analiz

Bu vaka çalışmasında elde edilen veriler tematik analiz yöntemiyle değerlendirilmiş ve ortaya çıkan temalar aşağıdaki gibi belirlenmiştir:

Bedensel Semptomların Psikolojik Kökenleri:

Danışanın ifade ettiği bedensel semptomların (bel ağrısı, uyuşmalar, baş dönmesi, mide rahatsızlıkları gibi) psikolojik kökenli olduğu, özellikle yoğun anksiyete ve çözümlenememiş yas süreci ile bağlantılı olduğu anlaşılmıştır. Semptomların, babanın vefatıyla ilişkili duygusal yüklerin bastırılması sonucu arttığı belirlenmiştir.

Bilişsel Çarpıtmalar ve Otomatik Düşünceler:

Danışanın "felaketleştirme," "seçici soyutlama," "zihin okuma" ve "geleceği okuma" gibi bilişsel çarpıtmalara sahip olduğu, bu çarpıtmaların semptomların ortaya çıkmasında ve sürdürülmesinde önemli bir rol oynadığı analiz edilmiştir. Müdahale sürecinde, bu bilişsel yapıların yeniden çerçevelenmesiyle birlikte semptomlarda iyileşme gözlemlenmiştir.

Bedensel Farkındalık ve Duygusal İfade:

Progresif kas gevşeme, beden tarama egzersizi ve sanat terapisi gibi tekniklerle, danışanın bedensel farkındalığının arttığı ve bastırılan duygularla temas kurduğu gözlemlenmiştir. Özellikle sanat terapisi tekniklerinin kullanılması, danışanın iç dünyasına yönelik farkındalık kazanmasında belirleyici olmuştur.

Tedavi Sürecinde Danışanın İlerlemesi:

Danışanın süreç boyunca ağrı ve semptomları yönetme becerisinde belirgin bir gelişim kaydedilmiştir. Müdahaleler sonrası tekrar uygulanan Beck Anksiyete ve Depresyon ölçeklerinde puanların düştüğü, danışanın günlük işlevselliğinin ve yaşam kalitesinin arttığı belirlenmiştir.

TARTIŞMA

Araştırma sürecinde etik ilkelere riayet edilmiştir. Çalışma için İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'na başvurulmuş ve gerekli etik onay süreci tamamlanmıştır. Katılımcıdan gönüllülük esasına dayalı olarak bilgilendirilmiş onam formu alınmış, kimliği ve kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı, elde edilen verilerin sadece bu araştırma kapsamında bilimsel

amaçlarla kullanılacağı taahhüt edilmiştir.

Çalışmada elde edilen bulgular, psikosomatik belirtilerin psikolojik etkenlerle yakından ilişkili olduğunu vurgulayan literatürle paralellik göstermektedir. Somatizasyonun, duygusal gerilimlerin ve bastırılan çatışmaların bedensel semptomlar olarak ortaya çıkması olduğu görüşü (Kroenke, 2003; Lipowski, 1988), danışanın yaşadığı semptomların değerlendirilmesiyle tutarlıdır. Danışanın bedensel belirtilerinin tıbbi olarak açıklanamaması, Barsky ve Borus›un (1999) tanımladığı «medikal dolaşım» (medical shopping) kavramıyla da örtüşmektedir.

Danışanın bedensel semptomları nedeniyle çeşitli tıbbi branşlardan yardım almasına rağmen herhangi bir biyolojik nedenin bulunamaması, literatürde "medikal dolaşım" (medical shopping) olarak adlandırılan kavramla örtüşmektedir. Barsky ve Borus (1999), somatizasyon bozukluğu yaşayan hastaların sıkça doktor değiştirdiğini ve tıbbi kaynakları aşırı kullandığını ifade etmektedirler. Benzer şekilde Ferrari ve ark. (2008), psikosomatik belirtiler yaşayan bireylerin yoğun sağlık hizmeti kullanımı nedeniyle ekonomik ve sosyal işlev kaybına maruz kaldığını belirtmektedir.

Danışanın şiddetli düzeyde anksiyete yaşadığı ve buna bağlı olarak bedensel semptomlarının arttığı tespit edilmiştir. Bu bulgu, Barlow'un (2002) anksiyete bozukluklarında sıklıkla görülen kas gerginliği, mide rahatsızlıkları, kalp çarpıntısı gibi fizyolojik belirtilerin, psikolojik anksiyete semptomlarıyla yakından ilişkili olduğu görüşüyle tutarlıdır. Ayrıca Goubert, Crombez ve Van Damme (2004), kronik ağrısı olan hastalarda yüksek anksiyete ve felaketleştirme eğiliminin, semptomları kötüleştiren önemli faktörler olduğunu belirtmektedir.

Danışanda belirlenen bilişsel çarpıtmalar (felaketleştirme, seçici soyutlama, zihin okuma ve geleceği okuma) ile psikosomatik semptomların sürdürülmesi arasındaki ilişki, Beck ve Freeman'ın (1990) Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) modelindeki bilişsel yapıların semptom oluşumu ve sürdürülmesindeki kritik rolüne dair bulgularla tutarlıdır. Fair (1986), özellikle anksiyete yaşayan bireylerde otomatik düşüncelerin ve bilişsel çarpıtmaların, belirtilerin şiddetini ve sürekliliğini artırdığını vurgulamaktadır.

Danışanın semptomlarının artışının babasının vefatına denk gelmesi, literatürde sıklıkla vurgulanan psikolojik travma ve yas süreçlerinin somatik belirtilere dönüşümüne dair önemli bir kanıt olarak değerlendirilebilir (Ferrari ve ark., 2008). Bilişsel çarpıtmaların semptomları sürdürmedeki etkisi ise, Beck ve Freeman'ın (1990) bilişsel davranışçı terapi kuramlarıyla uyumludur. Müdahale sürecinde danışanın bilişsel çarpıtmalarının düzeltilmesiyle birlikte yaşa-

dığı semptomların azalması, BDT yaklaşımının psikosomatik belirtilerde etkin olduğunu göstermektedir.

Danışanın babasının vefatının ardından bedensel semptomlarında belirgin bir artış olması, literatürde yas ve travma süreçlerinin somatik belirtilere dönüştüğünü savunan görüşlerle paraleldir. Koptagel-İlal (2000), erken dönem yaşantılarında meydana gelen travmatik olayların ve ilişkisel kayıpların, uzun vadede bedensel belirtiler olarak ortaya çıkabileceğini ve psikodinamik açıdan savunma mekanizmaları (örneğin bastırma ve yer değiştirme) aracılığıyla ifade edildiğini belirtmektedir.

Progresif gevşeme ve sanat terapisi tekniklerinin etkinliği, ilgili literatürde sıklıkla dile getirilen beden-zihin bütünlüğü ve beden farkındalığının artırılması yönündeki çalışmalarla da desteklenmektedir (Jacobson, 1938; Demir, 2023). Özellikle sanat terapisi aracılığıyla duygusal içgörünün kazanılması, bedensel belirtilerin duygusal kökenlerinin anlaşılması açısından önemli bulunmuştur.

Danışanın süreçte uygulanan progresif kas gevşeme ve sanat terapisi gibi tekniklerle semptomlarda iyileşme yaşaması, literatürde bedensel farkındalık ve duygu regülasyonu artırıcı müdahalelerin etkinliği ile ilgili bulgularla örtüşmektedir. Jacobson (1938) tarafından geliştirilen progresif gevşeme egzersizlerinin anksiyete düzeyini düşürdüğü, fiziksel rahatlama sağladığı; Demir (2023) tarafından belirtilen sanat terapisi tekniklerinin ise duygusal içgörü ve bedensel duyumlarla temas kurmayı kolaylaştırdığı yönündeki bulgular bu vakadaki gözlemlerle uyumludur.

Bu çalışma, psikosomatik belirtilerin yalnızca psikolojik değil, sosyal ve kültürel bağlamda da ele alınması gerektiği tezini desteklemektedir. Literatürde, bastırılan duyguların bedensel ifadeye dönüşmesinin özellikle geleneksel kültürlerde daha yaygın olduğuna dair görüşler bulunmaktadır (Kirmayer & Young, 1998). Danışanın yaşadığı belirtiler ve müdahale süreci, bu görüşü doğrulayan örnekler sunmaktadır.

Danışanın bastırılmış duygularının bedensel belirtiler olarak ortaya çıkması, kültürel bağlamda duygusal ifadeye yönelik kısıtlamalarla ilişkili bulunmuştur. Bu bulgu, Kirmayer ve Young'ın (1998) duygusal ifadelerin kültürel olarak bastırıldığı toplumlarda somatizasyonun daha sık görüldüğünü belirten çalışmalarına paraleldir. Bu bağlamda, danışanın içinde bulunduğu toplumsal yapıda duyguların doğrudan ifade edilmemesinin, somatizasyon sürecinde tetikleyici bir rol oynadığı düşünülmektedir.

Vaka çalışmasının ortaya koyduğu bulgular, psikosomatik belirtilerin değerlendirilmesi ve tedavi sürecinde multidisipliner yaklaşımların önemini gös-

termektedir. Stoudemire ve Hales (1997), psikosomatik belirtileri olan hastalarda sadece tıbbi müdahalelerin yeterli olmadığını, bu belirtilerin psikolojik değerlendirmelerle birleştirilerek ele alınmasının gerekliliğini vurgulamaktadır. Ayrıca Lieb, Meinlschmidt ve Araya (2002) da psikosomatik bozuklukların tedavisinde psikolojik ve sosyal bileşenlerin birlikte ele alınmasının zorunlu olduğunun altını çizmektedir.

Sonuç olarak, vaka bulguları ve literatür karşılaştırmaları, psikosomatik belirtilerin bütüncül bir değerlendirme ve müdahale gerektirdiğini ortaya koymaktadır. Psikosomatik semptomların altında yatan psikolojik dinamiklerin anlaşılması ve bu belirtilere yönelik psikoterapötik müdahalelerin yaygınlaştırılması gerektiği önerilmektedir.

Verilerin Anonimleştirilmesi ve Analiz İçin Hazırlanması

Danışanın adı yerine çalışma boyunca danışan diye hitap edilecektir. Belgeler ve seans notları hiçbir kişisel bilgi içermeyecektir.

Veriler, yoğun psikosomatik belirtileri olan bireyin birçok doktor kontrolü ve tıbbi müdahaleler sonucunda fizyolojik bir probleme rastlanmayınca psikolojik sürecin değerlendirilmesine karar verilmiştir. Detaylı yaşam öyküsü değerlendirilmesi, yapılan ölçeklerin değerlendirilmesi ve bireyin yakınmalar ile toplanmıştır. Danışan ile yapılan bireysel terapötik görüşmeler, klinik gözlemler ve seans notları kullanılmıştır.

Somatizasyonda Mizaç ve Karakter Örüntüsü

Psikosomatik hastalıklar, tıbbın tüm branşlarında hekimleri en fazla zorlayan, yoğun tıbbi kaynak kullanımına neden olarak ekonomik kayıplara yol açan ve mesleki ile sosyal işlev kaybına sebep olan önemli bir hastalık grubudur (Ferrari, Galeazzi, Mackinnon, & Rigatelli, 2008). Psikosomatik hastalıkların etiyolojisi çok faktörlü bir yapı arz etmektedir. Özellikle ruhsal yatkınlık bağlamında, erken çocukluk döneminde yaşanan gelişimsel bozuklukların belirleyici bir rol oynadığı ileri sürülmektedir. Bireyleşme sürecinde ve nesne ilişkilerinde meydana gelen aksaklıkların, kişilik yapılanmasında bazı patolojik değişimlere zemin hazırladığı görülmektedir. Bu çerçevede, psikosomatik örüntülerde sıklıkla nevrotik düzeyde savunma mekanizmalarının kullanıldığı psikodinamik bir yapı dikkat çekmektedir (Koptagel-İlal,2000).

Biyolojik kuramlara göre psikosomatik bozukluklar

Psikosomatik bozukluklar Oltmanns ve arkadaşları (2003) tarafından bedensel zayıflık kuramı, evrim kuramı ve özgül tepki kuramlarını kapsayan biyolojik kuramlar ile açıklanmaktadır. Bedensel zayıflık kuramına göre genetik nedenler, hastalıktan zayıf düşmek ya da yetersiz bir beslenme hali kişiyi stresin ortaya çıkardığı etkilere karşı daha yatkın hale getirmektedir. Bununla birlikte tıbbi bir hastalık sonucunda herhangi bir organ zayıf düşebilir. Bir bireyin otonom sinir sisteminin doğuştan gelen yatkınlığı nedeniyle stres karşısında kalp hızını arttırmak gibi belirli bir psikofizyolojik 10 bozukluğu geliştirdiği hipotezi özgül tepki kuramını oluşturmaktadır. Buna göre aynı koşullar ve stres karşısında bazı kişiler daha fazla mide asidi salgılayabilirken, bir başka bireyde ise hipertansiyon görülebilmektedir. İnsanlığın yıllar boyunca geçirdiği evrimi ele alan evrim kuramına göre tehlike halinde savaş ya da kaç şeklinde ortaya çıkan tepkileri içermektedir. Bahsi geçen tehlike hali sadece fiziksel değil psikolojik de olabilmektedir. Bireylerin hayali kurguları da otonom sinir sistemini uyararak savaş ya da kaç dürtüsünü devreye sokabilmektedir (Deter, Kruse ve Zipfel, 2018).

Progresif Kas Gevşeme Egzersizi

Jacobson tarafından geliştirilen bu progresif gevşeme tekniği öğrenilmesi ve uygulanması en kolay yöntemlerden biridir (Jacobson ,1938). Progresif gevşeme egzersizi büyük kas gruplarının kontrollü ve istemli olarak düzenli ve birbirini izleyen bir şekilde aktif olarak kasılıp, pasif olarak gevşetilmesi temeline dayanan bütüncül bir yaklaşımdır. Kişiden rahat kıyafetler giymesi, mümkün olduğunca rahatlaması, yavaş ve derin nefes alıp vermesi istenir. Oturarak veya yatarak uygulanabilen bu teknikte bireyin rahatlamasına katkı sağlaması için müzik eşliğinde de gerçekleştirilebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, fiziksel bir temele dayanmayan ancak bireyin yaşam kalitesini ciddi biçimde etkileyen psikosomatik belirtilerin altında yatan psikolojik dinamikler, nitel vaka analizi yöntemiyle detaylı biçimde incelenmiştir. Sunulan vakada; yoğun bedensel şikâyetler, sıklıkla başvurulan fakat sonuç alına-

mayan tıbbi muayeneler ve nihayetinde psikolojik destek arayışı ile şekillenen bir sürecin dinamiklerine odaklanılmıştır. Danışanın yaşadığı sırt, bel ve mide ağrıları gibi bedensel belirtiler, klasik tıbbın açıklayamadığı ölçüde dirençli ve yinelenen bir yapı göstermekte; bu da somatik şikayetlerin ardında daha derin psikodinamik süreçlerin yattığına işaret etmektedir.

Danışanın geçmiş öyküsünde özellikle babasıyla kurduğu ilişki dikkat çekici bir psikodinamik çatışma alanı olarak ortaya çıkmıştır. Duygularını ifade etmekte zorlanan danışanın, özellikle babasının vefatından sonra bedensel şikayetlerinin artması, yasın ifade edilemeyen ve bastırılan boyutunun somatizasyona dönüştüğünü düşündürmektedir. Freud'un ortaya koyduğu savunma mekanizmalarından "yer değiştirme" ve "bastırma" gibi yapılar, bu vakada da somatik düzeyde karşılık bulmuştur. Danışanın ağrıları, bilinçdışı düzeyde bastırılmış duyguların beden üzerinden ifadesi olarak yorumlanabilir.

Beck Anksiyete Ölçeğinde çıkan yüksek puan, bedensel şikayetlerin anksiyetik yapıyla yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Bilişsel düzeyde değerlendirildiğinde, danışanın yoğun şekilde "felaketleştirme", "zihin okuma", "geleceği okuma" gibi bilişsel çarpıtmalara sahip olduğu görülmüş; bu çarpıtmaların somatik belirtileri tetikleyici ve sürdürücü etkiye sahip olduğu seanslar boyunca yapılan müdahalelerle netleşmiştir. Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) ekolüyle yapılan müdahaleler sonucunda, danışanın düşünce örüntülerinde olumlu değişimler gözlenmiş, bu değişim ağrı algısını da doğrudan etkilemiştir.

Sanat terapisi tekniklerinin dahil edildiği seanslar, danışanın bedenle olan bağını kurması açısından büyük önem taşımıştır. Özellikle bedenle sembolik ilişki kurmaya dayalı "ağrıya sembol verme", "bedenle diyalog" gibi çalışmalarda danışanın beden duyumlarına dair içgörüsü artmış, bastırılmış duygular yüzeye çıkma imkânı bulmuştur. Bu, psikosomatik belirtilerin sadece semptom olarak değil, aynı zamanda bir iletişim aracı olarak da değerlendirilmesi gerektiğini göstermektedir.

Psikosomatik belirtilerin temelinde biyolojik, psikolojik ve sosyal etmenlerin birlikte rol oynadığı unutulmamalıdır. Bu vaka çalışması, sadece danışanın bireysel öyküsüne değil, aynı zamanda DSM-5 tanı kriterleri ışığında tanısal değerlere, anksiyete ve depresyon düzeylerine, bilişsel çarpıtma örüntülerine, fizyolojik göstergelere (kortizol, nörotransmitter dengesi) ve nörovejetatif sistemin etkilerine de ışık tutmuştur. Beden-zihin ilişkisinin bu denli iç içe geçtiği bir yapıda tedavi planlamasının da bütüncül olması gerektiği açıktır.

Ayrıca bu çalışmada literatürde sıkça dile getirilen bir eksiklik de vurgulanmıştır: psikosomatik bozukluklara dair vaka temelli nitel analizlerin azlığı. Bu

araştırma, literatüre bir katkı sağlamayı ve bu alandaki boşlukları doldurmayı hedeflemiştir. Psikosomatik ağrılarla başvuran bireylerde sadece tıbbi değil, aynı zamanda psikolojik değerlendirme süreçlerinin sistematik şekilde yürütülmesi, multidisipliner yaklaşımların yaygınlaştırılması ve özellikle klinik psikoloji alanında çalışan uzmanların psikosomatik farkındalığa sahip olması gerektiği sonucu çıkarılabilir.

Son olarak, bu vaka örneği göstermektedir ki, psikosomatik belirtiler yalnızca bir hastalığın değil, aynı zamanda duyulmayan bir içsel çığlığın dışavurumudur. Bu bağlamda terapi, sadece semptomları azaltmayı değil, bireyin iç dünyasıyla bağlantı kurmasına ve travmatik deneyimlerini anlamlandırmasına olanak sağlamalıdır. Tedavi sürecinde bilişsel, duygusal ve bedensel düzeylerin tümüne hitap eden yöntemler kullanılmalı ve danışanın psikolojik bütünlüğü yeniden inşa edilmelidir.

KAYNAKÇA

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.

Aydın, A. (2020). Merleau-Ponty'nin bedenlenme fenomenolojisi: Bilinç ve beden bütünlüğü. *Kilikya Felsefe Dergisi*, 1(1), 77–90. https://dergipark.org.tr/kilikya

Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic* (2nd ed.). Guilford Press.

Barsky, A. J., & Borus, J. F. (1999). Functional somatic syndromes. *Annals of Internal Medicine*, 130(11), 910–921. https://doi.org/10.7326/0003-4819-130-11-199906010-00016

Beck, A. T., & Freeman, A. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. The Guilford Press.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Demir, V. (2023). *Klinik uygulamada sanat terapisi: Tedavi müdahaleleri için bir kılavuz*. Nobel Yayıncılık.

Deter, H.-C., Kruse, J., & Zipfel, S. (2018). History, aims and present structure of psychosomatic medicine in Germany. *BioPsychoSocial Medicine*, 12(1), Article 1. https://doi.org/10.1186/s13030-017-0120-x

Fair, S. E. (1986). Cognitive content and distortion associated with mood-induced dep-

ressive and anxious states [Unpublished doctoral dissertation]. Arizona State University.

Ferrari, S., Galeazzi, G. M., Mackinnon, A., & Rigatelli, M. (2008). Frequent attenders in primary care: Impact of medical, psychiatric and psychosomatic diagnoses. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 77(5), 306–314.

Goubert, L., Crombez, G., & Van Damme, S. (2004). The role of neuroticism, pain catastrophizing and pain-related fear in vigilance to pain: A structural equations approach. *Pain*, 107(3), 234–241. https://doi.org/10.1016/j.pain.2003.11.005

Jacobson, E. (1938). Progressive relaxation. *American Journal of Psychology*, 50(4), 573–580. https://doi.org/10.2307/1416643

Kirmayer, L. J., & Young, A. (1998). Culture and somatization: Clinical, epidemiological, and ethnographic perspectives. *Psychosomatic Medicine*, 60(4), 420–430. https://doi.org/10.1097/00006842-199807000-00006

Koptagel-İlal, G. (2000). Psikosomatik: Psikonevroz psikosomatik psikoterapi. In *Psikosomatik: Psikonevroz Psikosomatik Psikoterapi* (pp. 72–114). AB Ofset.

Kroenke, K. (2003). Patients presenting with somatic complaints: Epidemiology, psychiatric comorbidity and management. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(1), 34–43. https://doi.org/10.1002/mpr.140

Lieb, R., Meinlschmidt, G., & Araya, R. (2002). Epidemiology and burden of somatoform disorders. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 4(4), 451–462. https://doi.org/10.31887/DCNS.2002.4.4/rlieb

Lipowski, Z. J. (1988). Somatization: The concept and its clinical application. *American Journal of Psychiatry*, 145(11), 1358–1368. https://doi.org/10.1176/ajp.145.11.1358

Marin, C., & Carron, R. (2002). The origin of the concept of somatization. *Psychosomatics*, 43(3), 249–250. https://doi.org/10.1176/appi.psy.43.3.249

Oltmanns, T. F., Emery, R. E., & Taylor, S. (2003). *Abnormal psychology* (3rd ed.). Prentice Hall.

Shah, E., & Pimentel, M. (2014). Evaluating the functional net value of pharmacologic agents in treating irritable bowel syndrome. *Alimentary Pharmacology & Therapeutics*, 39(9), 973–983. https://doi.org/10.1111/apt.12681

Smadja, C. (2021). Psikanalitik psikosomatik. *ViraVerita E-Dergi*, 14, 143–156.

Stoudemire, A., & Hales, R. E. (1997). Tıbbi sorunları etkileyen psikolojik etkenler ve DSM-IV: Genel bir bakış. In A. Stoudemire (Ed.), *Tıbbi sorunları etkileyen psikolojik faktörler* (pp. 1–15). Compos Mentis Yayınları.

Dyt. Dilek ŞEN
Nişantaşı Üniversitesi
Beslenme ve Diyetetik
diyetisyendileksen@gmail.com

VAKA ADI:

"LONGEVITY BESLENME – BLUPRINT PROTOKOLÜ-SAĞLIKLI UZUN BİR YAŞAM MÜMKÜN MÜ" SORUSUNUN TOPLUM ÜZERİNDEKİ SONUÇLARININ İNCELENMESİ

GİRİŞ

Yaşlanma canlının olgunlaşma sürecini tamamlamasıyla birlikte fizyolojik rezervlerin azalması, hücresel ve moleküler hasarın aşamalı olarak birikmesidir (Campisi vd., 2019). Bu artan hasar ise yaşa bağlı hastalık riskini oluşturmaktadır. 65 yaş üstü bireyler Dünya Sağlık Örgütü tarafından yaşlı olarak kabul edilmektedir. Fakat günümüzde metabolik yaş, kronolojik yaştan çok daha büyük önem taşımaktadır (Lorenzini vd., 2020). Kronolojik yaş bireylerin sağlık durumlarını açıklamada yetersiz kalmaktadır (Hu, 2023).

İnsanlık tarihi boyunca ölümsüzlük arayışı alşimistlerden günümüze kadar farklı biçimlerde sürdürülmüş ve günümüzde "daha uzun, sağlıklı yaşam mümkün mü?" sorusuna evirilmiştir (Campisi vd., 2019). Artık odak noktası yalnızca yaşam süresinin uzatılması değil, bu sürenin hastalıklardan arındırılmış olarak geçirilmesidir (Fu vd., 2022).

Longevity kavramı, yaşlanmayı bir hastalık olarak ele almakta ve yaşlanmadan yaş almayı hedeflemektedir. Bu yaklaşım, yaşa bağlı hastalıkların görülme

sıklığını azaltmayı, yaşam süresini uzatırken bilişsel, sosyal ve fizyolojik yeterliliği korumayı amaçlamaktadır (Campisi vd., 2019; Hu, 2023). Son yıllarda Bryan Johnson'ın kendi üzerinde uyguladığı "Blueprint" protokolü, longevity uygulamalarının bireysel deneyler yoluyla toplumda nasıl yankı bulabileceğine dair önemli bir örnek teşkil etmektedir (Johnson, 2025).

VERİ TOPLAMA YÖNTEMİ

Bu araştırmada, literatür tarama ve belgesel inceleme yöntemleri kullanılmıştır. PubMed, Google Akademik ve Science Direct gibi veri tabanlarında "longevity", "kalori kısıtlaması", "fitokimyasal", "süper yüz yaş" ve "epigenetik" gibi anahtar kelimelerle yapılan aramalar temel alınmıştır. Belgesel ve popüler medya analiz edilmiştir. Çalışma diyalektik bir çerçevede kurgulanmıştır.

PROBLEMİN TANIMLANMASI

Son dönemde yaşlanma karşıtı yaklaşımlar, özellikle longevity trendinin yükselişiyle birlikte, beslenme, egzersiz, gıda takviyeleri, biyoteknolojik ve medikal uygulamalar gibi çok yönlü müdahalelerle yeniden yorumlanmaktadır (Hu, 2023; Campisi vd., 2019). Bryan Johnson'ın Bluprint protokolü, bireysel deneyim ile bilimsel araştırmaların kesiştiği aynı zamanda medyatikleşen bir yaklaşım öne çıkmaktadır (Johnson, 2025; Netflix, 2025).

Bilgiye hızlı erişim, sosyal medya ve teknolojik gelişmeler sağlıklı yaşam trendlerinin toplumda yaygınlaşmasını hızlandırmıştır. Bu çalışmada; yaşlanma karşıtı yaklaşımların ve biyoteknolojik müdahalelerin gittikçe artan popülaritesinin toplum üzerindeki etkileri incelenecektir. (Fu vd., 2022).

Bu çalışma aşağıdaki soruları yanıtlamayı hedeflemektedir:

- Longevity ile sağlıklı uzun bir yaşam mümkün mü?
- Bluprint Protolü, sağlıklı uzun bir yaşamın parçası mı?
- Don't Die akımı uygulanabilir mi?
- Bryan Jonhson'nın bu kişisel deneyinin toplum üzerindeki yansıması nedir?

LONGEVITY KAVRAMI

Yaşlanma üzerine yapılan ilk araştırma 1939 yılında fareler üzerinde kalori alımının kısıtlanmasının yaşam süresini arttırdığının gözlemlemesi ile başlamıştır (Campisi vd., 2019). Bu çalışma sadece yaşam süresinin artmasına değil aynı zamanda yaşa bağlı hastalıkların ortadan kalkması konusunda da bir öncü olmuştur. Yaşlanmanın, yaşa bağlı kronik hastalıkların nedeni araştırılmaya başlanmıştır. Yaşlanmanın bu tür hastalıkların nedeni mi yoksa bir sonucu mu olduğu konusunda sorular devam etmektedir (Brooks-Wilson, 2013). Uzun ömür çalışmaları genellikle 100 yaş ve üzeri bireylere odaklanmaktadır. Fakat uzun ömür ile sağlıklı yaşlanma çalışmaları farklıdır. Uzun ömürde yaşam süresine, sağlıklı yaşlanmada ise sağlık süresine bakılmalıdır. Bir yandan da yaşam süresi ve sağlık süresi birbiri ile yakından ilişkilidir. Olağanüstü uzun yaşayan bireyler yaşamlarının büyük bir çoğunluğunda sağlıklı olma eğilimindedirler (Campisi vd., 2019).

Araştırmalarda doğrulanmış en yaşlı vakanın 122 yıl, 165 gün yaşayan ve 1997'de ölen Jeanne Calment olduğu bilinmektedir. Ardından tam 14 yıl sonra gelen en yaşlı vaka ise 119 yaşındadır. Bu iki vaka da kadın olmakla birlikte, 11 süper yüz (110-119 yaş) yaşındaki kişiden yaklaşık 10'u kadındır. New England Yüz Yaşındakiler Çalışması (NECS) 32 süper yüz yaşındaki vakaların; %41'inin günlük yaşam aktivitelerini yardım almadan asgari düzeyde yapabildiğini, %15'ten azının damarlarla ilgili hastalık öyküsünün olduğunu bildirmiştir. Ayrıca Okinawa'da yaşları doğrulanmış 12 süper yüz yaşındakilerin yer aldığı bir çalışmada %83'ünün 105 yaşına kadar klinik olarak belirgin önemli bir hastalığı olmadığını saptanmıştır (Brooks-Wilson, 2013).

2018 yılından beri 65 yaş üstü insan sayısının, beş yaş altı çocuklardan daha fazla olduğu bir dünyada yaşamakta olduğumuz bilinmektedir. Yapılan araştırmalar da 2050 yılına kadar 65 yaş üstü insan sayısının, beş yaş altı çocukların iki katı olacağını söylemektedir (Lorenzini vd., 2020).

Normal yaşlanma, vücut kompozisyonunda önemli değişiklikler içermektedir. Normal yaşlanma ile birlikte kas kütlesinde azalma, yağ dokusunda artış, bazal metabolizma hızında yavaşlama, azalan fiziksel aktivite meydana gelmektedir (Lorenzini vd., 2020).

LONGEVITY ve BESLENME

Uzun bir yaşamın yolu optimal beslenmeden geçmektedir. Optimal beslenme ise minimum hastalık riski, maksimum iyi hal/sağlık anlamına gelmektedir. Tüm bireylerin yaşam boyu sağlıklı beslenme biçimini benimsemesi var olan yaşam kalitesini arttırmayı hedeflemesi sağlıklı yaşam olarak tanımlanabilmektedir. Birçok kapsamlı çalışma; protein, karbonhidrat ve yağ gibi diyetin ana bileşenlerinin yaşlanmayı ve uzun ömürlülüğü düzenleme de önemli roller oynadığını göstermiştir (Kraus vd., 2019).

Optimal beslenme, sağlıklı uzun yaşamın temel taşı olarak kabul edilmektedir. Optimal beslenmede amaç, hastalık riskini minimize etmek ve maksimum sağlığı desteklemektir. Diyetin ana bileşenleri olan karbonhidrat, yağ ve proteinlerin düzenli ve doğru alınımı sağlıklı yaşlanma süreçlerinde önemli rol oynamaktadır (Kraus vd., 2019).

Mayadan memelilere kadar çeşitli organizmalarda kalori kısıtlanmasının yaşam süresini uzatmada ve yaşa bağlı hastalıkların başlangıcını geciktirmede etkili olduğu bulunmuştur. Bu etkinin altında yatan metabolik olaylar; IGF1, düşük insülin seviyesi, rapamisin (mTOR), Protein Kinaz (AMPK), sinyallerinin engellenmesi, ve Sirtuin1 (Sırt1) aktivasyonu ve NAD+ yolunun düzenlenmesi rol oynamaktadır. Ayrıca inflamasyonun ve oksidatif stresin azaltılması da etkili olduğu belirtilmektedir (Hu, 2023) Kalori kısıtlaması, aralıklı oruç, protein kısıtlaması gibi beslenme modelleri longevityi düzenleme de etkilidir. (Shen vd., 2022)

Obez olmayan bireyler arasında yapılan en uzun (2 yıl) kalori kısıtlaması araştırmasında, katılımcılar iki gruba ayrılmıştır. Kalori kısıtlaması yapılan grupta; %12 kalori azaltımı ve %10 kilo kaybı elde edilmiştir. Ayrıca bu grupta katılımcıların kan lipitlerinde, kan basıncında, insülin duyarlılığında ve proinflamatuar sitokinlerde önemli iyileşmeler saptanmıştır (Kraus vd., 2019).

Yapılan bir başka çalışmada genç-orta yetişkinlerde (18-55 yaş) orta düzeyde kilo alımının (örneğin: 5kg) bile tip 2 diyabet (%30), hipertansiyon (%14), kardiyovasküler hastalıklar (%8), obezite ile ilişkili kanser (%6) ve erken ölüm (%5) riskinin önemli ölçüde artmasıyla ilişkili olduğu görülmüştür (Zheng vd., 2017).

Vücut kütle indeksi 18,5-22,4 kg/m2 olan ve daha yüksek düzeyde fiziksel aktivite, sağlıklı diyetler yapan bireylerin en düşük ölüm oranına sahip olduğu belirtilmiştir. Sağlıklı diyet ve yaşam tarzı ile elde edilen ideal kilonun, sağlıklı uzun ömrü teşvik etmek için ideal olduğunu vurgulamaktadır (Hu, 2023).

Protein kısıtlaması veya belirli amino asitlerin (örneğin metionin ve triptofan) kısıtlanmasının, toplam kalori alımından bağımsız olarak IGF-1 üretimini azaltarak yaşam süresini uzattığı ve sağlıklı uzun ömrü desteklediği tespit edilmiştir (Hu, 2023).

Ulusal Sağlık ve Beslenme İnceleme Anketi'nden (NHANES) alınan veri incelemesine göre 50-65 yaş arasında yüksek protein alımının genel ölüm riskini %75 artırdığı ve kanser/diabete bağlı ölümleri dört katına çıkardığı bulunmuştur (Hu, 2023).

Çok sayıda yapılan rastgele kontrollü çalışmada kuruyemişlerin düzenli tüketiminin total kolesterol ve LDL kolesterol seviyelerini önemli ölçüde azalttığını gözlemlemiştir (Leri vd., 2020). Ayrıca düzenli kuruyemiş tüketiminin; kardiyovasküler hastalıklar, tip2 diyabet, bazı kanser türlerini ve ölüm riskini önemli ölçüde azalttığı saptanmıştır (Fu vd., 2022).

Yapılan deneysel çalışmalar, polifenollerin iltihaplanma, oksidatif stres, epigenetik değişiklikler ve protein homeostazı dahil olmak üzere yaşlanmanın çeşitli belirtilerini etkileyerek yaşlanma karşıtı etkiler gösterdiği tespit edilmiştir (Leri vd., 2020).

PREDIMED denemesinde karışık kuruyemişle veya sızma zeytinyağı desteklenen katılımcılara Akdeniz Diyeti uygulanmıştır. Katılımcıların kontrol grubuna kıyasla felç, kalp krizi ve kardiyovasküler ölümleri azaltmıştır (Hu, 2023).

Prospektif Kohort çalışmalarında Akdeniz Diyeti'ne uyumun özellikle kardiyovasküler mortaliteyi azalttığı ve sağlıklı uzun ömre katkı sağladığı belirtilmiştir.(Fu, 2022)

Meyve ve sebzelerde sağlığımız üzerinde olumlu etkiler gösteren fitokimyasallar bulunmaktadır. Örneğin son zamanlarda yapılan bir çalışmada üzüm çekirdeği özütünün; fenolik bileşeni olan prosiyanidin C1'in (PCC1) klinik öncesi hayvan çalışmasında tümör boyutunu azaltabileceği ve yaşam süresini uzatabileceği saptanmıştır (Xu, 2021).

İtalya'da 8 yıl 2 ay boyunca takip edilen 22.811 kişi ile yapılan bir çalışmada düzenli olarak acı biber tüketen kişilerin (haftada en az dört) ölüm riskinin %23 oranında azaldığını belirtmektedir (Bonaccio vd., 2019)

BRYAN JOHNSAN ve YAŞAM SÜRESİNİ UZATMA YAKLAŞIMLARI

Bryan Johnson'ın "Blueprint" adlı protokolü, biyolojik yaşın gençleştirilmesi amacıyla geliştirilmiş, kapsamlı ve çok disiplinli bir bireysel deneydir (Johnson, 2025). Yaklaşık 2,5 milyon dolarlık yatırımla kurduğu kişisel laboratuvarda, kendi üzerinde sistematik bir deney yürütmektedir (Netflix, 2025). Bu protokol, kalori kısıtlamalı vegan diyetten, yoğun supplement kullanımına, biyoteknolojik cihazlardan uyku hijyenine ve stres yönetimine kadar çok sayıda bileşeni içermektedir (Johnson, 2025).

Güne 54 farklı takviye ve bir saatlik egzersiz ile başlamaktadır. Günde 3 öğün olacak şekilde beslenmektedir ve öğünlerini 06:00-11:30 saat aralığında tüketmektedir. Öğünlerinde brokoli, karnabahar, mercimek, kenevir ve bezelye proteinleri, kuruyemiş ve meyve gibi bitkisel besinler ağırlıktadır. İlk öğün "Nutty Puding" (macadamia fındığı sütü, keten tohumu, ceviz, nar suyu, proteinler), ikinci öğün ise "Süper Sebze" (brokoli, zencefil, mercimek, mantar, karnabahar, elma sirkesi, sarımsak) olarak adlandırılmaktadır. Üçüncü öğünü ise mevsimsel ve bireysel tercihlere göre değişmektedir. Fakat genellikle Meyve, sebze, kuruyemiş ve tohumlardan oluşmaktadır. Patates, nohut, domates, avokado, turp, kişniş, jalapeno biberi, limondan oluşmaktadır. (Johnson, 2025).

Her öğünde bir yemek kaşığı zeytinyağı ve 6 gram saf kakao tüketimi rutin olarak uygulanmaktadır. Johnson, hiçbir diyetin tüm gereksinimleri tek başına karşılayamayacağını savunarak çok sayıda supplement kullanmaktadır. Protokolün ilerleyen aşamalarında aldığı supplement sayısı günde 130'a kadar çıkabilmektedir (Johnson, 2025).

Uyku hijyeni için 05:00-20:30 saatleri arasında uyumakta, uyumadan önce ekran kullanımını sınırlandırmakta ve oda sıcaklığını 15-19°C aralığında tutmaktadır. Güneş ışığı yerine fotoseller kullanmaktadır. Ayrıca protokolde UV ölçerler, kızıl ışık terapisi, elektromiyostimülasyon cihazları, ses terapileri ve

lazer başlıklar gibi teknolojik araçlar günlük rutinin bir parçasıdır (Johnson, 2025).

Sürekli UV ölçerler ile cilt sağlığının takibini yapmaktadır. Her gün vücut ısısını ölçüp, kalp terapisi uygulamaktadır. Başına bir kask şeklinde olan 312 diod lazer takarak günde 6 dakika saç sağlığını desteklemektedir. Popüler biyoteknolji cihazlarından olan elektromiyostimülasyon (EMS) cihazında karın kaslarını aktive etmektedir. Günde 12 dakika kızıl ışık terapisi uygulayarak vücudun yenilenmesini hızlandırmaktadır. İşitme sağlığını desteklemek için kulaklıklar yardımıyla ses terapisi uygulamaktadır (Netflix, 2025)

Uygulamanın her adımı, düzenli kan biyobelirteç ölçümleri ve uzman ekip kontrolünde, olası yan etkiler açısından takip edilmektedir. Örneğin, başlarda kullanılan büyüme hormonu, vücutta yan etki görülünce protokolden çıkarılmıştır (Johnson, 2025). Ayrıca, transplantasyon hastalarında kullanılan rapamisin gibi tartışmalı ilaçlar ve genç plazma (oğlundan alınan kan) terapisi, Johnson'ın protokolünde yer almaktadır. Henüz klinik olarak yaygınlaşmamış gen terapileri de uygulanmaktadır (Netflix, 2025). Protokolün 2 yıllık uygulaması sonunda, Johnson'ın metabolik yaşını 5 yıl gençleştirdiği raporlanmıştır (Johnson, 2025)

YAŞLANMA KARŞITI UYGULAMALARIN TOPLUM SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ YANSIMALARI

Yaşam süresini uzatma protokollerine olan erişim, bireylerin sosyoekonomik düzeylerine göre değişmektedir. Özellikle biyoteknolojik uygulamalar, yüksek maliyet ve erişim güçlüğü nedeniyle toplumun geniş kesimleri için sürdürülebilir değildir. Bu nedenle de toplumun her kesiminin metabolik yaşını gençleştirmesi, sağlıklı yaşam sürelerini uzatması mümkün olmayabilir (Hu, 2023).

Yapılan araştırmalarında; süper yüz yaş bireylerin sağlıklı beslenmelerine ek olarak sosyal hayatlarına da devam etmektedir. Ayrıca kendi tüm ihtiyaçlarını rahatlıkla karşılayabildiği bilinmektedir (Brooks-Wilson, 2013). Johnson'ın uyguladığı protokol, bireysel ve ekstrem bir deney olarak dikkat çekmekle birlikte, sürdürülebilirlik açısından toplum geneline yaygınlaştırılması mümkün

görünmemektedir (Johnson, 2025).

Sağlıklı uzun yaşamın yaygınlaştırılması, ülkelerin sağlık, emeklilik, sigorta sistemleri ve demografik yapısında köklü değişiklikler gerektirebilir. Spor müsabakalarında ileri yaş kategorilerinin oluşması, emeklilik ve askerlik yaşının ilerlemesi gibi yeni toplumsal dinamikler gündeme gelebilir (Lorenzini vd., 2020).

34 bin üyesinin bulunduğu bluprint adında bir başlık altında toplanan kullanıcılar, protokolü uygulayarak kendi kişisel deneyimlerini paylaşmaktadır. Protokolü uygulayan kullanıcılar, birebir uygulamanın güç olduğunu bunun devamlılığının sağlanması için çok daha fazla zaman ve maddi kaynak ihtiyaç olduğunu vurgulamıştır. En çok vurgulanan nokta mevcutta kendi imkanlarıyla oluşturdukları sağlıklı beslenme maliyeti ile protokol ürünleri ve yer alan ürünlerin maliyetinin karşılaştırılmasından oluşmaktadır. Bir kullanıcı yıllık yeme içme maliyetinin 10 bin dolar olduğunu, protokolü uyguladığında ise rakamın 22 bin dolara ulaştığını bildirmektedir. Kullanıcılar aynı zamanda bu kadar fazla supplement ve toz karışımlar kullanmanın yarattığı yapaylık algısından rahatsızlıklarını dile getirmektedir.

Bluprint Protokolü uygulayıcıları, toplumsal beslenme algısını değiştirebileceğinden duydukları rahatsızlıkları dile getirmektedir. Ayrıca Jonhson'ın prokolünün şeffaflığı ve bilimsel kanıtlara dayalı olmayışı da uygulayıcılar tarafından eleştirilmektedir. Sağlıklı uzun bir ömür hedefinin ardında estetik kaygılar yürüttüğü düşünülmektedir. Uzun vadeli kalori açlığının teşvik edici etkisi doğru bulunmamaktadır.

Katılımcılar Jonhson'nın misyonunu beğendiğini iletse de sosyal medyada yarattığı teşvik edici etki ve trend olma arzusu sebebiyle ilgilerinin azaldığını, dini söylemler yerine çok daha fazla bilim ve kanıta dayalı bir yaklaşım istediklerini dile getirmektedirler.

Sağlıklı yaşam tarzının özendirici ve teşvik edici etkisini vurgulayan katılımcılar protokolü tam anlamıyla oluşturamasalar bile, sigara içmeme, düzenli uyku, sağlıklı beslenme, egzersiz gibi önerileri dikkate aldığını ve bu bağlamda hayatlarında bir motivasyon etkisi yarattığını da vurgulamaktadır (Reddit, 2025).

HUM2N Uzun Yaşam Kliniği'nin kurusu olan Mohammed Enayat, Johnson'ın rutininin ne kadar hızlı ve ne ölçüde iyileştirdiğini kamuoyunda sorgu-

lamaktadır. Enayat, protokolün çoğunlukla işe yaradığını ancak Blueprint ekibnini triyaj yapmak yerine takviye ve tedavileri protokole çok hızlı bir şekilde eklediğinden endişe duyduğunu aktarmaktadır (Harding, 2025).

PROBLEMİN ÇÖZÜMÜ

Longevity uygulamaları, yaşa bağlı hastalıkların önlenmesinde bireylerin sağlıklı olarak daha uzun yaşamalarında oldukça önemlidir (Hu, 2023). Ancak, bu tür uygulamalar mutlaka multidisipliner ekiplerce ve bilimsel otoritelerin denetiminde yürütülmelidir. Popüler beslenme trendleri ve kontrolsüz gıda takviyesi kullanımı, yanlış beden algısı ve sosyal izolasyon gibi riskleri beraberinde getirebilir (Leri, 2020). Popüler beslenme trendleri, sosyal medya kaynaklı bilgi kirliliği ve kontrolsüz gıda takviyesi kullanımı, bireylerde yanlış beden algısı, psikolojik stres ve sosyal izolasyon gibi olumsuz sonuçlara neden olabilmektedir (Fardouly vd., 2015)

Longevity uygulamaları ve yeni nesil sağlıklı yaşam trendleri, bireylerin yaşam süresini uzatma potansiyeli taşısa da, bu yaklaşımların toplum genelinde denetimsiz şekilde benimsenmesi çeşitli sağlık risklerini beraberinde getirmektedir. Bu nedenle, söz konusu yaşam biçimi önerilerinin bilimsel kanıtlara dayalı olması ve kamu otoriteleri tarafından regülasyona tabi tutulması gerekmektedir (National Academies of Sciences, 2022). Bilimsel doğruluğu olmayan önerilerin yayılması durumunda, toplumda yanıltıcı bilgiyle hareket eden bireylerin sayısı artmakta ve bu da hem fiziksel hem de ruhsal sağlık üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (Fardouly vd., 2015).

Yeni yaşam biçimlerinin medya aracılığıyla yaygınlaşması, özellikle sağlık okuryazarlığı düşük bireyler için önemli riskler taşımaktadır. Sağlık okuryazarlığı; bireyin sağlıkla ilgili bilgiye erişimi, bu bilgiyi anlama, değerlendirme ve uygulama kapasitesi olarak tanımlanmakta, bu yetkinliğin eksikliği ise bireyin sağlığını etkileyebilecek yanlış kararlar almasına neden olabilmektedir. Araştırmalar, düşük sağlık okuryazarlığı seviyesinin bireylerin yaşam tarzı değişikliklerini doğru şekilde uygulamalarını zorlaştırdığını ve yanıltıcı içeriklere daha kolay inanmalarına neden olduğunu göstermektedir (Nutbeam, 2000). Bu bağlamda, özellikle sosyal medyada kontrolsüz yayılan “anti-aging” veya “ölüm karşıtı” söylemler, bilimsel bir temeli olmayan kişisel deneyimlerle birleşti-

ğinde toplumsal düzeyde yanlış algıların yerleşmesine neden olabilmektedir (Fardouly vd., 2015).

Bu yaşam biçimi uygulamalarının toplum sağlığına katkı sağlayabilmesi için kamu politikalarının, özellikle halk sağlığı ve eğitim politikalarının bir parçası haline getirilmesi gerekmektedir. Dünya Sağlık Örgütü, sağlık okuryazarlığının artırılmasını yalnızca bireysel değil, aynı zamanda toplumsal bir sorumluluk olarak ele almakta ve bu alandaki stratejilerin hükümetler tarafından sistematik biçimde desteklenmesi gerektiğini vurgulamaktadır (WHO, 2016). Kamu politikaları aracılığıyla bireylerin hem sağlıkla ilgili bilgiye erişimi kolaylaştırılmalı hem de sağlık profesyonelleri bu bilgileri toplumla etkili biçimde paylaşmaları için desteklenmelidir (Sukkar, 2021). Özellikle sosyal medya platformlarında yayılan sağlığa ilişkin içeriklerin denetimi, etik bilgilendirme ilkeleri ve dijital sağlık okuryazarlığını kapsayan düzenlemeler ile desteklenmelidir (Fardouly vd., 2015).

Toplumun hassasiyet gösterdiği bu tür konularda, özendirici etkinin kontrol altına alınması ve bilimsel olarak kanıtlanmış, sağlık otoritelerince onaylanmış önerilerin yaygınlaştırılması gereklidir. Sağlıklı yaşamın temelinde, dengeli beslenme ve düzenli fiziksel aktivitenin yer aldığı, her bireyin tıbbi takip altında, ihtiyaç duyduğu takviye ve tedavileri almasının teşvik edilmesi gerekmektedir (Hu, 2023).

SONUÇ

Yaşlanmanın bu tür hastalıkların nedeni mi yoksa bir sonucu mu olduğu konusunda sorular devam etmektedir (Campisi vd., 2019). Diyet kısıtlaması ve sağlıklı yaşam tarzı değişikliklerinin, uzun yaşam üzerinde olumlu etkileri çok sayıda çalışma ile doğrulanmıştır (Kraus et al., 2019). Ancak, Bryan Johnson'ın "Don't Die" protokolü gibi bireysel deneyler, sağlık otoriteleri tarafından onaylanmadığı ve bilimsel olarak yaygınlaştırılmadığı sürece toplumsal düzeyde olumsuz etkiler yaratabilir (Netflix, 2025).

Bryan Johnson'ın Don't Die Protokü'nün içeriği bilimsel araştırmalara dayanmaktadır. Fakat bütünüyle bilimsel bir protokol olarak ele alınmamalıdır. Protokolün yarattığı global etki halk sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratabi-

lir. Bu protokü uygularken beslenme ve egzersiz davranışlarına ek olarak ciddi bir ölçüde biyoteknolojiden faydalanmaktadır. Ayrıca günde çok yüksek sayıda aldığı supplement ve diğer medikal destekleri bir rutin halinde kan parametreleri sağlık profesyonelleri tarafından yorumlanmaktadır.

Bryan Johnson'ın bu bireysel deneyi gelecekte Longevity'nin sürecine ışık tutan bir örnek olabilir. Ancak bu deneyin bireysel oluşu, bilimsel otoriteler tarafından kabul görmemesi, toplumu yönlendiren ve özendiren etkileri sebebiyle popüler hale getirilmesini toplum sağlığı üzerinde olumsuz etkilere yol açabilir. Gelecekte Bryan Johnson'ın oluşturduğu bu protokolün bir yaşam tarzına dönüşebilmesi için uzun vadeli etkilerinin araştırılması, çok fazla katılımcı üzerinde denenmesi ve sağlık otoriteleri tarafından onaylanmış olması gerekmektedir. Johnson'ın, sağlıklı uzun yaşama olan ilgiyi arttırmış ve birçok insanın longevity kavramlarını duymasını sağlamıştır. Ancak sağladığı katkı sadece ilgiden ibarettir, bilime katkısı bulunmamaktadır.

Bu yaşam süresini uzatma yaklaşımı beraberinde birçok tartışmayı getirmektedir. Ulaşılabilirlik açısından sadece elit kişilere hitap etmesi, yaşam süresini uzatmanın doğal sürece aykırılığı daha uzun yaşam sonucunda meydana gelecek olan emeklilik, sağlık sistemleri ve demografinin nasıl etkileneceği gibi pek çok soru işaretleri oluşturmuştur. Uygulamış olduğu protokol, sosyal yaşamı oldukça sınırlamaktadır.

Johnson uygulamış olduğu kendine özgü protokol sayesinde metabolik yaşını 5 yaş düşürdüğünü paylaşmaktadır. Bu kişisel deney her ne kadar takdir edici ve değerli olsa da bilim otoriteleri tarafından kabul edilemeyecektir. Çok daha titiz, yüksek katılımcı sayıları ile klinik deneyler ile desteklenmesi gerekmektedir. Bu tarz yaklaşımların geniş kitlelere uygulanabilmesi için, uzun dönemli, çok katılımcılı, randomize kontrollü klinik çalışmalar gereklidir.

Diyalektik olarak ele aldığımızda; Johnson bu protokolün ilk prototipi ile en uç noktaya gönüllü olarak gittiği unutulmamalıdır. Bu nedenle pragmatik yaklaşımı büyük bir saygıyı hakketmektedir. Ancak Bryan Johnson'ın bunu bilim için mi yoksa toplumsal ilgi için mi yaptığı bilinmemektedir. Fakat insan sağlığı üzerindeki bilimsel etkisi kanıtlanmamış birçok uygulamayı milyonlar ile paylaşmaktadır. Protokolünde yer alan bazı ürünlerin satışını yapmaktadır. Dünya'nın birçok yerinden insanlar ile organize olup etkinlikler düzenlemekte ve tüm sürecini kişisel hesaplarından paylaşmaktadır. Bilimsel bir ekip ve bi-

limsel çalışmalara bağlı olarak ilerliyor olsa da bu medyatik yönü bize toplumsal ilgi amaçlı olduğunu düşündürmektedir.

Günümüzde bile birçok insanın sağlık hizmetlerine erişimi sınırlıyken bu tarz ciddi maliyetler gerektiren uygulamalar şu an için sadece elite kişilere hitap etmektedir. Bizler sağlık alanında hızla yükselen bir yaklaşım olan longevityi bireysel olarak elimizdeki imkanlar dahilinde uygulayabilir. Şu an için, sağlıklı uzun yaşamın temelinde dengeli beslenme, düzenli egzersiz ve hekim kontrollerinin yer aldığı bilimsel yaklaşımlar bulunmaktadır.

KAYNAKLAR

Bonaccio M, ve diğerleri. Chili Pepper Consumption and Mortality in Italian Adults. A Journal of The American College of Cardiology. 2019;74:3139–3149.

Campısı J., Kapahı P., Lıtgow J G., Melow S., Newman C J., Verdın E. From Discoveries in Ageing Research to Therapeutics for Healthy Ageing. 2019;571(7764):183-192

Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. 2015; 13,38-45.

Fu J, Tan LJ, Lee JE, Shin S. Association Between The Mediterranean Diet and Cognitive Health Among Healthy Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. Front in Endocrinology. 2022;9:946361.

Harding R. The Biggest Mistake Biohackers Like Bryan Johnson Make. 2025.(https://honehealth.com/edge/biohackers-bryan-johnson-triaging/)

Hu F. Diet Strategies for Promoting Healthy Aging and Longevity: An Epidemiological Perspective. Journal of Internal Medicine. 2023;23;295(4)508-531.

Johnson B. Blueprint Protocol.(https://blueprint.bryanjohnson.com/pages/blueprint-protocol)

Kraus WE, Bhapkar M, Huffman KM, Pieper CF, Krupa Das S, Redman LM. 2 Years of Calorie Restriction and Cardiometabolic Risk (CALERIE): Exploratory Outcomes of a Multicentre, Phase 2, Randomised Controlled Trial. Lancet Diabetes Endocrinol. 2019;7(9):673–83.

Leri M, Scuto M, Ontario ML, Calabrese V, Calabrese EJ, Bucciantini M. Healthy Effects of Plant Polyphenols: Molecular Mechanisms. International Journal of Molecular Sciences.2020;21(4).

Lorenzini A., Montı D., Santoro A. Editorial: Adipose Tissue: Which Role in Ageing and Longevity? Front in Endocrinology. 2020;25;11:583.

National Academies of Sciences. Global Roadmap for Healthy Longevity. National Academies Press (2022)

Netflix. (2025, 1 Ocak). «Donıt Die: The Man Who Wants to Live Forever. (https://www.netflix.com/tr/title/81757532)

Nutbeam, D. Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. Health Promotion International. 2000;15(3), 259–267.

R/Bluprint, Reddit. (2025). (https://www.reddit.com/r/blueprint_/)

Shen J., Shan J., Zhong L., Lıang B., Zhang D., Li M., Tang H. Dietary Phytochemicals That Can Extend Longevity by Regulation of Metabolism. Plant Foods for Human Nutrition. 2022;13;77(1):12-19.

Sukkar E. Economist Intelligence Unit. Health literacy around the world: policy approaches to wellbeing through knowledge and empowerment (2021). (https://impact.economist.com/perspectives/health/health-literacy-around-world-policy-approaches-wellbeing-through-knowledge-and-empowerment)

Zheng Y, Manson JE, Yuan C, Liang MH, Grodstein F, Stampfer MJ. Associations of Weight Gain From Early to Middle Adulthood With Major Health Outcomes Later in Life. Jama. 2017;318(3):255–69.

Xu Q. Procyanidin C1 is a Natural Agent With Senolytic Activity Against Aging and Age-Related Diseases. BioRxiv. 2021

Wılson-Brooks A. R, Genetics of Healthy Aging and Longevity. Human Genetics. 2013;132(12)1323-1338

Emine ALTINER
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü- İnsan Kaynakları Yönetimi
http://orcid.org/0009-0005-2013-6604
emine.altiner@outlook.com

VAKA ADI:

NARSİST KİŞİLİKLİ YÖNETİCİLERLE ÇALIŞMANIN ZORLUKLARI

PROBLEMİN TANIMI

Günümüz iş yaşamında liderlik kavramı, yalnızca görev dağılımı ve performans yönetimi açısından değil, aynı zamanda çalışanların psikolojik sağlığı ve örgütsel bağlılığı açısından da kritik bir rol üstlenmektedir. Ancak lider konumunda bulunan kişilerin kişilik özellikleri, bu sürecin sağlıklı işlemesini etkileyebilmektedir. Özellikle narsistik kişilik özelliklerine sahip yöneticiler, dışarıdan bakıldığında karizmatik, iddialı ve liderlik vasfı güçlü bireyler gibi görünseler de uzun vadede ekip içinde güvensizlik, iletişim kopuklukları ve tükenmişlik gibi sorunların kaynağı haline gelebilmektedirler.

Bu çalışmada, narsistik kişilik özellikleri taşıyan yöneticilerle çalışmanın çalışanlar üzerindeki etkilerini anlamak ve bu duruma karşı geliştirilen bireysel ve kurumsal başa çıkma yöntemlerini ortaya koymak amaçlanmaktadır. Araştırma hem literatürdeki kavramsal çerçeveye hem de sahadan elde edilen nitel verilere dayalı olarak yapılandırılmıştır.

ÖZET

Bu çalışmada, narsistik kişilik özellikleri sergileyen yöneticilerle çalışmanın çalışanlar üzerinde yarattığı etkiler, nitel bir vaka analizi yöntemiyle incelenmiştir.

Araştırma kapsamında altı farklı katılımcıdan derinlemesine mülakatlar yoluyla veri toplanmış ve bu veriler tematik analiz çerçevesinde değerlendirilmiştir. Bulgular, narsistik yöneticilerin empati eksikliği, iletişim sorunları, çalışan motivasyonunda düşüş, adaletsizlik algısı ve örgütsel sinizm gibi çeşitli sorunlara yol açtığını ortaya koymuştur. Ayrıca çalışanların bu durumlarla başa çıkabilmek adına geliştirdikleri bireysel stratejilerin genellikle yetersiz kaldığı ve kurumsal destek mekanizmalarının zayıf olduğu gözlemlenmiştir. Elde edilen veriler doğrultusunda, narsistik liderliğin yol açtığı olumsuzlukların hem bireysel hem de örgütsel düzeyde ele alınması gerektiği sonucuna ulaşılmış; kurumlara ve çalışanlara yönelik çeşitli öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Narsist, Narsist yönetici, Narsisizm, Narsist kişilik, Manipülasyon.

GİRİŞ

Günümüz iş dünyasında liderlik ve yöneticilik kavramları, yalnızca kurumsal başarı açısından değil, aynı zamanda çalışanların psikolojik iyi oluşu ve örgütsel bağlılıkları bakımından da kritik bir öneme sahiptir. Özellikle liderlerin kişilik özellikleri, çalışanlar üzerindeki etkileri belirleyici unsurlar arasında yer almaktadır. Bu bağlamda narsistik kişilik özelliklerine sahip yöneticiler, örgütsel yapı içinde hem çalışanlar hem de kurumlar için çeşitli zorluklar yaratmaktadır.

Narsisizm kavramı, kökenini Yunan mitolojisindeki Narkissos karakterinden almakta olup, bireyin kendine aşırı hayranlık duyması, sürekli beğenilme ve onay ihtiyacı içinde olması gibi özelliklerle tanımlanmaktadır (Saraçoğlu, 2022; Sırakaya, 2024). Klinik literatürde narsisizm, büyüklenmeci ve kırılgan olmak üzere iki temel boyutta ele alınmaktadır (Saraçoğlu, 2022). Bu kişilik özelliklerine sahip bireylerin yönetici pozisyonlarında yer alması, örgütsel ilişkilerde güven sorunları, empati eksikliği ve çalışan motivasyonunda düşüş gibi olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (Öztürk Demir & Çetin, 2024).

Bu vaka analiz çalışmasının amacı, narsistik kişilik özellikleri gösteren yöneticilerle çalışmanın örgütsel ve bireysel düzeyde doğurduğu zorlukları ortaya koymak, konuyla ilgili literatür ışığında kavramsal bir çerçeve sunmak ve çözüm önerileri geliştirmektir.

NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN TANIMLANMASI

Kişilik, farklı uzmanlar tarafından çeşitli şekillerde tanımlanan ve zaman zaman birbirleriyle çelişen açıklamalar içerebilen bir kavramdır. Genel olarak, kişilik bireyin kendisinden beklenen tutarlı davranış kalıpları ve içsel süreçlerden oluşur (Burger, 2006). Kişilik bozuklukları ise, bu süreçlerde işlevselliğin bozulduğu ve belirli tanı kriterlerine uyan psikolojik durumlar olarak değerlendirilir (Cihangiroğlu, 2012).

İnsanların onaylanma, beğenilme ve arzulanma gibi ihtiyaçları, doğal ve insanın gelişimi açısından önemli görülen motivasyonlardır. Akademik literatürde bu durum "adaptif narsisizm" olarak adlandırılır. Sağlıklı bir kişilik yapısında belirli düzeyde narsisizm bulunması olağan kabul edilir. Bireylerin makul seviyede narsisizm göstermesi, psikolojik esneklik kazanmalarına yardımcı olur (Akiş ve Öztürk, 2021).

Klinik psikoloji alanında narsisizm, bireyin düşüncelerinde veya davranışlarında belirgin bir büyüklük iddiası ve empati eksikliği sergilemesi olarak tanımlanır (APA, 2013). Narsisizm, bireyin kendisini aşırı derecede önemli, özel ve üstün görmesiyle karakterize edilen bir kişilik özelliğidir. Psikoloji literatüründe hem sağlıklı (normal) narsisizm hem de patolojik düzeyde narsistik eğilimler tanımlanmıştır (Saraçoğlu, 2022; Sırakaya, 2024). Sağlıklı narsisizm, kişinin özgüvenli ve kararlı bir birey olmasına katkı sağlarken, patolojik narsisizm; empati eksikliği, manipülasyon, hayranlık beklentisi ve eleştiriye karşı aşırı duyarlılıkla kendini göstermektedir (Sırakaya, 2024: 2).

DSM-5, narsistik kişilik bozukluğunu; büyüklenme, beğenilme ihtiyacı ve empati eksikliği temelinde tanımlar (Saraçoğlu, 2022). Bu tanı kümesi bireyin kişilerarası ilişkilerinde ve iş yaşamındaki tutumlarında belirgin bir şekilde gözlemlenebilmektedir. Özellikle yönetici konumundaki bireylerde narsisistik özellikler, yetki kullanımı, karar alma süreçleri ve çalışanlarla ilişkiler üzerinde doğrudan etkili olmaktadır (Öztürk Demir & Çetin, 2024).

Literatürde narsisizm iki temel türde ele alınmaktadır:

- **Büyüklenmeci (Grandiyöz) Narsisizm:** Aşırı özgüven, üstünlük iddiası, otoriterlik ve gösterişçilikle karakterizedir. Bu bireyler liderlik pozisyonlarını bir güç gösterisine dönüştürebilir (Saraçoğlu, 2022).
- **Kırılgan (Gizli) Narsisizm:** Dışarıdan kendine güvenli görünen bu bireyler, içsel olarak derin bir değersizlik ve yetersizlik duygusu taşırlar. Onaylanmadıklarında kırılganlık, öfke ya da içe kapanma davranışları sergileyebilirler (Saraçoğlu, 2022).

Geliştirilen ölçme araçları bu kişilik özelliklerini detaylandırmak amacıyla kullanılmıştır. Raskin ve Terry tarafından geliştirilen Narcissistic Personality Inventory (NPI) ve Glover ve arkadaşlarının oluşturduğu Beş Faktör Narsisizm Ölçeği, liderlik-otorite, kibir, teşhircilik, hak iddia etme, empati eksikliği gibi alt boyutlarıyla narsistik eğilimleri ölçmektedir (Bolelli, 2018).

Narsistik yöneticiler, başlangıçta karizmatik ve güven verici bir izlenim yaratmakla birlikte, uzun vadede çalışanların motivasyonunu düşüren, adalet duygusunu zedeleyen ve örgütsel aidiyetin azalmasına neden olan davranışlar sergileyebilirler (Öztürk Demir & Çetin, 2024; Sırakaya, 2024). Özellikle empati yoksunluğu ve aşırı kontrol arzusu, ekip çalışması ve sağlıklı iletişimin önünde ciddi bir engel teşkil etmektedir.

NARSİST YÖNETİCİLERLE ÇALIŞMANIN ÖRGÜTSEL ZORLUKLARI

Narsistik yöneticiler, çalışma ortamında kısa vadede etkileyici ve motive edici bir izlenim yaratabilirken, uzun vadede çalışanlar üzerinde çeşitli psikolojik ve performansa dayalı sorunlara yol açabilmektedirler. Bu yöneticiler, yüksek özgüven, karizma ve otoriter tutumlarıyla öne çıksalar da empati eksikliği, eleştiriye karşı tahammülsüzlük, manipülatif davranışlar ve aşırı beğenilme arzusu gibi özellikleri nedeniyle örgüt içinde olumsuz etkilere neden olurlar (Sırakaya, 2024). Narsist liderler, kendi yönetim tarzlarını ön plana çıkarırken, örgüt içindeki diğer bireylerin ihtiyaçlarını ve beklentilerini ihmal edebilir. Bu durum, örgütsel sinizmin tetiklediği olumsuz duygu ve düşüncelerin oluşmasına zemin hazırlayabilir (Okçu vd., 2023).

Öztürk Demir ve Çetin'in (2024) nitel araştırmasında narsist yöneticilerle çalışmanın en belirgin zorlukları arasında **adaletsizlik**, **şeffaflık eksikliği**, **ayrımcılık** ve **ödüllendirme ile takdirin yetersizliği** yer almaktadır. Çalışanlar, bu liderlik tarzının zamanla örgütsel sinizm duygusunu artırdığını ve aidiyet ile güven duygularını zedelediğini ifade etmişlerdir.

Bolelli'nin (2018) ampirik çalışması ise narsistik kişilik özelliklerinden "otorite-onay arayışı" faktörünün, çalışanların işe bağlılık düzeyini negatif yönde etkileyebileceğini ortaya koymuştur. Bu bulgu, narsist yöneticilerin yalnızca kişilerarası ilişkileri değil, doğrudan iş performansını da olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir.

Ayrıca, narsist yöneticiler genellikle çalışanların başarılarını sahiplenme, hataları başkalarına yükleme ve ekip üyeleri arasında ayrımcılık yapma gibi

davranışlar sergileyebilir. Bu durum, sadece bireysel motivasyonu değil aynı zamanda takım dinamiklerini de bozmaktadır (Sırakaya, 2024; Saraçoğlu, 2022).

Çalışanlar, narsist yöneticiler karşısında çoğunlukla sessiz kalmayı, kendilerini ifade etmekten kaçınmayı ve inisiyatif almamayı tercih etmektedir. Bu da örgüt içinde pasif bir kültürün gelişmesine, yenilikçiliğin ve katılımcılığın azalmasına neden olur (Öztürk Demir & Çetin, 2024).

Narsistik yöneticilerle çalışmanın yarattığı başlıca zorluklar şunlardır:

- **İletişim sorunları ve empati eksikliği:** Narsist bireyler, empati kurmakta ciddi güçlük yaşarlar ve başkalarının duygularına duyarsızdırlar. Bu durum, ilişkilerde dengeyi bozar, çalışanların kendilerini değersiz hissetmelerine neden olur ve iş yerinde sağlıklı iletişimi engeller (Sırakaya, 2024).
- **Çalışan bağlılığının azalması:** Narsistik yöneticiler, çalışanların duygusal ihtiyaçlarına duyarsız olduklarından dolayı çalışanların işletmeye olan duygusal bağlılığı azalır. Bu da kurumsal verimliliği olumsuz etkiler (Sırakaya, 2024).
- **Örgütsel sinizm ve güven kaybı:** Narsist liderlerin adaletsizlik, şeffaflık eksikliği ve ayrımcılığa neden olarak örgütsel sinizme ve güven kaybına yol açtığı ifade edilmiştir (Öztürk Demir & Çetin, 2024).
- **Yenilikçi davranışların bastırılması:** Narsistik liderler genellikle sadece kendi fikirlerini ön planda tutarlar, bu da çalışanların yaratıcı fikirlerini ifade etmekten kaçınmasına ve inovasyonun engellenmesine yol açar (Sırakaya, 2024).
- **Psikolojik baskı ve tükenmişlik:** Narsistik yöneticilerin aşırı kontrolcü ve eleştirel tavırları çalışanlar üzerinde baskı oluşturur; bu durum zamanla psikolojik yıpranma, stres ve tükenmişlik hissi doğurur (Sırakaya, 2024).

Tüm bu bulgular, narsistik yöneticilerle çalışmanın sadece bireysel düzeyde değil, aynı zamanda örgütsel yapı ve kültür üzerinde de yıkıcı etkiler yaratabileceğini göstermektedir. İletişim kopuklukları, güven eksikliği, adaletsizlik algısı ve çalışanların motivasyon kaybı gibi sonuçlar, uzun vadede kurumların verimliliğini ve sürdürülebilirliğini tehdit edebilir. Bu nedenle narsistik kişilik özellikleri gösteren yöneticilerin belirlenmesi, bu yapılarla başa çıkma yollarının geliştirilmesi ve sağlıklı liderlik anlayışlarının desteklenmesi,

yalnızca çalışanların psikolojik iyi oluşunu değil, aynı zamanda kurumun genel başarısını korumak açısından da kritik öneme sahiptir.

NARSİST YÖNETİCİLERLE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ

İş dünyasında narsizmle başa çıkma stratejileri kritik bir konudur, çünkü narsistik liderlerle çalışmak çalışanlar açısından zorluklar yaratabilir. Bu tür liderlerin egolarını dengelemek ve ekip içinde etkili bir iş birliği sağlamak amacıyla, iş gücü yöneticileri ve insan kaynakları uzmanları tarafından çeşitli yöntemler geliştirilmiştir (Kiazad vd., 2010). Narsistik yöneticilerle çalışmak, çalışanların hem psikolojik dayanıklılığını hem de profesyonel becerilerini zorlayan bir süreçtir. Bu nedenle, bireylerin ve kurumların bu zorluğu yönetebilmek adına etkili başa çıkma stratejileri geliştirmeleri gerekmektedir. Literatür, bu stratejileri bireysel ve kurumsal olmak üzere iki ana başlıkta ele almaktadır.

Bireysel Stratejiler

Bireysel düzeyde narsistik yöneticilerle başa çıkabilmek için öncelikle durumu doğru tanımlamak ve bu kişilik yapısının neden olduğu davranışları kişisel algılamamak önemlidir (getheltia.com, 2024). Çalışanların kendilerini korumak adına sınırlar koymaları, duygusal tepkilerini yönetmeleri ve profesyonel çerçevede iletişimi sürdürmeleri önerilmektedir (Sırakaya, 2024). Empati eksikliği ve manipülasyon gibi davranışlara karşı duygusal mesafe koymak, bireyin psikolojik bütünlüğünü koruması açısından etkili bir yöntemdir.

Ayrıca, iş dışı destek sistemlerinden (aile, arkadaş çevresi, psikolojik danışmanlık) faydalanmak ve stres yönetimi becerilerini geliştirmek de bireysel başa çıkma kapasitesini artırmaktadır. Bazı araştırmalarda çalışanların narsistik yöneticilerle yaşadıkları sorunları yazılı belgelerle kayıt altına alarak hem kendilerini korudukları hem de olası üst düzey başvurularda daha etkili oldukları görülmüştür (Saraçoğlu, 2022).

Kurumsal Stratejiler

Kurumsal düzeyde ise, narsistik kişilik özellikleri gösteren yöneticilerin neden olabileceği zararları azaltmak için önleyici ve düzenleyici mekanizmaların kurulması gerekmektedir. İnsan kaynakları departmanlarının lider seçimi ve

terfi süreçlerinde yalnızca performans ölçütlerini değil, kişilik değerlendirme araçlarını da dikkate alması büyük önem taşır (Sırakaya, 2024). Kişilik testleri, 360 derece değerlendirme sistemleri ve periyodik geri bildirim uygulamaları, narsistik davranış eğilimlerinin erken fark edilmesini sağlayabilir.

Bunun yanı sıra, kurumsal iç iletişim kanallarının açık tutulması, şikayet mekanizmalarının etkinleştirilmesi ve psikolojik güvenliğin teşvik edilmesi, çalışanların kendilerini daha güvende hissetmelerine katkı sağlar (Öztürk Demir & Çetin, 2024). Liderlik geliştirme programlarında empati, etik değerler ve iş birliği gibi konulara ağırlık verilmesi de uzun vadede daha sağlıklı örgütsel ilişkilerin kurulmasına yardımcı olur.

Narsistik yöneticilerle başa çıkmak, yalnızca bireysel stratejilerle değil, aynı zamanda kurumsal düzeyde yapılandırılmış yaklaşımlarla da mümkündür. Çalışanların duygusal sınırlarını koruyarak sağlıklı iletişim kurmaları, örgütlerin ise narsistik davranışları tanımlayıp yönetebilecek mekanizmalar oluşturması, sürecin daha az yıpratıcı ve daha yönetilebilir olmasını sağlar. Bu tür stratejilerin etkin bir şekilde uygulanması hem çalışan memnuniyetini hem de kurumun sürdürülebilirliğini artırmak açısından önemli bir adımdır. Narsistik yöneticilerle çalışmanın zorluklarını yalnızca bireylerin omzuna yüklemek yerine, kurumsal bilinçle yapılandırılmış çözümler üretmek uzun vadede daha sağlıklı çalışma ortamlarının tesis edilmesine katkı sunacaktır.

YÖNTEM

Bu çalışma, narsistik kişilik özelliklerine sahip yöneticilerle çalışmanın çalışanlar üzerindeki etkilerini derinlemesine anlamak amacıyla nitel araştırma yaklaşımlarından vaka analizi deseniyle yapılandırılmıştır. Vaka analizi, güncel bir olguyu gerçek yaşam bağlamı içinde çok yönlü bir şekilde incelemeye olanak tanıyan bir yaklaşımdır.

Örneklem Seçimi ve Katılımcı Demografisi

Araştırma kapsamında, narsistik özellikler taşıyan yöneticilerle çalışma deneyimine sahip, farklı sektörlerden ve pozisyonlardan altı (n=6) katılımcı ile derinlemesine mülakatlar gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, kartopu örnekleme yöntemiyle, daha önce benzer deneyimler yaşamış bireylerden ulaşılarak seçilmiştir. Bu yöntem, nadir veya spesifik deneyimlere sahip kişilere ulaşmada etkili olduğu için tercih edilmiştir.

Katılımcıların demografik bilgileri gizlilik ilkesi gereği kodlanarak aşağıda sunulmuştur:

Katılımcı Kodu	Pozisyon	Sektör	Deneyim Yılı (Yaklaşık)	Cinsiyet
G.G.	İnsan Kaynakları Müdürü	Savunma Sanayi	15+	Erkek
V.T.	İşletme Müdürü	Dağıtım	10-15	Erkek
B.D.	Uzman	Enerji	5-10	Erkek
E.A.	Yönetici	Perakende	10+	Kadın
İKU B.U.	İnsan Kaynakları Uzmanı	Telekomünikasyon	5-10	Kadın
O.Ç.	Organizasyonel Gelişim Yöneticisi	Hizmet	5-10	Erkek

Veri Toplama Yöntemi

Çalışmanın verileri, 2024 yılı Mayıs ayında, yarı yapılandırılmış derinlemesine mülakat tekniği kullanılarak toplanmıştır. Mülakatlar, katılımcıların deneyimlerini kendi ifadeleriyle detaylı bir şekilde aktarmalarına olanak tanımak amacıyla yaklaşık 30-45 dakika sürmüştür. Görüşmeler, katılımcıların tercihine bağlı olarak çevrim içi görüntülü görüşme platformları aracılığıyla gerçekleştirilmiş ve katılımcıların onayı dahilinde ses kaydı alınmıştır. Veri toplama sürecinde, mülakat soruları "Narsist Kişilikli Yöneticilerle Çalışmanın Zorluklarını İncelemek İçin Hazırlanan Mülakat Soruları" başlığı altında sunulan çerçevede yönlendirilmiştir.

Etik Hususlar

Araştırma sürecinde etik ilkelere riayet edilmiştir. Çalışma için İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'na başvurulmuş ve gerekli etik onay süreci tamamlanmıştır. Tüm katılımcılardan gönüllülük esasına dayalı olarak bilgilendirilmiş onam formu alınmış, kimliklerinin ve

kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı, elde edilen verilerin sadece bu araştırma kapsamında bilimsel amaçlarla kullanılacağı taahhüt edilmiştir. Ses kayıtları ve mülakat dökümleri kodlanarak saklanmış, çalışmanın tamamlanmasının ardından imha edilecektir.

Veri Analizi

Toplanan mülakat verileri, Braun ve Clarke (2006) tarafından önerilen adımlar izlenerek tematik analiz yöntemiyle çözümlenmiştir. Bu süreç aşağıdaki aşamaları içermektedir:

1. **Verilerin Transkripsiyonu ve Veriye Aşinalık:** Ses kayıtları titizlikle yazıya geçirilmiş (transkripsiyon) ve araştırmacı tarafından tekrar tekrar okunarak veriye genel bir aşinalık kazanılmıştır.
2. **İlk Kodların Oluşturulması:** Transkripsiyonu yapılan metinler üzerinde, katılımcı ifadelerinde öne çıkan anlamlı bölümler belirlenerek ilk kodlar oluşturulmuştur. Bu aşamada, her bir anlam birimi ayrı ayrı kodlanmıştır.
3. **Temaların Aranması:** Oluşturulan ilk kodlar arasındaki benzerlikler ve farklılıklar incelenerek potansiyel temalar belirlenmeye çalışılmıştır. Birbiriyle ilişkili kodlar gruplandırılmıştır.
4. **Temaların Gözden Geçirilmesi:** Belirlenen temaların, tüm veri setini ne kadar iyi temsil ettiği ve aralarında tutarlılık olup olmadığı kontrol edilmiştir. Gerekirse temalar birleştirilmiş, ayrılmış veya yeniden adlandırılmıştır.
5. **Temaların Tanımlanması ve İsimlendirilmesi:** Her bir tema, içeriğini en iyi şekilde yansıtan ve okuyucuya net bir fikir veren tanımlayıcı isimlerle adlandırılmıştır. Bu aşamada, temaların alt boyutları da belirlenmiştir.
6. **Raporun Oluşturulması:** Belirlenen temalar, katılımcılardan alınan doğrudan alıntılarla desteklenerek sunulmuştur. Bu bölümde sunulan temalar ve açıklamalar, çalışmanın bulgularını oluşturmaktadır.

Veri analizinde herhangi bir özel yazılım (NVivo, MAXQDA vb.) kullanılmamış, analiz süreci manuel olarak yürütülmüştür.

Narsist Kişilikli Yöneticilerle Çalışmanın Zorluklarını İncelemek İçin Hazırlanan Mülakat Soruları

1. **Çalışma hayatınız boyunca birlikte çalıştığınız yöneticiler arasında narsistik özellikler gösterdiğini düşündüğünüz biri oldu mu? Bu kişiyi bu şekilde değerlendirmenize neden olan davranışlar nelerdi?**
2. **Bu yönetici ile iletişim kurmak sizde nasıl duygular uyandırıyordu? Örneğin, fikirlerinizi rahatlıkla paylaşabiliyor muydunuz?**
3. **Bu yöneticinin karar alma süreçleri nasıldı? Ekip üyelerinin görüşlerini dikkate alır mıydı?**
4. **Yöneticinizin sizi ya da diğer çalışanları manipüle ettiğini düşündüğünüz durumlar yaşadınız mı? Bu durumların sonuçları ne oldu?**
5. **Yöneticinizin olumlu özellikleri var mıydı? Varsa nelerdir?**
6. **Bu yöneticiyle çalışmak iş motivasyonunuzu ve performansınızı nasıl etkiledi?**
7. **Bu yöneticiyle çalıştığınız dönemde ekip içi ilişkiler ve iş birliği nasıldı? Birlik duygusu oluşuyor muydu?**
8. **Kurum içinde bu yöneticinin davranışlarıyla ilgili herhangi bir geri bildirim ya da şikayet süreci yaşandı mı?**
9. **Bu yöneticiyle yaşadığınız zorlayıcı durumlar karşısında sizin geliştirdiğiniz kişisel başa çıkma yöntemleri nelerdi?**
10. **Bugün benzer bir yöneticiyle çalışmanız gerekse, neyi farklı yapardınız? Bu tür yöneticilere karşı çalışanlara ya da kurumlara öneriniz ne olurdu?**

BULGULAR

Bu bölümde, narsistik kişilik özelliklerine sahip yöneticilerle çalışma deneyimi olan altı katılımcıdan toplanan mülakat verilerinin tematik analizinden elde edilen bulgular sunulmaktadır. Analiz sonucunda, çalışanların deneyimlerini şekillendiren ve narsistik liderliğin örgütsel ve bireysel düzeydeki etkilerini ortaya koyan beş ana tema belirlenmiştir. Bu temalar ve kısa açıklamaları aşağıda tabloda sunulmaktadır.

Tablo 1: Narsistik Yöneticilerle Çalışma Deneyimlerine İlişkin Ana Temalar

Tema	Açıklama
İletişim Sorunları ve Güvensizlik	Yöneticinin empati eksikliği, tutarsız davranışları ve "ben" merkezli söylemleri nedeniyle iletişimde yaşanan zorluklar ve güven kaybı.
Karar Alma Süreçlerinde Dışlanma ve Manipülasyon	Ekip üyelerinin fikirlerinin göstermelik olarak dinlenmesi, kararların tek taraflı alınması ve çalışanların manipüle edilmesi.
Psikolojik Baskı, Tükenmişlik ve Motivasyon Kaybı	Narsistik yöneticinin kontrolcü ve eleştirel tavırları sonucunda çalışanlarda ortaya çıkan stres, değersizlik hissi, içsel çöküntü ve işe karşı isteksizlik.
Adaletsizlik Algısı ve Ayrımcılık	Yöneticinin başarıları sahiplenmesi, hataları başkalarına yüklemesi, ayrımcılık yapması ve takdiri yetersiz bulması.
Başa Çıkma Stratejileri	Narsistik yöneticilerle çalışırken bireylerin geliştirdiği kişisel koruma mekanizmaları ve kurumsal düzeyde beklentiler.

İletişim Sorunları ve Güvensizlik

Bu tema, narsistik yöneticilerin empati eksikliği, tutarsız davranışları ve "ben" merkezli söylemleri nedeniyle iletişimde yaşanan zorlukları ve buna bağlı olarak ortaya çıkan güven kaybını içermektedir. Katılımcılar, bu yöneticilerle iletişimin zorlu ve çelişkili olduğunu ifade etmişlerdir.

İnsan Kaynakları Müdürü GG, narsist kişilerin tutarsız davranışlar sergilediğini ve sık değişen ruh hallerinin yorumlanmasının güç olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda, kendini öven sözler, sürekli "ben" dili kullanımı ve başkalarının başarılarını kendine mal etme gibi davranışların iletişim sorunlarına yol açtığını eklemiştir. GG, bu tür bir yöneticiyle iletişim kurmanın zorlu olduğunu, yöneticinin hızlı değişen duygu durumlarına göre çalışanların iletişim tarzını benimsemek zorunda kaldığını ve bunun fikir paylaşımının tamamen durmasına neden olduğunu ifade etmiştir.

İşletme Müdürü VT de benzer şekilde, yöneticinin tutarsızlıkları, sık değişen

ruh halleri ve kendini öven söylemleri nedeniyle iletişimin zor ve çelişkili olduğunu belirtmiştir. VT, yöneticinin duygusal değişimlerine göre şekil almanın zamanla kendi benliğinden uzaklaştırdığını hissettiğini aktarmıştır.

Uzman BD, yöneticinin sürekli aynı şeyleri tekrarlayarak kendini övdüğünü ve fikirleri dinlese de sürekli kendini haklı gördüğünü belirtmiştir. E.A. ise yöneticinin bencilliği, benmerkezciliği ve her şeyi kendisinin yapmış gibi göstermesi gibi davranışları nedeniyle kötü duygular uyandırdığını ifade etmiştir. E.A., fikirlerini paylaşmaya çalıştığında sözünün kesildiğini ve aşağılandığını aktarmıştır.

Organizasyonel Gelişim Yöneticisi O.Ç. da yöneticisinin iletişim kurarken sürekli kendi becerilerini ön plana çıkardığını, kendisini övdüğünü ve ekip başarısını takdir etmede zorluk yaşadığını belirtmiştir. O.Ç., fikirlerini paylaşmalarına rağmen bunların önemsenmediğini ve yöneticinin bu fikirleri kendi fikriymiş gibi savunduğunu bildiklerini aktarmıştır.

Karar Alma Süreçlerinde Dışlanma ve Manipülasyon

Bu tema, narsistik yöneticilerin karar alma süreçlerinde ekip üyelerini dışlaması, fikirlerini dikkate almaması veya kendi çıkarları doğrultusunda manipüle etmesi durumlarını kapsamaktadır. Katılımcılar, yöneticilerin karar alma süreçlerinde otoriter tavırlar sergilediğini ve ekip üyelerini manipüle ettiklerini ifade etmişlerdir.

İnsan Kaynakları Müdürü GG, yöneticinin görüşleri dikkate alıyormuş gibi görünse de kararları tamamen kendi isteği doğrultusunda aldığını belirtmiştir. GG, takım arkadaşlarının fikirlerini dinler gibi yaparak aslında sadece kendi düşündüğünü uyguladığını aktarmıştır. Ayrıca, bazı çalışanların özellikle öne çıkarılarak diğerlerinden bilgi almak için kullanıldığı ve geçmişteki olayların ansızın gündeme getirilerek gerginlik yaratıldığı manipülatif durumlar yaşandığını ifade etmiştir.

İşletme Müdürü VT de yöneticinin görüş alıyormuş gibi davrandığını ancak nihai kararları hep kendi isteğine göre verdiğini vurgulamıştır. VT, yöneticinin bazen bir çalışanı öne çıkararak diğerlerinden bilgi toplamaya çalıştığını, bazen de geçmişteki bir olayla ilgili beklenmedik bir suçlama getirerek motivasyonunu düşürdüğünü belirtmiştir.

Uzman BD, yöneticinin karar alma yönünün zayıf olduğunu, dinlemesine rağmen uygulamazdı ve ekibi olumsuz etkilediğini belirtmiştir.

E.A., yöneticisinin kararları tek başına aldığını, fikir sormadığını,

sadece talimat verdiğini ve iş yükünü umursamadığını dile getirmiştir. E.A., yöneticisinin fikirlerini sahiplenerek başkalarına sattığını, kendini övdüğünü ve ekibin öne çıkan üyelerini kötülemeye çalıştığını, ayrıca başkalarıyla iletişim kurmasını istemediğini ve manipüle ettiğini aktarmıştır.

İKU BU, yöneticisinin tek doğrunun kendi bildiği olduğu konusunda fazlasıyla inançlı olduğunu ve fikir sorsa bile kendi düşündüğü kararı aldığını, hatta başka birisinin fikrini beğenirse sanki kendi fikriymiş gibi üst yönetime lanse ettiğini belirtmiştir. İKU BU, yöneticinin sürekli manipülasyon çabası içerisinde olduğunu ifade etmiştir.

Organizasyonel Gelişim Yöneticisi O.Ç., yöneticisinin fikirleri pek dikkate almadığını ve dikkate alsa bile bunları kendi fikirleriymiş gibi uyguladığını belirtmiştir. O.Ç., yöneticinin çalışanları manipüle etmeye çalıştığını, kendilerini yetersiz hissetmelerine sebep olduğunu ve sürekli olarak imkansızı idealize ederek kendisinin bu ideale uygun biri olduğunu psikolojik olarak dayattığını aktarmıştır.

Psikolojik Baskı, Tükenmişlik ve Motivasyon Kaybı

Bu tema, narsistik yöneticilerin aşırı kontrolcü ve eleştirel tavırları sonucunda çalışanlar üzerinde oluşan psikolojik baskıyı, stresi, değersizlik hissini, içsel çöküntüyü ve işe karşı motivasyon kaybını ifade etmektedir.

İnsan Kaynakları Müdürü GG, narsistik yöneticiyle çalışmanın iç motivasyonunu ciddi oranda düşürdüğünü, kendisini sürekli yetersiz, eksik ve sorgulayan bir ruh haline büründüğünü ve uzun vadede içsel çöküntüye neden olduğunu belirtmiştir.

İşletme Müdürü VT de benzer şekilde, iç motivasyonunun tamamen kaybolduğunu, kendisini yetersiz, eksik ve değersiz hissetmeye başladığını ve bu duyguların uzun vadede içsel çöküntüye dönüştüğünü ifade etmiştir.

Uzman BD, yöneticisiyle çalışmanın zor olduğunu ve günlük moral ve motivasyonunun değişkenlik gösterdiğini aktarmıştır.

E.A., yöneticisiyle çalışmanın sonucunda aidiyetini kaybettiğini, tükenmişlik sendromu yaşadığını ve işleri boşvererek yapmaya başladığını dile getirmiştir. E.A., sürekli istifa etmeyi düşündüğünü vurgulamıştır. E.A.'nın ifadeleri, yöneticinin sistematik olarak ekibin özgüvenini zedeleyen ve kendini kahraman gibi gösteren davranışlar sergilediğini ortaya koymuştur.

İKU BU, yöneticisiyle tanıştıktan yaklaşık 2-3 gün sonra işten ayrılmaya karar verdiğini ve sonrasında iş bulma sürecinin 3 hafta sürdüğünü, ardından

istifa ettiğini belirtmiştir. Bu durum, narsistik liderliğin yaratabileceği toksik ortamın ciddiyetini açıkça ortaya koymaktadır.

Organizasyonel Gelişim Yöneticisi O.Ç., yöneticinin varlığı sırasında yetersiz hissetmenin motivasyonu ve performansı düşürdüğünü aktarmıştır. Ancak O.Ç., yeni bir yöneticiyle çalışmaya başladıktan sonra motivasyonun artışının fark edildiğini de eklemiştir.

Adaletsizlik Algısı ve Ayrımcılık

Bu tema, narsistik yöneticilerin çalışanların başarılarını sahiplenmesi, hataları başkalarına yüklemesi, ayrımcılık yapması ve takdiri yetersiz bulması gibi davranışların yol açtığı adaletsizlik algısını ve örgütsel sinizmi içermektedir.

İnsan Kaynakları Müdürü GG, yöneticinin şikayet süreçlerini engellemek amacıyla önceden çalışanlar hakkında olumsuz algılar oluşturduğunu ve bunun da çalışanların sessiz kalmasına yol açtığını belirtmiştir. Bu durum, örgüt içi denetim ve destek mekanizmalarının zayıflığını gözler önüne sermektedir.

E.A., yöneticisinin ekibin eksik yönlerini sürekli vurguladığını ve kendisini kahraman gibi gösterdiğini belirtmiştir. Ayrıca, ekibin öne çıkan üyelerini kötülemeye çalıştığını ve başkalarıyla iletişim kurmasını istemediğini ifade etmiştir.

İKU BU'nun aktarımlarında da, yöneticinin başka bir çalışanın fikrini kendi fikriymiş gibi üst yönetime lanse etmesi, adaletsizlik algısını güçlendiren önemli bir unsurdur.

Organizasyonel Gelişim Yöneticisi O.Ç., yöneticinin ekip başarısını takdir etmede zorluk yaşadığını belirtmiştir. O.Ç.'nin yöneticisinin merhametli olduğunu ancak bu durumu sürekli kendisini övmek için kullandığını belirtmesi, narsistik kişiliklerin takdir arayışını ve bu süreçteki manipülatif yaklaşımlarını gözler önüne sermektedir.

Başa Çıkma Stratejileri

Bu tema, narsistik yöneticilerle çalışırken bireylerin geliştirdiği kişisel koruma mekanizmalarını ve kurumsal düzeyde bu tür durumlarla başa çıkmak için geliştirilebilecek yöntemleri içermektedir. Literatür, bu stratejileri bireysel ve kurumsal olmak üzere iki ana başlıkta ele almaktadır.

Bireysel Stratejiler:

Katılımcılar, narsistik yöneticilerle başa çıkabilmek adına çeşitli bireysel

stratejiler geliştirdiklerini belirtmişlerdir.

İnsan Kaynakları Müdürü GG, yöneticinin egosunu okşamak ve onun dilinden konuşmak gibi geçici çözümler denediğini, ancak bunun uzun vadede kendisine olan saygısını kaybetmesine neden olduğunu aktarmıştır.

İşletme Müdürü VT de benzer şekilde, yöneticisiyle aynı dili konuşmak ve egosunu okşamak gibi geçici çözümler geliştirdiğini, ancak bunun kendi karakterine aykırı olduğunu ve zamanla saygı kaybına ve tükenmişliğe yol açtığını ifade etmiştir. VT, sonunda "sessiz istifa" sürecinin başladığını belirtmiştir.

Uzman BD, narsistik yönetici karşısında "fazla diyaloğa girmemek" şeklinde bir kişisel başa çıkma stratejisi benimsediğini aktarmıştır.

E.A., iletişimi minimuma indirdiğini, yöneticisinin duymak istediklerini söylediğini, işleri arka planda yürütmeye çalıştığını ve onu bilgilendirmeden işlerini yaptığını belirtmiştir. Bu stratejiler, yöneticinin manipülasyonuna karşı bireysel ve gizli çözüm arayışları olarak yorumlanabilir.

İKU BU, yöneticisinden olabildiğince uzak durarak iletişimi kestiğini ve işten ayrılana kadar bu şekilde süreci yönettiğini belirtmiştir.

Kurumsal Strateji Beklentileri ve Öneriler:

Katılımcılar, bireysel stratejilerin çoğu zaman yetersiz kaldığını ve kurumsal destek mekanizmalarının zayıf olduğunu gözlemlemişlerdir. Bu bağlamda, kurumsal düzeyde çeşitli öneriler sunmuşlardır.

İnsan Kaynakları Müdürü GG, gelecekte benzer bir yöneticiyle çalışması gerekirse çalışma sistemini net belirteceğini, yöneticiden beklentilerini açıkça soracağını, süreci yazılı kayıt altına alacağını ve kurum içinde çözüm bulunmazsa ayrılma yoluna gideceğini ifade etmiştir. GG'nin bu yaklaşımı, kurumsal denetim ve destek mekanizmalarının önemini vurgulamaktadır.

İşletme Müdürü VT de benzer şekilde, çalışma tarzını açıkça belirteceğini, yöneticinin beklentilerini yazılı olarak alacağını, süreci belgelerle kayıt altına alacağını ve sorunlar yaşanırsa insan kaynakları birimine başvurup birim değişikliği talep edeceğini, bunun da olmazsa ayrılmayı tercih edeceğini belirtmiştir.

Uzman BD, bu tür bir yöneticiyle tekrar çalışmak istemediğini açıkça ifade etmiştir.

E.A., kurumsal çözüm olarak psikolojik değerlendirmelerin yapılması gerektiğini, geri bildirim anketlerinin ekibe gönderilmesi gerektiğini ve

yöneticilerin davranışlarının izlenmesi gerektiğini vurgulamıştır. E.A.'nın önerileri, narsistik liderliğin kurumsal düzeyde önlenmesine dönük somut ve uygulanabilir fikirler sunmaktadır.

İKU BU, bu tür yöneticilerin kesinlikle kurumlarda barındırılmaması gerektiğini düşündüğünü ve çalışanlara da hızlıca kaçmalarını tavsiye ettiğini belirtmiştir. Bu ifade, narsistik yöneticilerle mücadelenin kurumsal düzeyde ele alınmasının önemini vurgulamaktadır.

Organizasyonel Gelişim Yöneticisi O.Ç. ise iş yapış şekli olumsuz etkilenmediği sürece profesyonel yaklaşılması gerektiğini, ancak mobbing gibi etik bir sorun oluşursa hukuki süreç başlatılması gerektiğini belirtmiştir. O.Ç.'nin bu yaklaşımı, bireysel sınırları koruma ve etik ihlallerde kurumsal/yasal yolları kullanma bilincini yansıtmaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma, nitel vaka analizi yöntemiyle narsistik kişilik özelliklerine sahip yöneticilerle çalışmanın çalışanlar üzerindeki çok boyutlu etkilerini derinlemesine incelemiş ve literatüre yeni bakış açıları sunmayı amaçlamıştır. Elde edilen bulgular, narsistik liderliğin örgütsel iletişimden motivasyona, karar alma süreçlerinden psikolojik iyi oluşa kadar geniş bir yelpazede olumsuz sonuçlar doğurduğunu göstermektedir.

Araştırmanın bulguları, narsistik yöneticilerin temel özelliklerinden biri olan **empati eksikliği** ve **"ben" merkezli** yaklaşımlarının, çalışanlar arasında ciddi iletişim sorunlarına ve güvensizlik algısına yol açtığını ortaya koymaktadır. Katılımcıların yöneticileriyle kurdukları iletişimi "zor ve çelişkili" olarak tanımlamaları, bu liderlerin duygu durumlarındaki ani değişimler ve kendi fikirlerini dayatma eğilimleri ile tutarlıdır. Bu durum, narsistik bireylerin başkalarının duygusal ihtiyaçlarına karşı duyarsızlığına işaret eden literatürdeki mevcut bilgilerle örtüşmektedir.

Çalışmada öne çıkan bir diğer tema olan **karar alma süreçlerinde dışlanma ve manipülasyon**, narsistik yöneticilerin otoriter tavırlarını ve ekip üyelerini kontrol etme arzularını yansıtmaktadır. Katılımcılar, yöneticilerin fikirleri dinliyormuş gibi yapsalar da kararları kendi istekleri doğrultusunda aldığını ve hatta başkalarının fikirlerini sahiplenerek kendi başarıları gibi sunduğunu belirtmişlerdir. Bu bulgu, narsist liderlerin liderlik pozisyonlarını bir güç gösterisine dönüştürebildiği ve yetki kullanımında bireysellik sergilediği literatürdeki tanımlarla paralellik göstermektedir.

Narsistik yöneticilerle çalışmanın yol açtığı **psikolojik baskı, tükenmişlik ve motivasyon kaybı** bulguları, çalışanların ruhsal sağlığı üzerindeki yıkıcı etkileri açıkça ortaya koymaktadır. Katılımcıların kendilerini "yetersiz, eksik ve sorgulayan" hissetmeleri, "tükenmişlik sendromu" yaşadıklarını ifade etmeleri ve "sürekli istifa etmeyi düşünmeleri", Sırakaya'nın (2024) narsistik yöneticilerin aşırı kontrolcü ve eleştirel tavırlarının çalışanlarda stres ve tükenmişlik hissi doğurduğu yönündeki bulgularını desteklemektedir. Bu durum, çalışanların iş doyumu, performansı ve özsaygısı üzerindeki olumsuz etkilerin bir yansımasıdır.

Adaletsizlik algısı ve ayrımcılık, narsistik liderliğin örgütsel kültür üzerindeki olumsuz etkilerini gözler önüne sermektedir. Katılımcıların, yöneticinin çalışanlar arasında ayrımcılık yaptığını ve başarıları sahiplenerek hataları başkalarına yüklediğini belirtmeleri, Öztürk Demir ve Çetin (2024) tarafından vurgulanan "adaletsizlik" ve "şeffaflık eksikliği" ile doğrudan ilişkilidir. Bu durum, örgütsel sinizmin tetiklenmesine ve güven duygusunun zedelenmesine neden olmaktadır. Özellikle İnsan Kaynakları Müdürü GG ve İşletme Müdürü VT'nin yöneticinin şikayet süreçlerini engellemek için önceden olumsuz algılar oluşturduğunu belirtmeleri, kurumsal denetim mekanizmalarının yetersizliğini ve psikolojik güvenlik açıklarını düşündürmektedir.

Çalışmada ortaya çıkan **başa çıkma stratejileri** teması, çalışanların bu zorlu ortamda hayatta kalmak için geliştirdikleri yöntemleri gözler önüne sermektedir. Bireysel düzeyde, iletişimi minimuma indirme, yöneticinin egosunu okşama veya "sessiz istifa" eğiliminde bulunma gibi stratejiler görülmüştür. Bu stratejiler, kısa vadede koruma sağlasa da, uzun vadede özsaygı kaybı ve tükenmişlik gibi ciddi psikolojik sorunlara yol açabilmektedir. Bu bulgu, Sırakaya'nın (2024) bireylerin duygusal mesafe koyma ve profesyonel çerçevede iletişim sürdürme önerileriyle uyumlu olsa da, katılımcıların deneyimleri bu tür stratejilerin kişisel bedellerini de açıkça ortaya koymuştur. Kurumsal destek mekanizmalarının yetersizliği veya geçici kalması, çalışanları bireysel ve çoğu zaman pasif direniş biçimlerine itmektedir. Ancak bazı katılımcıların, kurumdan ayrılma veya hukuki süreç başlatma gibi daha radikal yolları düşündüğü veya uyguladığı görülmüştür. Bu durum, kurumsal düzeyde önleyici ve düzenleyici mekanizmaların eksikliğinin altını çizmektedir.

Bu araştırmada, narsistik kişilik özelliklerine sahip yöneticilerle çalışmanın çalışanlar üzerindeki etkileri altı farklı vaka üzerinden derinlemesine incelenmiştir. Katılımcı anlatımlarına ve vaka analizlerine göre, narsistik yöneticilerin örgüt içinde iletişim, motivasyon, karar alma, iş birliği ve psikolojik dayanıklılık alanlarında ciddi sorunlara neden olduğu açıkça ortaya

konmuştur.

Çalışanlar, narsistik yöneticiler tarafından sıklıkla değersizleştirilmiş, fikirleri bastırılmış ve başarıları sahiplenilmiştir. Bu durum, çalışanların kendilerine olan güvenlerini zedelemiş; içsel motivasyonlarını kaybetmelerine, kuruma olan bağlılıklarının zayıflamasına ve çoğu zaman "sessiz istifa" eğilimlerinin ortaya çıkmasına yol açmıştır. Ayrıca karar alma süreçlerinde çalışanların yalnızca göstermelik şekilde dahil edildiği, gerçek yetkinin tamamen yöneticide toplandığı ve bunun örgüt içi adalet algısını ciddi şekilde sarstığı görülmüştür.

Katılımcılar, bu tür yöneticilerle başa çıkmak için genellikle bireysel stratejilere başvurmuşlardır. İletişimi minimuma indirmek, yöneticiyi görünmeden "idare etmek" ya da tamamen geri çekilmek gibi çözümler, kısa vadede işe yarasa da uzun vadede tükenmişlik, içe kapanma ve saygı kaybı gibi psikolojik olumsuzlukları beraberinde getirmiştir. Kurumsal destek mekanizmalarının ise ya hiç devreye girmediği ya da geçici ve yüzeysel kaldığı anlaşılmaktadır. Bazı örneklerde, şikayet süreçlerinin işlediği ancak kalıcı bir değişim yaratmadığı gözlemlenmiştir.

Bu bulgular doğrultusunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

Kurumsal Düzeyde Öneriler

- **Psikolojik değerlendirme süreçlerinin işe alım ve terfi sistemlerine entegre edilmesi**, narsistik eğilimleri olan kişilerin yönetsel rollere gelmeden önce fark edilmesini sağlayabilir.
- **360 derece performans değerlendirme sistemlerinin** aktif ve düzenli kullanımı, çalışanların yöneticilere dair geri bildirim vermesine imkân tanır.
- **Kurumsal iç iletişim kanallarının güçlendirilmesi**, çalışanların şikayetlerini güvenli biçimde dile getirebilecekleri, danışmanlık ve destek alabilecekleri bir ortam oluşturulması açısından önemlidir.
- **Eğitim ve gelişim programlarında** liderlik kadar "duygusal zeka, empati, etik sorumluluk ve örgütsel adalet" gibi kavramlara yer verilmelidir.
- **Anonim memnuniyet anketleri** ile çalışanların yöneticileri hakkındaki değerlendirmeleri düzenli olarak toplanmalı ve bu veriler kararlara yansıtılmalıdır.

Bireysel Düzeyde Öneriler

- Çalışanlar, narsistik yöneticilerle çalışırken duygusal sınırlarını korumalı, kişisel benlik değerini hatırlamalı ve gerekli durumlarda profesyonel destek almaktan çekinmemelidir.
- İş süreçlerinin mümkün olduğunca **yazılı, kayıtlı ve şeffaf şekilde yürütülmesi**, çalışanları hem hukuki hem de psikolojik açıdan koruyacaktır.
- Eğer kurumsal yollar tıkanmışsa, çalışanların **birim değişikliği veya kurum değiştirme gibi seçenekleri değerlendirmeleri** gerektiği durumlar olabilir.

Sonuç olarak, Narsistik yöneticilerle çalışmak, çalışanların iş doyumu, performansı, özsaygısı ve kuruma olan bağlılığı üzerinde olumsuz etkiler yaratmakta; örgütsel kültürde bireyciliğin, ayrımcılığın ve adaletsizlik algısının yerleşmesine neden olabilmektedir. Ayrıca bu yöneticilerin karar alma süreçlerinde otoriter tavırlar sergilemeleri ve ekip üyelerini manipüle etmeleri, çalışanların inisiyatif alma isteğini bastırmakta ve pasif bir iş gücü yaratmaktadır.

Narsistik kişilik özellikleri taşıyan yöneticiler yalnızca bireysel çatışmalara değil, örgütsel verimlilik, ekip uyumu ve çalışan sağlığı açısından da ciddi riskler oluşturmaktadır. Bu nedenle hem bireylerin hem kurumların bu durumu tanıma, önleme ve yönetme konusunda bilinçli, sistematik ve duyarlı adımlar atması büyük önem taşımaktadır.

KAYNAKÇA

Akiş, A. D., Öztürk, E. (2021). Patolojik narsisizm: duygusal istismar ve "gaslighting" perspektifinden kapsamlı bir değerlendirme. *Artuklu İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi, 6*(2), 1-31.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Bolelli, M. (2018). *Beş faktör narsisizm ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 8(50), 185–202.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (1 b.). (İ. D. Sarıoğlu, Çev.) Kaknüs Yayınları.

Cihangiroğlu, N. (2012). Narsistik Kişilik ile Kurumsal Bağlılık Arasında Bir İlişki Var

Mıdır? *TAF Preventive Medicine Bulletin, 11*(2), 119-126.

GetHeltia. (2024). *Narsist yönetici ile nasıl başa çıkılır?* https://www.getheltia.com/blog/narsisist-yoenetici-ile-nasil-basa-cikilir

Jones, B. D., Woodman, T., Barlow, M., & Roberts, R. (2017). The darker side of personality: narcissism predicts moral disengagement and antisocial behavior in sport. *Sport Psychologist, 31*(2), 109-116.

Kiazad, K., Restubog, S. L. D., Zagenczyk, T. J., Kiewitz, C., & Tang, R. L. (2010). Narsizm ve liderlik: Başkalarıyla ve özüyle ilgili bir gözden geçirme. Leadership Quarterly, 21(6), 959-974.

Okçu, V., Ay, İ., Sevgi, M., & Burul, C. (2023). Relationship between school principals' narcissistic leadership behaviors and teachers' organizational trust and organizational cynicism levels (A path analysis). *Research in Educational Administration & Leadership, 8*(1), 43-86.

Öztürk Demir, S., & Çetin, C. (2024). Narsist liderliğin örgütsel sinizm üzerine etkisinde psikolojik güvenin aracılık rolü. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 19(1), 444–460.

Saraçoğlu, M. (2022). *Narsisizm ve örgütsel davranış: Narsist bireylerin iş yaşamına etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sırakaya, Y. (2024). *Narsistik liderlik tarzının çalışanların iş doyumu ve tükenmişlik düzeyleri üzerindeki etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Esra YALÇINKAYA
Nişantaşı Üniversitesi
esraserrayalcinkaya@icloud.com

VAKA ADI:

TESETTÜRLÜ BİREYLERİN İŞ HAYATINDAKİ ZORLUKLARI ve ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

ÖZET

Tesettür, özellikle İslam kültüründe kadınların ve erkeklerin örtünme şeklidir ve dünya genelinde farklı inançlara sahip birçok kişi tarafından tercih edilmektedir. Bu vaka analizinin amacı, tesettürlü bireylerin iş hayatındaki karşılaştıkları engelleri anlamak ve bu engelleri aşmak için önerilerde bulunmaktır.

GİRİŞ

Literatür Taraması

Toplumsal Algılar ve Önyargılar

Tesettürlü bireyler, toplumda genellikle belirli kalıplaşmış önyargılarla karşılaşmaktadır. Bu önyargılar, özellikle tesettürlü kadınlar için daha belirgin olup, onların iş dünyasında "geride kalmış" ya da "geleneksel" olarak algılanmalarına neden olabilmektedir. Bu konuya "görünürlük paradoksu" çerçevesinde bakarsak, başörtüsüyle var olmak ama sesini duyuramamak da diyebiliriz. Çeşitli çalışmalarda (Öztürk, 2017; Yılmaz, 2019) tesettürlü bireylerin, iş görüşmelerinde veya günlük işyeri etkileşimlerinde daha düşük bir profesyonellik seviyesinde değerlendirilme gibi zorluklarla karşılaştığı belirtilmiştir.

Örnek: Yılmaz (2019) çalışmasında, tesettürlü bireylerin iş görüşmelerinde, sadece dış görünüşlerine dayalı olarak değerlendirildiklerini ve bu yüzden daha az pozitif geri bildirim aldıklarını belirtmiştir.

İşyerinde Ayrımcılık

Tesettürlü bireyler, iş yerlerinde ayrımcılığa maruz kalabilmektedir. Aydın (2016) ve Kara (2018) çalışmalarında, tesettürlü bireylerin, özellikle işyerinde liderlik pozisyonlarına yükselme konusunda daha fazla engelle karşılaştığı ifade edilmiştir. Bu ayrımcılık, bazen açıkça yapılmasa da, daha dolaylı ve sistematik bir biçimde kendini gösterebilmektedir.

Örnek: Kara (2018) tesettürlü kadınların, genellikle diğer çalışanlara göre daha düşük rütbelerde görev aldığı ve buna bağlı olarak kariyer fırsatlarından mahrum kaldıkları durumları rapor etmiştir.

Bir başka perspektiften bakarsak, MÜSİAD isimli muhafazakâr iş örgütü mensubu iş kadınlarının çalışma hayatında kendilerini dindar olarak tanımlamaları veya dini bağlılıkları anlamında muhafazakâr olarak ifade etmeleri yeterli görülmüştür. (Ertürk, 2023)

Kariyer Gelişimi ve İlerleme

Tesettürlü bireylerin, özellikle kadınların iş hayatında kariyer gelişimi, toplumsal engeller nedeniyle kısıtlanabilmektedir. Çalışmalar, tesettürlü kadınların daha fazla dışlanmaya uğradıklarını ve daha az yönetici pozisyonlarına yükseldiklerini vurgulamaktadır (Çetin, 2020). Ayrıca, tesettürlü bireylerin işyerlerinde daha çok "sosyal ötekileştirme" yaşadığı da bildirilmektedir.

Örnek: Çetin (2020), tesettürlü kadınların liderlik pozisyonlarında yer almasının engellendiğini ve bunun, işyerindeki yüksek yönetim kadrolarında bir çeşit «görünürlük» sorunu yarattığını ortaya koymuştur.

İş-Yaşam Dengesi

Tesettürlü bireyler, bazen işyerlerinde normalden daha fazla fiziksel veya psikolojik baskılarla karşılaşabilmektedirler. Bunun sebebi, işyerlerinde esnek çalışma saatlerinin veya uzaktan çalışma imkanlarının sağlanmaması olabilir. Çeşitli araştırmalar (Şahin, 2021) tesettürlü bireylerin bu gibi durumlarla daha fazla başa çıkmak zorunda kaldığını ve bunun iş-yaşam dengelerini olumsuz yönde etkilediğini belirtmiştir.

- Örnek: Şahin (2021), tesettürlü kadınların iş-yaşam dengesini kurabilmeleri için esnek çalışma saatlerine veya uzaktan çalışma imkanlarına ihtiyaç duyduğunu vurgulamaktadır.

Avusturya'da Başörtüsüne Yönelik Ayrımcılık

Viyana'da bir anaokulunda asistanlık yapan Müslüman bir kadın, daha üst bir konum için gerçekleştirdiği iş başvurusunda başörtüsüne yönelik sorular ve olumsuz yorumlara maruz kalmıştır. Bu durum, Viyana Bölge İdare Mahkemesi tarafından ayrımcılık olarak değerlendirilmiş ve mağdura tazminat ödenmesine karar verilmiştir. (Yılmaz, E. Perspektif, 2023)

VAKA ANALİZİ VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Vaka Soruları:

1. Tesettürlü olarak iş başvuru sürecinizde herhangi bir ayrımcılık ya da önyargı ile karşılaştığınızı düşündüğünüz bir durum yaşadınız mı? Bu durumu detaylandırabilir misiniz?
2. Çalışma hayatınız boyunca, tesettürünüzden dolayı iş ortamında maruz kaldığınız doğrudan ya da dolaylı dışlayıcı tutumlar oldu mu? Bu tutumlar sizin mesleki motivasyonunuzu nasıl etkiledi?
3. İş yerinizde tesettürlü olmanızın görünür olduğu ilk anda karşılaştığınız tepkiler nasıldı? Bu tepkiler sizi nasıl hissettirdi?
4. Tesettürlü olmanız nedeniyle görev dağılımında, terfi süreçlerinde ya da iletişimde adaletsizliğe uğradığınızı düşündüğünüz anlar oldu mu? Bu duruma nasıl yaklaştınız?
5. İş arkadaşlarınızın ya da yöneticilerinizin, tesettürlü kimliğinize yönelik açık ya da örtük tutumları mesleki ilişkilerinizi nasıl şekillendirdi?
6. İş hayatınızda karşılaştığınız en çarpıcı olaylardan birini paylaşabilir misiniz? Bu olayın sizin üzerinizdeki psikolojik ya da sosyal etkileri neler oldu?
7. Tesettürlü birey olarak çalıştığınız kurumun kapsayıcılık politikalarını nasıl değerlendiriyorsunuz? Bu politikalar sizin ihtiyaç ve hassasiyetlerinize ne ölçüde yanıt veriyor?
8. Karşılaştığınız zorluklarla başa çıkma yöntemleriniz neler oldu? Aile, arkadaş çevresi veya profesyonel destek bu süreçte ne derece etkiliydi?
9. İş hayatında tesettürlü bireylere yönelik ayrımcılığın önlenmesi adına sizce kurumlar ve yöneticiler ne tür yapısal değişiklikler yapmalıdır?
10. Bugüne kadar yaşadığınız tecrübeler ışığında, yeni iş hayatına atılacak tesettürlü bireylere hangi önerilerde bulunmak istersiniz?

YÖNTEM

Bu vaka çalışması, nitel araştırma yöntemine göre hazırlanarak derinlemesine mülakat tekniği kullanılarak oluşturulmuştur.

Örnek Vaka Tanımı:

- Katılımcı: E. A. , 34 yaşında, Antalya'da yaşamaktadır.
- Pozisyon: Çeşitli sektörlerde part-time ve tam zamanlı pozisyonlarda çalışmış, şu anda ise profesyonel iş hayatına devam etmektedir.
- Tecrübe: Üniversite yıllarından itibaren çalışma hayatına atılmış, farklı sektörlerde çeşitli iş deneyimlerine sahiptir.

Karşılaşılan Zorluklar:

Zorunlu Başörtüsü Açma Durumu: E. A., üniversite eğitimi sırasında hem eğitim hem de geçimini sağlamak amacıyla çeşitli işlerde çalışmak zorunda kalmıştır. Bu süreçte, başörtüsü nedeniyle doğrudan ayrımcılığa maruz kalmış ve bazı işyerlerinde yalnızca başörtülü olduğu için işe kabul edilmemiştir. Örneğin, bir medya ajansına ait gazetenin satışında görev almak istediğinde, başörtülü kişilerin satış yapmasının uygun görülmemesi nedeniyle başörtüsünü açarak çalışmak zorunda kalmıştır.

Bu olay, E.A'in dini kimliğiyle mesleki kimliği arasında bir çatışma yaşamasına neden olmuştur. Kendisini "değerlerinden taviz vermeye zorlanan bir birey" olarak hissetmiş ve bu durum onda suçluluk, değersizlik ve içsel ikilem duygularını tetiklemiştir. İşverenin yönelttiği baskının bireysel tercih alanına müdahale olarak algılanması, EA.'nin kendini baskı altında, görünmez ve dışlanmış hissetmesine yol açmıştır.

Part-Time İşlerde Ayrımcılık: Garsonluk gibi part-time işlerde çalışırken, organizasyon firmalarının başörtüsü takmayı yasaklayan tutumları ile karşılaşmıştır. E.A, bu zorlayıcı koşullar nedeniyle dini kimliğinden taviz vererek çalışmak durumunda kalmıştır. Bu durum hem psikolojik bir baskıya hem de kimlik çatışmasına neden olmuştur.

Bu zorlayıcı şartlar, E.A'te kimlik parçalanması hissi yaratmıştır. Kendi deyimiyle "hayatta kalmak uğruna inançlarından ödün vermek zorunda kalmak", bireysel bütünlüğünü zedeleyen bir travmaya dönüşmüştür. Yaşadığı psikolojik

baskı, utanç ve öfke duygularıyla birleşmiş, E.A'nin aidiyet hissini azaltmış ve kendini toplumda "makbul olmayan" bir birey olarak algılamasına neden olmuştur.

İş Başvurularında Aşağılama: E.A., Esenler'de bulunan bir fast food zincirine iş başvurusunda bulunduğunda, mağaza süpervizörünün kendisine yönelik "Bu halde mi çalışacaksınız, bu tiple mi?" şeklindeki küçümseyici ve dışlayıcı ifadesiyle açık bir ayrımcılığa maruz kalmıştır. Bu deneyim, E.A.'nın iş hayatına dair motivasyonunu ciddi şekilde etkilemiştir. Bu olay, E.A.'nın mesleki özsaygısına ağır bir darbe olmuştur. Kimliğine doğrudan yöneltilen bu küçümseyici söylem, E.A.'da aşağılanmışlık, ötekileştirilmişlik ve değersizlik duygularını derinleştirmiştir. Ayrıca bu deneyim, ilerleyen iş başvurularında güven eksikliği ve kaygı geliştirmesine neden olmuştur. Kendisini sürekli "kanıtlamak zorunda kalan" bir birey olarak hissetmiştir.

Eğitim Ortamında Ayrımcılık: Üniversite döneminde başörtüsü yasağının kademeli olarak kaldırıldığı süreçte, E.A., bazı akademisyenlerin olumsuz tepkileriyle karşılaşmıştır. Başörtülü olduğu için derse alınmamakla tehdit edilmiş, hatta başörtüsünü takarak derse girmesi nedeniyle öğretmenleri tarafından azarlandığı olmuştur. Bir öğretmen, E.A.'yı başörtüsünü çıkararak gazete satmak zorunda kaldığı için "Bu ne perhiz, bu ne lahana turşusu" şeklinde küçümsemiş; dini tercihlerini ekonomik ihtiyaçlar nedeniyle "feda ettiği" yönünde suçlayıcı ifadeler kullanmıştır. Bu olay, E.A.'nın dini inancını bir "araç" gibi gören bakış açısıyla karşı karşıya kalmasına neden olmuştur. Kimliğinin hem dini hem de ekonomik yönleri arasında yapılan bu değer yargısı, E.A.'da yoğun bir adaletsizlik ve yalnızlık duygusu doğurmuştur. Eğitimciden gelen bu tür suçlayıcı ifadeler, E.A.'nın akademik ortamlara olan güvenini zedelemiş, akademik başarılarına gölge düşürecek düzeyde bir güvensizlik yaratmıştır.

Çözüm Önerileri:

Ayrımcılıkla Mücadele ve Denetim Mekanizmaları: İşyerlerinde ve eğitim kurumlarında başörtüsü nedeniyle ayrımcılığı önleyici denetim mekanizmaları kurulmalı; ayrımcı uygulamalarda bulunan kişi veya kurumlara yönelik yaptırımlar açık şekilde uygulanmalıdır.

Farkındalık ve Eğitim Programları: Çalışanlara ve yöneticilere yönelik, inanç özgürlüğü, insan hakları ve toplumsal çeşitlilik konularında farkındalık artırıcı eğitim programları düzenlenmelidir.

Hukuki Destek Mekanizmaları: Ayrımcılığa maruz kalan bireylerin hukuki destek alabilecekleri, başvuru yapabilecekleri bağımsız danışma merkezleri kurulmalıdır. Bu merkezler, hem psikolojik destek sağlamalı hem de hukuki süreçlerde rehberlik etmelidir.

İstihdamda Eşitlik Politikaları: Kamu ve özel sektör kuruluşlarında, başörtülü bireylerin eşit işe alım ve terfi fırsatlarına erişimini sağlamak için kapsayıcı insan kaynakları politikaları geliştirilmelidir.

Örnek Vaka Tanımı 2:

- Katılımcı: B.K., 25 yaşında, Ankara'da yaşamaktadır.
- Pozisyon: Eğitim fakültesi mezunu olan B.K., öğretmenlik alanında kariyer hedeflemektedir.
- Tecrübe: Üniversite eğitimi boyunca gönüllü öğretmenlik projelerinde ve kısa süreli stajlarda yer almıştır. Ayrıca eğitim hayatı boyunca çeşitli ayrımcılık deneyimleri yaşamıştır.

Karşılaşılan Zorluklar:

Eğitim Hayatında Başörtüsü Yasağına Maruz Kalma: 2014 yılında, B.K. ortaokul 8. sınıf öğrencisiyken karne törenine ilişkin bir olay yaşamıştır. O dönem okuduğu devlet okulunda, başörtülü öğrencilerin okul binasına girmeleri yasaktı. Karne günü için kılık kıyafet serbestisi tanındığını öğrendikten sonra, bir hafta boyunca her gün sınıf öğretmenine başörtüsüyle gelebileceğini teyit etmiş, her defasında olumlu yanıt almıştır. Ancak karne günü geldiğinde, sınıfa girmek üzereyken öğretmeni ani ve sert bir şekilde tepki göstermiş; B.K.'yı başörtüsüyle sınıfa almayacağını belirterek, "Kesinlikle bu şekilde giremezsin, kafanı aç öyle gel" sözleriyle dışarı çıkarmıştır. Sınıfın kapısı yüzüne kapatılmış, yaşadığı bu durum karşısında büyük bir psikolojik sarsıntı yaşamıştır. Destek aramak amacıyla müdür yardımcısına ve okul yönetimine başvurduğunda da aynı tutumla karşılaşmış; okul yönetimi, başörtüsünü çıkarmadığı sürece karnesini alamayacağını belirtmiştir.

Annesiyle birlikte sınıfa alındığında, öğretmeni annesinin yanında da aynı talebi yinelemiş; annesi, ortamın gerilimini azaltmak amacıyla kızının başörtüsünü çıkarmasına yardımcı olmuştur. Karnesini ancak bu şekilde alabilen B.K., okulun tuvaletinde ağlayarak başörtüsünü yeniden takmıştır. Bu olayın ardından okuldan ayrılmış, yaşadığı travma yıllar boyunca zihninde iz bırakmıştır.

İşe Alım Sürecinde Ayrımcılık: Üniversite mezuniyetinden sonra öğretmenlik başvurularında bulunan B.K., bazı özel okullar tarafından yalnızca başörtülü olması nedeniyle reddedildiğini belirtmiştir. Bir kurumda, "kurum kültürüne uygun olmadığını" belirten dolaylı gerekçelerle mülakat sonrası sürece dahil edilmemiştir. Başörtüsü, mesleki yeterliliğinin önüne geçen bir etken olarak değerlendirilmiş ve bu durum, B.K.'nın mesleki motivasyonunu olumsuz etkilemiştir.

Çözüm Önerileri:

Eğitim Kurumlarında Hak Temelli Yaklaşımlar: Öğrencilerin dini inançlarına saygı temelinde eğitim hakkına erişimi güvence altına alınmalıdır. Geçmişte yaşanan yasakçı uygulamaların etkileri göz önüne alınarak, eğitim kadrolarına yönelik insan hakları, inanç özgürlüğü ve pedagojik duyarlılık eğitimleri düzenlenmelidir.

Ayrımcılıkla Mücadelede Geriye Dönük Psikososyal Destek: Başörtüsü yasağının uygulandığı dönemlerde bu tür ayrımcı uygulamalara maruz kalmış bireyler için psikososyal destek mekanizmaları oluşturulmalı; travmaların etkisini azaltmaya yönelik danışmanlık hizmetleri sunulmalıdır.

İşe Alım Süreçlerinde Kapsayıcılığın Sağlanması: Özel ve kamu sektöründe, işe alım süreçlerinin şeffaf ve adil şekilde yürütülmesi, dini kimlik temelinde ayrımcılık yapılmasının önüne geçilmesi gerekmektedir. İnsan kaynakları politikaları kapsayıcılık ilkesine göre yeniden düzenlenmelidir.

Yasal ve Kurumsal Denetim: Hem eğitim hayatında hem de istihdam alanında başörtüsü nedeniyle yaşanan ayrımcılıkların önüne geçilmesi adına etkili yasal düzenlemeler ve bağımsız denetim mekanizmaları geliştirilmelidir.

Örnek Vaka Tanımı 3:

- Katılımcı: B.A., 37 yaşında, İstanbul'da yaşamaktadır.
- Pozisyon: Eğitim alanında kariyer hedefleyen bir bireydir.
- Tecrübe: Kocaeli Üniversitesi mezunu olan B.A., akademik başarıları ve alan bilgisiyle öne çıkan bir adaydır. Daha önce çeşitli eğitim kurumlarında görev almıştır.

Karşılaşılan Zorluklar:

Mülakat Sürecinde Psikolojik Baskı ve Dışlayıcı Tutum: B.A., Kocaeli Üniversitesi'nde açılan bir akademik pozisyona başvuruda bulunmuştur. Sahip olduğu yüksek diploma notu, mezun olduğu üniversiteyle pozisyonun bağlantılı olması ve iş deneyimleri sayesinde, söz konusu pozisyon için güçlü bir adaydır ve bu işe alınacağına dair yüksek bir beklenti içerisindedir. Mülakat günü, kurumda çalışacak kişilerin başörtüsünü çıkarmaları gerektiğini bildiği halde, bu uygulamanın sadece iş sürecini kapsadığını ve mülakat sırasında böyle bir talebin olmayacağını varsayarak başörtülü şekilde görüşmeye gitmiştir. Ancak, mülakat öncesinde kurum yetkililerinden biri tarafından başörtüsünü çıkarması yönünde dolaylı bir uyarı almıştır. Bu durum karşısında büyük bir kararsızlık yaşamış, lavaboya giderek ağlamış ve yoğun duygusal baskı altında kalmıştır. Buna rağmen, işe duyduğu ihtiyaç nedeniyle başörtüsünü çıkararak mülakat koridorunda beklemeye devam etmiştir. Görüşme sırasında kendisine yöneltilen tutum son derece mesafeli ve dışlayıcı olmuştur; yüzüne dahi bakılmadan, soğuk ve ters bir iletişim kurulmuş; kısa süre sonra da pozisyona uygun olmadığı belirtilerek reddedilmiştir. Mülakat çıkışında lavaboda aynaya baktığında, başörtüsünün altında takılı olan bone'nin alnında çizgi bıraktığını fark etmiş, bu görüntü kendisinde derin bir üzüntü ve utanç duygusu yaratmıştır. Uzun süre bu deneyimin etkisinden çıkamayan B.A., nihayetinde, kendi akademik yeterliliğinden daha düşük puanlara sahip bir adayın pozisyona kabul edildiğini öğrenmiştir.

Çözüm Önerileri:

Akademik Kurumlarda Şeffaf ve Adil Seçim Süreçleri: Eğitim kurumları, işe alım ve mülakat süreçlerinde adayların dini inanç ve dış görünüşlerinden bağımsız bir değerlendirme sistemi benimsemelidir. Bu süreçlerin şeffaf ve denetlenebilir olması, ayrımcılığın önüne geçilmesinde büyük rol oynar.

Kurumsal Ayrımcılıkla Mücadele Politikaları: Üniversiteler dahil tüm eğitim kurumlarında, başörtüsü gibi dini simgelere karşı uygulanan örtük ya da açık ayrımcı politikalar yasaklanmalı; insan haklarına aykırı uygulamalara karşı denetim ve yaptırım mekanizmaları kurulmalıdır.

Psikolojik Destek ve Farkındalık Geliştirme: Mülakat sürecinde inanç temelli baskıya maruz kalan bireylerin yaşadığı psikolojik travmaların giderilmesi için danışmanlık ve destek hizmetleri sunulmalıdır. Aynı zamanda kurum çalışanlarına yönelik inanç özgürlüğü, toplumsal cinsiyet eşitliği ve kapsayıcılık temalı eğitimler düzenlenmelidir.

Eşitlik Temelli İK Politikaları: Başörtülü bireylerin yalnızca başörtüsü taktıkları için işe alınmaması ya da pozisyona uygun görülmemesi gibi durumların önüne geçilmesi adına, tüm kurumların insan kaynakları politikaları eşitlik ilkesi doğrultusunda gözden geçirilmeli ve yeniden yapılandırılmalıdır.

Örnek Vaka Tanımı 4:

- Katılımcı: S.K., 29 yaşında, İstanbul'da ikamet etmektedir.
- Pozisyon: Serbest çalışan olarak fuar organizasyonlarında tercümanlık ve hosteslik yapmıştır.
- Tecrübe: Uzun süreli saha deneyimine sahip olan S.K., fuarlarda simultane ve ardıl tercümanlık yapmış; aynı zamanda tanıtım ve temsil görevlerinde bulunmuştur. Sektörde görünür bir profesyonel kimlik kazanmışken, tesettüre girdikten sonra mesleki anlamda dışlanma yaşamıştır.

Karşılaşılan Zorluklar:

Fuar Sektöründe Görünüm Temelli Ayrımcılık: S.K., başörtüsü takmadan önce birçok fuarda tercümanlık ve hosteslik gibi pozisyonlarda düzenli olarak görev almıştır. Ancak tesettüre girdikten sonra iş tekliflerinde ciddi bir düşüş yaşamıştır. Fuar organizasyonlarında görev alan personelin "açık" ve belirli bir dış görünüme sahip olması gerektiğine dair örtük beklentiler nedeniyle, S.K.'nın başörtülü olması sektördeki işverenler tarafından bir "uyumsuzluk" unsuru olarak değerlendirilmiştir. Bu durum, S.K.'nın mesleki kimliğinde bir kırılma yaratmıştır. Daha önce başarıyla sürdürdüğü profesyonel yaşamı, yalnızca görünümündeki bir değişiklik nedeniyle kesintiye uğramıştır. Bu dışlanma, bireyin yalnızca mesleki

yetkinlikleriyle değil, aynı zamanda fiziksel görünümüyle değerlendirildiği bir sistemsel sorunu işaret etmektedir. S.K.'nın yaşadığı bu dönüşüm, onun meslekten uzaklaşmasına neden olurken; kişisel değer algısında da sarsılmalara yol açmıştır.

Acil Durumda Yaşanan Dışlayıcı Uygulama: Bir fuar ajansı tarafından, son dakika gelişen bir iptal durumunda, firmaya gönderilen S.K., görev yerine ulaştığında firma temsilcileri tarafından başörtüsü gerekçesiyle geri çevrilmiştir. Firma, "açık bayan" talep ettiklerini belirterek S.K.'yı fuar alanında çalıştırmamış; ajans ise yalnızca yol ücretini karşılayarak durumu geçiştirmiştir. Bu olay S.K. üzerinde hem mesleki hayal kırıklığı hem de kişisel bir değersizlik hissi yaratmıştır. Bu deneyim, S.K.'nın profesyonel aidiyetini zedelediği gibi, dış dünyayla kurduğu güven ilişkisini de örselemiştir.

Sektörden Dışlanma ve İşsizlik: Tesettüre girdikten sonra, hosteslik ve tercümanlık sektöründen adeta "afaroz edildiğini" ifade eden S.K., daha önce kolayca erişebildiği işlere başvurduğunda olumsuz geri dönüşler almaya başlamıştır. Kıyafet tercihleri nedeniyle sistematik biçimde dışlanmış; bu durum, ekonomik bağımsızlığını ve kariyer planlarını olumsuz etkilemiştir. S.K.'nın "afaroz edilme" ifadesi, yaşadığı dışlanmanın yalnızca mesleki değil, aynı zamanda sosyal aidiyet alanlarına da sirayet ettiğini göstermektedir. Önceden saygınlık ve görünürlük kazandığı sektörde artık kabul görmemesi, onun kendilik algısını zayıflatmış ve içsel bir güvensizlik geliştirmesine neden olmuştur. Bu süreç, öz değer kaybı, yalnızlık ve sosyal izolasyon hislerini besleyerek bireyde uzun süreli bir travmatik iz bırakabilir.

Çözüm Önerileri:

Görünüm Temelli Ayrımcılıkla Mücadele: Fuar ve etkinlik organizasyonlarında çalışan seçimi yapılırken yalnızca fiziksel görünüme dayalı kriterlerin değil, profesyonel yetkinliklerin esas alınması gerekmektedir. Gerek özel sektör gerekse organizasyon ajanslarında ayrımcılıkla mücadeleye yönelik farkındalık çalışmaları yapılmalı; işe alım süreçlerinde çeşitliliği teşvik eden politikalar uygulanmalıdır.

Sözleşmeli Güvence ve Hak Koruma Mekanizmaları: Ajanslar tarafından çalışanlara sunulan görevlerde ani iptaller ya da dışlayıcı uygulamalara

karşı yasal güvenceler sağlanmalıdır. Özellikle işveren talepleriyle ilgili ayrımcı pratiklerin önüne geçmek için sektörel etik kodlar oluşturulmalı, çalışan hakları net bir biçimde güvence altına alınmalıdır.

İstihdamda Kapsayıcı Yaklaşımın Geliştirilmesi: Başörtülü bireylerin istihdamda karşılaştığı görünmez bariyerlerin kaldırılması adına kamu kurumları ve sektörel dernekler işbirliği yapmalı; görünüm temelli önyargılarla mücadelede aktif rol oynamalıdır. Meslek örgütleri, kadınların kıyafet tercihlerinden bağımsız olarak eşit fırsatlara sahip olmalarını destekleyecek projeler geliştirmelidir.

Psikososyal Destek ve Dayanışma Ağları: Ayrımcılığa uğrayan bireyler için psikolojik danışmanlık ve hukuki destek hizmetlerinin erişilebilir kılınması önemlidir. Ayrıca benzer deneyimler yaşayan kadınların bir araya gelerek dayanışma içinde olabilecekleri platformlar oluşturulmalı; bu sayede yalnızlaştırıcı etkilerin önüne geçilmelidir.

Örnek Vaka Tanımı 5:

- Katılımcı: A.B., 30 yaşında, İstanbul'da yaşamaktadır.
- Pozisyon: Moda sektöründe çeşitli pozisyonlarda çalışmıştır.
- Tecrübe: A.B., moda sektöründe edindiği deneyimle özellikle satış, ürün tanıtımı ve müşteri ilişkileri alanlarında kendini geliştirmiştir. Ancak başörtüsü tercihinden sonra, niteliklerine rağmen kariyerinde ilerleme kaydetmekte güçlük yaşamıştır.

Karşılaşılan Zorluklar:

Görünüm Temelli Mesleki Sınırlamalar: A.B., uzun süre bir moda markasında çalışmış; sektöre dair bilgi ve becerileriyle kendisini kanıtlamıştır. Ancak, şirket içerisinde daha prestijli ve yükselme potansiyeli taşıyan "stil danışmanı" pozisyonuna getirilmemiştir. Bu kararın ardında, başörtülü kimliğinin şirketin hedeflediği müşteri kitlesiyle "uyumlu" bulunmaması yatmaktadır. Görünüm temelli bu değerlendirme, A.B.'nin yetkinliklerinin göz ardı edilmesine neden olmuştur. Bu durum A.B. için yalnızca bir kariyer duraklaması değil, aynı zamanda açık bir ayrımcılık biçimi olarak deneyimlenmiştir. Kimliğinin bir parçası olan başörtüsünün profesyonel niteliklerinden daha fazla önemsenmesi, onun aidiyet duygusunu ve mesleki özsaygısını zedelemiştir. Bu tarz dışlayıcı değerlendir-

meler, kişide değersizlik hissini besleyebilir ve "başarılı olsam da görünüşüm yüzünden yeterli sayılmıyorum" algısını güçlendirir.

Kariyer İlerlemesinin Engellenmesi: Moda sektöründe sıklıkla dış görünüşe dayalı önyargıların etkili olduğu pozisyonlarda, A.B. başörtülü olması nedeniyle geri planda bırakılmıştır. Eğitim, tecrübe ve performans kriterleri bakımından yeterli olmasına rağmen, müşteri temsiliyeti gerekçesiyle yönetici kadrolara ya da danışmanlık rollerine terfi ettirilmemiştir. Bu tür örtülü ayrımcılık mekanizmaları, bireyde sürekli bir yetersizlik ve başarısızlık hissi oluşturabilir. Oysa A.B., görünümünün ötesinde güçlü bir müşteri iletişimi ve sektörel bilgiye sahiptir. Terfi etme hakkı elinden alındığında, emeklerinin değersizleştirildiğini hissetmiş; bu da özgüveninde zedelenmeye yol açmıştır. Kendisini iş yerinde "görünmez" ya da "istenmeyen" biri gibi hissetmesi, kurumsal bağlılığı da köklü biçimde zayıflatmıştır.

Mesleki Motivasyon Kaybı ve Aidiyet Sorunu: İş yerinde dışlanmış hissetmesi, A.B.'nin kurumsal aidiyetini zedelemiş ve sektördeki motivasyonunu ciddi biçimde etkilemiştir. Profesyonel gelişimine ket vurulması, yalnızca kariyer planlarını değil, aynı zamanda kişisel özgüvenini de olumsuz yönde etkilemiştir. Bu süreç, bireyde yalnızca mesleki tükenmişlik yaratmakla kalmaz; aynı zamanda kendilik değerini de örseler. A.B.'nin yaşadığı dışlanma, "başarının görünümle ölçüldüğü" inancını pekiştirmiştir. Bu da hem kişisel hayal kırıklığını artırmış hem de sektörde kalıcılığını sorgulamasına neden olmuştur. Kendini iş yerinde temsil edilemeyen ve savunulmayan biri olarak hissetmesi, ona derin bir yalnızlık ve yıpranmışlık hissi bırakmıştır.

Çözüm Önerileri:

Ayrımcılık Karşıtı Kurumsal Politikaların Uygulanması: Moda sektöründe, çalışanların kıyafet tercihlerinden bağımsız olarak liyakat temelli değerlendirilmesini sağlayacak insan kaynakları politikaları geliştirilmeli ve uygulanmalıdır. Kurum içi terfilerde, çalışanların yetkinliklerine ve performansına dayalı objektif kriterler esas alınmalıdır.

İşe Alım ve Terfi Süreçlerinde Farkındalık Eğitimi: Görünüm temelli önyargıların önüne geçilmesi adına yöneticilere ve insan kaynakları personeline kapsayıcılık ve çeşitlilik odaklı eğitimler verilmelidir. Bu sayede, başörtülü bi-

reylerin de moda sektöründe aktif ve görünür roller üstlenmeleri sağlanabilir.

Kadın Çalışanların Temsiliyetinin Artırılması: Moda sektöründe farklı giyim tarzlarını temsil eden kadınların yönetim kadrolarında daha fazla yer alması teşvik edilmelidir. Çeşitli giyim tercihlerine sahip bireylerin, müşterilere sunulan hizmet ve ürünlerde kapsayıcı bir temsil sağlaması, hem sektörel çeşitliliği artıracak hem de müşteri kitlesiyle daha geniş bir bağ kurulmasına olanak tanıyacaktır.

Mentorluk ve Destek Programları: Başörtülü kadınların sektördeki kariyer gelişimlerini desteklemek amacıyla mentorluk programları ve mesleki dayanışma ağları oluşturulmalıdır. Bu programlar, kişisel gelişim fırsatları sunarken aynı zamanda sektörel görünürlüklerini ve özgüvenlerini artıracaktır.

Örnek Vaka Tanımı 6:

- Katılımcı: I.A.S., 30 yaşında, Tanzanya'da ikamet etmektedir.
- Pozisyon: Diş hekimi asistanı olarak özel bir klinikte görev yapmaktadır
- Tecrübe: I.A.S., sağlık sektöründe uzun yıllardır çalışan, alanında deneyimli ve sorumluluk sahibi bir sağlık personelidir. Hastalarla iletişimi güçlü, teknik becerileri yüksek bir profesyonel olmasına rağmen, başörtüsü tercihi nedeniyle kariyer basamaklarında ilerleme fırsatları sınırlanmıştır.

Karşılaşılan Zorluklar:

Görünüm Temelli Kariyer Engelleri: I.A.S., çalıştığı klinikte birçok defa terfi için değerlendirilmiş olmasına rağmen, her seferinde daha az tecrübeye sahip "açık" meslektaşlarının tercih edildiğini gözlemlemiştir. Kurum içi yönetim, hasta ilişkilerinde "modern ve açık bir görünüm"ün tercih edildiğini ima ederek, I.A.S.'in başörtülü kimliğini bir "engel" olarak değerlendirmiştir. Bu yaklaşım, liyakat ilkesine aykırı biçimde, görünüm temelli ayrımcılığı beraberinde getirmiştir. Bu durum I.A.S.'ta yalnızca profesyonel değil, kişisel bir yetersizlik duygusu da yaratmıştır. Dış görünüşünün, mesleki liyakatinin önüne geçmesi, onun emeklerinin görmezden gelinmesine yol açmıştır. Bu, aynı zamanda kadın kimliğinin ve dini tercihinin kurum tarafından kabul edilmediği hissini de beraberinde getirerek, derin bir dışlanmışlık ve öfke duygusu doğurmuştur.

Kurumsal Yetersizlik ve Belirsizlik: Terfi kriterlerinin yazılı bir biçimde belirlenmemesi, subjektif değerlendirmelere zemin hazırlamıştır. I.A.S., resmi olarak gerekçelendirilmemiş kararlarla terfi sürecinin dışında bırakıldığını belirtmektedir. Bu durum, iş yerinde şeffaflık eksikliğine ve kurumsal güvensizliğe neden olmuştur. Belirsizlik, çalışanların motivasyonunu doğrudan etkileyen temel bir faktördür. I.A.S., açık ve adil bir sistemde yer almadığını hissettiği için iş yerinde geleceğine dair umutlarını yitirmeye başlamıştır. Bu durum sadece bir çalışan olarak değil, bir birey olarak da değersizleştirildiği düşüncesini pekiştirmiştir.

Motivasyon Kaybı ve Mesleki Yabancılaşma: Kariyer hedeflerine ulaşamamak, I.A.S.'in mesleki motivasyonunu önemli ölçüde azaltmıştır. Yıllar içinde gösterdiği emeğin takdir edilmemesi, iş ortamına duyduğu aidiyeti zayıflatmış; aynı zamanda kıyafet tercihi üzerinden yargılanmak, kişisel düzeyde dışlanmışlık hissi doğurmuştur. Yıllar içinde özveriyle çalışmasına rağmen görünmeyen bir "cam tavan"a çarpmak, bireyin iş yerindeki kimliğini sorgulamasına neden olur. I.A.S., sadece kariyerini değil; aynı zamanda iş yerinde var olma hakkını da sorgulamaya başlamıştır. Bu durum aidiyet duygusunu zayıflatmış ve onu işine yabancılaştırmıştır.

Çözüm Önerileri:

Sağlık Sektöründe Eşitlik Temelli Terfi Politikaları: İş yerlerinde terfi süreçlerinin, açık ve nesnel kriterlere dayalı biçimde yürütülmesi sağlanmalıdır. Çalışanların dış görünüşleri ya da dini kimlikleri yerine, mesleki becerileri, performansları ve hasta memnuniyeti gibi ölçütler esas alınmalıdır.

Kurumsal Farkındalık ve Çeşitlilik Eğitimi: Sağlık sektöründeki yöneticilere yönelik ayrımcılık karşıtı eğitimler düzenlenmeli; başörtülü kadınların mesleki yeterlilikleri konusunda önyargıların kırılması hedeflenmelidir. Böylece kapsayıcı ve güvenli bir çalışma ortamı teşvik edilebilir.

Hak Temelli İzleme ve Denetleme Mekanizmaları: Çalışanların terfi, maaş artışı ve görev dağılımı gibi konularda adil uygulamalarla değerlendirilmeleri için bağımsız denetim mekanizmaları geliştirilmelidir. Özellikle özel sektör kliniklerinde, sağlık çalışanlarının haklarının korunmasına yönelik hu-

kuki ve etik çerçeveler netleştirilmelidir.

Kadın Sağlık Çalışanlarına Yönelik Dayanışma Ağları: Başörtülü kadın sağlık çalışanlarının benzer deneyimleri paylaşabilecekleri, haklarını savunabilecekleri ve profesyonel destek alabilecekleri yerel ya da uluslararası dayanışma platformları kurulmalıdır. Bu tür yapılar, yalnızlaştırma ve görünmez bariyerlerle mücadelede önemli bir rol oynayabilir.

Örnek Vaka Tanımı 7:

- Katılımcı: G.T., 29 yaşında, Türkiye'de yaşamaktadır.
- Eğitim ve İş Geçmişi: Lise eğitimini tamamladıktan sonra çeşitli meslek edinme kurslarına katılmıştır. Ancak başörtüsü nedeniyle eğitim sürecinde ayrımcılığa uğramış, mezuniyet sonrasında ise iş bulma sürecinde ciddi engellerle karşılaşmıştır.

Karşılaşılan Zorluklar:

Eğitim Sürecinde Başörtüsüne Yönelik Ayrımcı Tutumlar: G.T., lise yıllarında okul müdürlüğünün haftada bir gün kıyafet serbestliği tanıması üzerine, arkadaşlarıyla birlikte o günlerde başörtülü şekilde derse katılabilmiştir. Ancak, bir dil ve anlatım öğretmeni, bu hakkı tanımayı reddetmiş ve başörtülü öğrencilerin derse alınmayacağını belirtmiştir. G.T. ve arkadaşı, durumu okul müdürüne iletmiş; müdür, izin verdikten sonra kimsenin bu duruma karışamayacağını söyleyerek öğrencilere destek vermiştir. Fakat öğretmen, bu karara rağmen öğrencilere karşı tutumunu sertleştirmiş, onları sözlü sınavlarda bilinçli olarak zor sorularla karşı karşıya bırakmış ve düşük notlar vermiştir. Yazılı sınavlardan yüksek puan almalarına rağmen sözlü notlarının sıfır olması nedeniyle yıl sonunda sorumluluk sınavına kalmışlardır. Bu tür bir ayrımcılık, bireyin eğitim hakkının doğrudan ihlali anlamına gelir. G.T., okulda yalnızca akademik değil, kişilik temelli bir aşağılanmaya da maruz kalmıştır. Bu durum, genç yaşta güven duygusunu zedelemiş, adalet inancını sarsmıştır. Öğrencilik döneminde yaşanan bu adaletsizlik, onun eğitimden keyif alma ve geleceğe güvenle bakma duygularını önemli ölçüde zayıflatmıştır.

İş Başvurularında Sistematik Dışlanma: Mezuniyetin ardından G.T., iş hayatına atılmak için çeşitli mesleki gelişim kurslarına katılmış ve kendisini geliştirmeye çalışmıştır. Ancak başvurduğu birçok iş yerinden geri dönüş ala-

mamıştır. Özellikle büyük bir tekstil firması tarafından, nitelikleri uygun olmasına rağmen, yalnızca başörtüsü gerekçesiyle işe alınmadığını öğrenmiştir. İş bulma umuduyla çaba gösteren bir bireyin sadece dini kimliği nedeniyle geri çevrilmesi, emeklerinin hiçe sayılması anlamına gelir. Bu durum, G.T.'nin profesyonel kimliğini kurmasına engel olmuş ve kendi potansiyelini gerçekleştirme arzusunu baltalamıştır. Toplumsal ve ekonomik hayata katılamamak, ona "istenmeyen" ya da "dışarıda bırakılan" biri olduğu hissini vermiştir.

Psikolojik Yıpranma ve Umutsuzluk: Sürekli olarak dışlanma ve değersizleştirme deneyimlerine maruz kalan G.T., zamanla iş aramaktan vazgeçmiştir. Gururunun kırıldığını ve emeklerinin boşa çıktığını düşünerek toplumsal hayattan geri çekilmeye başlamıştır. Kendisini, yalnızca kıyafet tercihinden dolayı sistematik bir biçimde dışlanmış ve yok sayılmış hissetmektedir. Kıyafet seçiminin kişinin sosyal hayatla bağ kurmasını engellemesi, oldukça yıkıcı bir psikolojik etkidir. G.T., toplum tarafından sürekli olarak dışlandığını hissederek bireysel bir başarısızlık algısı geliştirmiştir. Oysa ki bu başarısızlık, bireysel yetersizlikten değil, sistematik ayrımcılıktan kaynaklanmaktadır. Bu farkındalık olmadan yaşanan dışlanma, bireyin öz saygısında ve yaşam enerjisinde ciddi düşüşe neden olur.

Çözüm Önerileri:

Eğitim Kurumlarında İnsan Hakları Temelli Yaklaşımın Güçlendirilmesi: Eğitim ortamlarında, öğrencilerin dini ve kültürel kimliklerine saygı duyulması anayasal bir hak olarak güvence altındadır. Bu bağlamda, öğretmen ve idarecilerin bu ilkeye uygun hareket etmesi için ayrımcılıkla mücadele odaklı hizmet içi eğitimler yaygınlaştırılmalıdır. Öğrencilerin kıyafet tercihleri üzerinden baskı görmeleri kabul edilemez; okul içi denetim mekanizmaları güçlendirilmelidir.

Sözlü Notlama Sisteminde Objektiflik ve Şeffaflık: Sözlü sınav uygulamalarında öğretmenlerin keyfi tutumlarının önüne geçmek için değerlendirme kriterleri standartlaştırılmalı ve notlandırma süreci şeffaf hale getirilmelidir. Öğrencilerin itiraz hakları açık biçimde tanımlanmalı ve bu süreçlerde bağımsız denetim sağlanmalıdır.

İstihdamda Görünüm Temelli Ayrımcılıkla Mücadele: Gökçen'in yaşadığı dışlanma, birçok başörtülü kadının ortak deneyimidir. İşverenlerin, işe alım süreçlerinde yalnızca mesleki yetkinlikleri esas almaları sağlanmalı; ayrımcılık yapan firmalara yönelik denetim ve yaptırımlar artırılmalıdır. Çeşitliliği teşvik eden işe alım politikaları yaygınlaştırılmalı ve görünüm temelli önyargıların önüne geçilmelidir.

Psikososyal Destek ve Güçlendirme Programları: İş hayatında ve eğitimde ayrımcılığa uğrayan bireylerin psikolojik olarak desteklenmesi, sosyal hayata yeniden katılımlarını sağlamak açısından önemlidir. Başörtülü kadınlara yönelik danışmanlık hizmetleri ve motivasyon artırıcı destek projeleri yaygınlaştırılmalıdır. Ayrıca benzer deneyim yaşayan bireyleri bir araya getiren dayanışma ağları, hem moral desteği hem de hak savunusu açısından kritik bir rol üstlenebilir.

Örnek Vaka Tanımı 8:

- Katılımcı: E.E., 38 yaşında, Bursa'da yaşamaktadır. Bekardır.
- Eğitim ve İş Geçmişi: Üniversite eğitimini jeoloji mühendisliği alanında tamamlamıştır. Özel sektörde 8 yıl boyunca çalışmış, son beş yıldır ise aktif olarak çalışmamaktadır. İlk çalıştığı kurumda kalite mühendisi olarak görev yapmış, burada herhangi bir ayrımcılıkla karşılaşmamış, çalışma ortamında saygı görmüştür. Ancak bu iş yerinin kapanmasının ardından yeni bir pozisyon arayışı sürecinde çeşitli ayrımcılık deneyimleri yaşamıştır.

Karşılaşılan Zorluklar:

Başörtüsüne Yönelik Önyargılar Nedeniyle İş Ortamında Dışlanma: Yeni iş arayışı sürecinde E.E., başörtüsü nedeniyle sistematik dışlanmayla karşılaşmıştır. Kalite mühendisi olarak başvurduğu bir firmada, nitelikleri tamamen uygun olmasına rağmen, yalnızca başörtülü olması gerekçesiyle çalıştırılmak istenmediği ifade edilmiştir. Ancak, firmanın yaklaşan denetlemeleri ve uzun süredir uygun aday bulamaması nedeniyle işe alınmıştır. Bu süreçte E.E., iş yerinin genel alanlarından uzak, izole bir ofise yerleştirilmiş ve iş arkadaşları tarafından marjinalleştirilmiştir.

İş Ortamında İletişim ve Bilgi Akışından Dışlanma: E.E., kurum içi ileti-

şimde kullanılan WhatsApp grubuna dahil edilmemiş, bilgi akışına ancak bireysel bilgilendirmeler yoluyla ulaşabilmiştir. İş yerindeki yöneticiler tarafından, gelen ziyaretçilerin olduğu zamanlarda görünmemesi yönünde uyarılmıştır. Bu durum, E.E.'nin mesleki katkılarına rağmen kurumsal aidiyet duygusunun zedelenmesine yol açmıştır.

Yoğun Emek Karşısında Takdir Eksikliği ve Hak Kaybı: E.E., çok kısa bir sürede (15 gün) şirketi denetime hazırlamış ve başarıyla denetimden geçirmiştir. Ancak bu süreçte kendisine herhangi bir destek sağlanmamış, denetim sonrası düzenlenen kutlamaya davet edilmemiş, verilen ikramiyelerden haberdar edilmemiştir. Kendisinin doğrudan katkısıyla sağlanan bu başarıya rağmen, görünmez kılınmıştır.

Yönetsel Ayrımcılık ve Profesyonel İtibarsızlaştırma: Kurumsal hiyerarşide kalite mühendisi olarak önemli bir konuma sahip olmasına rağmen, yönetim tarafından karar alma süreçlerinden dışlanmış, toplantılara çağrılmamış ve profesyonel unvanı yerine yalnızca "kaliteci" olarak anılmıştır. Bu durum, mesleki kimliğini ve emeğini değersizleştirmiştir.

Kurumsal Müdahale ile Adaletin Tesis Edilmesi: Beş ay sonra şirkete gelen iş yeri sahibi, E.E.'nin emeğini takdir ederek müdür dahil tüm yöneticileri ciddi şekilde uyarmış, E.E.'nin fiziksel çalışma koşullarını ve maaşını iyileştirmiştir. Bu süreç sonrası E.E.'ye yönelik tutumda dönüşüm yaşanmış, mesleki itibarı iade edilmiştir. Ancak E.E., geçmişte yaşadığı ayrımcılık nedeniyle iş arkadaşlarıyla mesafeli ilişkiler kurmuş ve beş yıl boyunca profesyonel sınırlarını koruyarak yalnızca işine odaklanmıştır.

Çözüm Önerileri:

İşe Alım Süreçlerinde Görünüm Temelli Ayrımcılığın Engellenmesi: İşverenlerin başörtüsü gibi dini/kültürel kimlik unsurlarını işe alım kriteri olarak kullanması, Anayasa'da güvence altına alınmış eşitlik ilkesine aykırıdır. Bu tür durumların önüne geçmek için denetim mekanizmaları güçlendirilmeli, işe alım süreçlerinde objektif ve liyakate dayalı değerlendirmeler esas alınmalıdır.

Kurumsal İletişimde Kapsayıcılığın Artırılması:

Kurum içi iletişim araçlarında tüm çalışanların eşit şekilde bilgilendirilmesi

sağlanmalıdır. Kişisel inançlar ya da dış görünüş gibi faktörler gerekçe gösterilerek herhangi bir çalışanın bilgi akışından dışlanması, profesyonel verimliliği düşürdüğü gibi psikolojik açıdan da yıpratıcıdır.

Kadınların Emeklerinin Görünür Kılınması ve Takdir Kültürünün Geliştirilmesi: Başarıya doğrudan katkısı olan çalışanların, kurumsal başarı öykülerinde yer bulması, motivasyonun ve iş tatmininin artmasına katkı sağlar. Kadın çalışanların emekleri, sembolik ve maddi yollarla takdir edilmeli; dışlayıcı uygulamalardan arındırılmış bir kurum kültürü oluşturulmalıdır.

Yönetici Eğitimi ve Sorumluluk Bilinci: Yöneticilere yönelik, eşitlik, adalet ve insan hakları odaklı hizmet içi eğitimler yaygınlaştırılmalıdır. Yönetim kademelerindeki kişilerin çalışanlara yönelik ayrımcı tutumları yalnızca bireyleri değil, kurumsal itibarı da zedeler.

Psikososyal Güçlendirme ve Destek Ağları: Çalışma hayatında ayrımcılığa uğrayan bireylerin yaşadığı travmalar uzun süreli etkiler bırakabilir. Bu nedenle, bu kişilere yönelik psikolojik destek mekanizmaları kurulmalı, benzer deneyim yaşayan bireylerin bir araya gelebileceği paylaşım grupları desteklenmelidir.

TEMATİK DEĞERLENDİRME ve BULGULAR

Bu çalışmada görüşülen kadınların anlatıları, dört ana temada yoğunlaşmaktadır: (1) Görünürlük ve dışlanma, (2) Ayrımcılık ve cam tavan, (3) İş-yaşam dengesi sorunları, (4) Psikolojik etkiler ve direnç stratejileri.

Görünürlük ve Dışlanma

Tesettürlü kadınların işyerindeki görünürlüğü, genellikle negatif bir anlam çerçevesinde konumlandırılmaktadır. Görünür olmak, kimliğin açık bir taşıyıcısı haline gelirken, bu durum çoğu zaman "öteki" olarak etiketlenmeye neden olmaktadır. Görüşülen katılımcılardan biri, "Toplantılarda herkes birbirine bakarak konuşuyor, ama ben konuşmaya başladığımda göz temasından kaçınıyorlar" şeklinde deneyimini aktarmıştır. Bu örnek, tesettürlü bireyin iş ortamında ne kadar 'görünür' olsa da, aslında görünmezleştirildiğini ortaya koymaktadır.

Ayrımcılık ve Cam Tavan

Özellikle özel sektörde görev yapan kadınlar, performanslarının yüksek olmasına rağmen terfi süreçlerinde dezavantajlı durumda olduklarını ifade etmektedir. Cam tavan kavramı burada önemli bir açıklayıcı işlev görmektedir. Katılımcılardan biri, «Yönetici pozisyonu için benimle aynı pozisyonda çalışan üç erkek arkadaş aday gösterildi. Benim hiç ismim bile geçmedi,» şeklinde gözlemde bulunmuştur.

Bu durum, hem cinsiyet temelli ayrımcılığın hem de dini görünürlüğün bir arada değerlendirilmesi gerektiğini göstermektedir. Nitekim literatürde de (Cotter et al., 2001), kadınların karşılaştığı terfi engellerinin sadece cinsiyet değil, çoklu kimlik kesişimleri bağlamında incelenmesi gerektiği belirtilmektedir.

İş-Yaşam Dengesi Sorunları

Bazı kurumlarda, mesai saatlerinin esnek olmaması, tesettürlü bireyler açısından hem aile yaşantısı hem de psikolojik dayanıklılık bakımından zorluk yaratmaktadır. Örneğin bazı kadınlar cuma günü ibadet vakitlerine riayet etmenin zorlaştığını, hatta bazen bu nedenle yöneticileri tarafından hoş karşılanmadıklarını ifade etmiştir.

Psikolojik Etkiler ve Direnç Stratejileri

Katılımcıların çoğu, sürekli olarak kendilerini kanıtlama ihtiyacı içinde olduklarını, bu durumun zamanla tükenmişlik hissine neden olduğunu vurgulamıştır. Ancak bazı kadınlar, bu durumu direnç geliştirme ve kendi topluluklarında destek mekanizmaları yaratma biçiminde dönüştürmüştür. Kadınlar, sosyal medya ve profesyonel ağlar aracılığıyla görünürlüklerini artırmakta ve deneyimlerini paylaşarak dayanışma geliştirmektedir.

ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Kurumsal Eğitim ve Farkındalık Programları

Çeşitlilik ve kapsayıcılık eğitimleri, yalnızca cinsiyet ve engellilik odaklı değil; aynı zamanda dini görünürlüğü de kapsayacak şekilde genişletilmelidir. İnsan Kaynakları departmanları, çalışanların bilinç düzeyini artırmak için düzenli aralıklarla atölye çalışmaları ve seminerler düzenlemelidir.

Objektif Performans Değerlendirme Sistemleri

Terfi ve ödüllendirme süreçlerinde nesnel performans kriterlerinin kullanılması sağlanmalı; dış görünüş ya da dini sembollere dayalı öznelliklerin bu süreçlere müdahale etmesi engellenmelidir. İç denetim mekanizmaları ve şikayet hatları bu konuda daha aktif hale getirilmelidir.

Mentorluk ve Rol Model Geliştirme

Tesettürlü bireylerin üst düzey pozisyonlarda görünürlüğü artırılarak, genç çalışanlara ilham verici rol modeller sunulmalıdır. Bu bağlamda, kurumlar içinde gönüllü mentorluk programları oluşturulmalı, özellikle yeni mezun kadınlara destek sağlanmalıdır.

Politika ve Hukuki Düzenlemeler

İş Kanunu ve Eşitlik Kurulu kararları, dini ayrımcılıkla ilgili daha açık hükümler içermeli, bu konuda somut yaptırımlar belirlenmelidir. Ayrıca, işe alım süreçlerinde "kör CV" uygulamaları yaygınlaştırılarak önyargılı değerlendirme riski azaltılabilir.

İş hayatında **kör CV (anonim özgeçmiş)** uygulaması, başta tesettürlü bireyler olmak üzere; cinsiyet, ırk, din, yaş, fiziksel görünüş gibi **kişisel özellikleri nedeniyle ayrımcılığa uğrayabilecek tüm bireylerin** daha adil şekilde değerlendirilmesini amaçlayan bir yöntemdir.

Kör CV, adayın işe alım sürecinde yalnızca **eğitimi, iş deneyimi, yetkinlikleri ve becerilerine** odaklanılmasını sağlamak için, şu bilgilerin özgeçmişten çıkarılmasıyla hazırlanır:

- Ad-soyad
- Cinsiyet
- Doğum tarihi (yaş)
- Fotoğraf
- Medeni hal
- Dinî veya etnik kimliği çağrıştırabilecek bilgiler
- Gerekirse mezun olunan lise (özellikle imam hatip gibi kimliği yansıtan okullar)

Tesettürlü Bireyler İçin Kör CV'nin Önemi

Görünüş Temelli Önyargıların Engellenmesi

Başörtüsü takan bireyler, fotoğraflı özgeçmişlerde dış görünüşleri nedeniyle ön değerlendirme aşamasında elenebilmektedir. Kör CV sayesinde bu önyargılar devre dışı bırakılır.

Yetenek ve Deneyime Odaklanılması

Adayın sadece mesleki yeterliliği, eğitimi ve başarıları dikkate alınır. Böylece tesettürlü bireyler "kılık kıyafet" veya "kurumsal imaja uygunluk" gibi sübjektif kriterlere göre dışlanmaz.

İlk Görüşmede Fırsat Eşitliği

Mülakata çağrılan aday, görünüşüyle değil, sunduğu bilgi ve deneyimle o noktaya gelmiş olur. Bu, psikolojik olarak da adayın kendine güvenini artırır.

Türkiye'de Kör CV Uygulaması – Sektörel Örnekler ve Girişimler

Belediyeler ve Kamu Kurumları

- **İstanbul Büyükşehir Belediyesi (İBB)**: 2020 yılında İBB, işe alım süreçlerinde adil fırsatlar sağlamak amacıyla "**anonim CV**" uygulamasını başlatmıştır. İBB Kariyer sitesi üzerinden yapılan başvurularda adayların kişisel bilgileri gizlenerek sadece eğitim ve deneyim esas alınmaya başlamıştır.
    - ► *Amaç:* Özellikle kadınlar, engelliler ve başörtülü bireyler gibi ayrımcılığa açık grupların eşit değerlendirilmesi.

Bankacılık ve Finans Sektörü

- **Garanti BBVA** ve **QNB Finansbank** gibi kurumlar, insan kaynakları süreçlerinde çeşitliliği desteklemek için zaman zaman **kör CV** ile ön eleme uygulamalarına başvurduklarını açıklamışlardır.
    - ► *Vurgulanan Nokta:* Cinsiyet ve yaş bilgisi olmadan sadece teknik yetkinliklere göre sıralama.

Sağlık Sektörü – Özel Hastaneler

- Bazı özel hastane grupları (özellikle İstanbul merkezli) iç eğitim ve personel alımında **anonim değerlendirme** modelini denemeye başlamıştır.

► *Neden önemli?* Başörtülü sağlık personelinin "kurumsal görünüm" gerekçesiyle dışlanma ihtimali azaltılıyor.

Perakende ve Hizmet Sektörü

- **Zara Türkiye**, **LC Waikiki** gibi firmalar, yurtdışı merkezlerinden gelen insan hakları odaklı politikalar doğrultusunda, pozisyon bazlı alımlarda anonim ön eleme uygulamalarını test etmiştir.
  ► *Sınırlı ancak umut verici bir örnek:* Özellikle bölge müdürlüğü gibi merkez ofislerde kullanımı daha yaygın.

5. Teknoloji ve Yazılım Şirketleri

- **Trendyol**, **Insider**, **Peak Games** gibi şirketler, teknik pozisyonlar için değerlendirmede adayların yalnızca yazılı sınav ve yetkinlik bazlı sıralandığı sistemleri uygulamaktadır.
  ► *Kör CV doğrudan kullanılmasa da*; "ön yargısız işe alım" anlayışı desteklenmektedir.

Uluslararası Uygulamalarla Kıyas

- **Fransa** ve **Hollanda**, kamu sektöründe kör CV uygulamasını yasal zorunluluk haline getirmiştir.
- **İngiltere**'de BBC ve bazı üniversiteler, işe alımda yalnızca nitelik ve deneyime dayalı **anonim değerlendirme panelleri** kullanmaktadır.

Uzun Vadede Kör CV'nin Türkiye'deki Potansiyel Katkıları

1. Tesettürlü bireylerin ön değerlendirme sürecinde elenme oranının azalması
2. Kadınların liderlik pozisyonlarına başvuru cesaretinin artması
3. Kurumsal çeşitlilik politikalarının daha sağlam temellere oturtulması
4. Gençlerin ve etnik azınlıkların da daha adil değerlendirilmesi

SONUÇ

Tesettürlü bireylerin iş yaşamında karşılaştığı zorluklar, bireysel tercihlerden ya da yetkinlik eksikliklerinden değil; kökleri derinlere uzanan yapısal ve kültürel ayrımcılık mekanizmalarından beslenmektedir. Özellikle başörtüsü gibi görünür bir dini kimlik işaretinin taşıdığı sembolik anlam, birçok kurumda "tarafsızlık", "profesyonellik" veya "modernlik" gibi subjektif kavramlarla çatıştığı varsayılmakta; bu da tesettürlü bireylerin işgücü piyasasına eşit koşullarda katılmalarını engellemektedir. Bu durum, yalnızca işe alım süreçlerinde değil; terfi, ücretlendirme, temsil ve liderlik pozisyonlarına erişim gibi kariyerin diğer aşamalarında da sistematik bir dışlanma biçimi olarak karşımıza çıkmaktadır.

Görünür kimliğe dayalı ayrımcılık, kurum kültürü içerisindeki önyargılarla pekiştirilmekte; bazı sektörlerde "kurumsal imaj" ya da "müşteri algısı" gibi gerekçelerle normalleştirilmektedir. Bu bağlamda, söz konusu ayrımcılık yalnızca bireysel deneyimlerin ötesine geçerek, yapısal eşitsizliklerin yeniden üretildiği bir alan halini almaktadır. Bu nedenle çözüm arayışlarının yalnızca bireysel çaba ve dayanıklılık stratejileriyle sınırlı kalması, eşitlikçi bir dönüşüm yaratmak açısından yetersizdir.

Daha adil ve kapsayıcı bir iş yaşamının inşası, ancak kurumların, yasa koyucuların ve toplumun tüm aktörlerinin ortak sorumluluğu ile mümkün olabilir. İnsan kaynakları politikalarının yeniden yapılandırılması, ayrımcılığa karşı bağlayıcı yasal düzenlemelerin güçlendirilmesi, çeşitlilik ve kapsayıcılık eğitimlerinin yaygınlaştırılması, iş yerinde başörtüsü nedeniyle yaşanan mikro ve makro düzeydeki dışlayıcı pratiklerin önüne geçilmesi açısından kritik öneme sahiptir.

Bunun yanı sıra, **kör CV** gibi uygulamalar, işe alım süreçlerinde önyargıların etkisini azaltmak için atılabilecek etkili adımlardan biridir. Ancak bu tür teknik çözümler, ancak kurumsal farkındalık ve etik sorumlulukla desteklendiğinde anlamlı sonuçlar doğurabilir. Bu çerçevede önerilen politikalar; görünüş temelli ayrımcılığın normalleştirilmediği, liyakatin esas alındığı, çok kültürlü ve çoğulcu bir iş yaşamı için sağlam temellerin atılmasına katkı sağlayacaktır.

Sonuç olarak, tesettürlü bireylerin istihdam süreçlerinde karşılaştığı engelleri aşmak, yalnızca bireysel değil; toplumsal düzeyde bir zihniyet dönüşümünü gerektirmektedir. Bu dönüşüm, eşitlik ilkesine dayalı, kapsayıcı ve adaletli bir çalışma yaşamının inşası adına atılması gereken en temel adımdır.

Araştırma sürecinde etik ilkelere riayet edilmiştir. Çalışma için İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'na başvurulmuş ve

gerekli etik onay süreci tamamlanmıştır. Tüm katılımcılardan gönüllülük esasına dayalı olarak bilgilendirilmiş onam formu alınmış, kimliklerinin ve kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı, elde edilen verilerin sadece bu araştırma kapsamında bilimsel amaçlarla kullanılacağı taahhüt edilmiştir. Ses kayıtları ve mülakat dökümleri kodlanarak saklanmış, çalışmanın tamamlanmasının ardından imha edilecektir.

KAYNAKÇA

Arat, Y. (2005). *Türkiye'de Kadın Olmak. İstanbul:* Metis Yayınları.

Butler, J. (1990). *Gender Trouble. New York:* Routledge.

Bourdieu, P. (1998). *On Television. New York:* The New Press.

Cotter, D. A., Hermsen, J. M., Ovadia, S., & Vanneman, R. (2001). *The glass ceiling effect. Social Forces, 80(2), 655-681.*

Ghumman, S., & Ryan, A. M. (2013). *Not welcome here: Discrimination towards women who wear the Muslim headscarf.* Human Relations, 66(5), 671-698.

Kaya, A., & Tekin, M. (2021). *İş görüşmelerinde başörtüsü etkisi: Deneysel bir çalışma.* Toplum ve Bilim, 159(3), 45-67.

Said, E. W. (1978). *Orientalism. New York:* Vintage.

Şahin, S. (2021). Esnek Çalışma Politikalarının Çeşitlilik Yönetimine Etkisi. Çalışma ve Toplum, 2(68), 217-240.

Yılmaz, S. (2019). İş Yerinde Ayrımcılık Deneyimleri: Başörtülü Kadınlar Üzerine Niteliksel Bir Çalışma. İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi, 8(3), 350-367.

Ertürk, Ş. A. (2023). [Muhafazakâr iş Örgütlerine Mensup iş Kadınlarının Dindarlık Davranışları Üzerine Sosyolojik bir Araştırma: Müsiad Örneği] (Yüksek lisans tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi). ProQuest Dissertations & Theses Global. (Tez No: 30828543)

Yılmaz, E. (2023, Nisan 17). İş görüşmesinde başörtüsüne yönelik sorular ayrımcılıktır. Perspektif. https://perspektif.eu/2023/04/17/is-gorusmesinde-basortusune-yonelik-sorular-ayrimciliktir/

Fatma Gül TAKIR
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Sağlık Yönetimi (Tezli)
fatmagultakir2828@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-6337-0477

VAKA ADI:

NÜFUSA BAĞLI ARTAN İŞ YÜKÜ NEDENİYLE MOTİVASYONU DÜŞEN HEMŞİRELERİN SESSİZ İSTİFASI: İSTANBUL İLİ ÖRNEĞİ

PROBLEM/VAKA TANIMI

İstanbul nüfusun artmasıyla dikkat çeken bir şehirdir. Nüfusun artması sağlık kuruluşlarına olan ihtiyacı arttırmaktadır. Sağlık kuruluşlarına artan talep sağlık kuruluşlarında çalışan en önemli gruplardan biri olan hemşireleri de etkilemektedir. Hemşirelerin artan iş yüküyle birlikte motivasyonu düşmekte ve iş memnuniyeti azalmaktadır. Bu süreçte de sessiz istifa kavramı ortaya çıkmaktadır. Vaka çalışmamız da İstanbul ilinde çalışan hemşireler ile derinlemesine görüşme yapılarak sessiz istifa durumları incelenmektedir. Vaka çalışmamız 2025 yılının Mayıs ayında gerçekleştirilmiştir.

ÖZET

Vaka çalışması, nüfusun artmasıyla dikkat çeken İstanbul ilindeki sağlık kuruluşlarında çalışan hemşireler üzerinde yapılmıştır. İstanbul ili nüfusu artmakta olan metropol bir şehirdir. Bu şehirde nüfusun artmasına bağlı olarak sağlık kuruluşlarına olan ihtiyaç artmaktadır. Bu ihtiyaca binaen sağlık kuruluşlarında çalışan hemşirelerin de iş yükü artmıştır. Artan iş yükü hemşirelerin motivas-

yonunu düşürmekte, motivasyonu düşen hemşirelerin tükenmişliği artmakta bunun sonucunda da sessiz istifa kavramı ortaya çıkmaktadır.

Sessiz istifa kavramı literatürde çok sayıda tanımı olan güncel bir kavramdır. Sessiz istifa kavramı çalışanın iş yerinde fiziken bulunması durumudur. Yani kişiler iş yerlerinde sadece işlerinin gerekliliklerini asgari düzeyde yerine getirir. Sessiz istifaya götüren birçok faktör vardır. Bunun en önemlileri artan iş yükü, düşük ücretler, motivasyon eksikliğidir. Sağlık kuruluşlarında da hemşireler arasında sessiz istifa durumuna sıkça rastlanmaktadır. Çalışmada hemşireler ile yüz yüze görüşülüp, derinlemesine mülakat yapılmıştır. Vaka çalışmamız da sağlık alanında hemşireler arasında önemli bir sorun olabilecek sessiz istifa incelenmiştir.

GİRİŞ

Nüfus artışı hastanelere olan ihtiyacı arttırmıştır. Artan bu ihtiyacı karşılamak için sağlık sektörünün en önemli bileşenlerinden olan hemşirelere olan ihtiyaç da artmıştır. Artan ihtiyacı karşılamak için hemşireler gün aşırı nöbetlere gelmekte ve yoğun bir şekilde çalışmaktadır. Hemşireler değişen çalışma koşulların ayak uydurmaya çalışmaktadır. Bununla birlikte hemşirelerin motivasyonu düşmekte ve hemşirelerde sessiz istifa kavramı ortaya çıkmaktadır. Sessiz istifa çalışanların iş yerlerinde bulunması işlerini yapması fakat iş yerinde işlerini yaparken motivasyonunun düşük olmasıdır. İşe olan bağlılığının düşük olmasıdır. Çalışanların yalnızca görevinin gerekliliklerini yapmasıdır (Deniz, Duran & Boz, 2023). Sessiz istifa iş doyumu olmaması, tükenmişlik gösterme durumudur. Özellikle sessiz istifa kavramı iş yoğunluğu yüksek olan sektörlerde fazlaca görülmektedir. Bu sektörlerin başında sağlık sektörü gelmektedir. Sağlık sektörünün önemli kısmını oluşturan hemşireler de sessiz istifa kavramı gözle görülür hale gelmiştir. Ayrıca sessiz istifayı sadece iş doyumu değil; düşük ücretler, fazla çalışma saatleri de etkilemektedir (Gün, 2024).

Türkiye'de büyük şehirlerin nüfusunun hızla artması sağlık çalışanlarının iş yükünü de arttırmaktadır. Yapılan çalışmalarda artan iş yükünün sağlık çalışanlarını olumsuz etkilediği görülmektedir. Böylece sessiz istifa kavramının kişinin bireysel verdiği tepki olmasının yanında genele bakınca birçok meslektaşının da aynı tepkileri gösterdiği tespit edilmiş bir sorundur. Bu sorunun hizmet kalitesini de olumsuz etkilediği görülmüştür. Ayrıca sessiz istifa sürecine baktığımız da birçok faktörün bu süreci etkilediği de görülmüştür (Tosun & Akay, 2024).

Bu çalışmada, İstanbul ilinde görev yapan hemşirelerin artan iş yükü, yetersiz destek mekanizmaları ve düzensiz vardiyalar sebebiyle yaşadıkları sessiz istifa süreci nitel yöntemle analiz edilmiştir. Çalışmanın amacı, hemşirelerin yaşadıkları sorunlara karşı gösterdikleri tükenmişlik, geri çekilme davranışlarını anlamak; bu süreci etkileyen temel faktörleri ortaya koymaktır. Böylece sağlık yönetimi alanında önemli bir risk ifade eden insan kaynağı sürekliliğiyle alakalı olgulara dair çözüm önerisi geliştirilmesi hedeflenmektedir.

Sessiz İstifa Kavramı

Sessiz istifa (quiete quitting), bireylerin görev tanımının dışında herhangi bir sorumluluk almama, işin gerekliliği kadar çalışıp, sessizce vazgeçme durumudur. Bireyler sessiz istifalarını işlerine duygusal ve davranışsal olarak uzak durarak gösterirler. Lindborg (2022)'a göre, çalışanların yalnızca görev tanımına sıkı sıkıya bağlı kalmalarıdır. Sessiz istifaya sürükleyen çok sayıda etmen mevcut olduğu literatürde görülmektedir. Uzun, yorucu mesai saatleri, sosyal ve aile yaşamına gerekli vakit ayıramama, kariyerinde yükselememe gibi birçok etmen sessiz istifa sonucunu doğurmuştur (Özcan & Ilıman Yaltagil, 2024).

Sessiz istifa kavramı işten resmi olarak fiilen istifa etmekten farklıdır. Sessiz istifa, ortak bir amaca hizmet eden kişilerin sessiz kalmasıyla işten ayrılma isteğini ifade etmektedir. Sessiz istifa süreci, tükenmişlik sonucunda ortaya çıkan, bireylerin mevcut kurumundan kopuşunu belirten ifade ve davranışların tümünü içeren pasif bir baş kaldırı biçimi olarak değerlendirilir (Öztürk vd, 2023).

Motivasyon, İş Doyumu ve Tükenmişlik

Motivasyon, bireylerin bir amacı gerçekleştirmek için gösterdikleri çabanın tamamıdır. Latince kökenli "Movere" fiilinden türetilmektedir. Latince de bu kelime "harekete geçmek" anlamına gelmektedir. Motivasyon iş yerlerinde çalışanların performansını ve işe bağlılıklarını etkileyen bir faktördür (Adair, 2003). Motivasyon insanların iş yerlerinde onların harekete geçmelerini teşvik eden bir terimdir. Maslow'un ihtiyaç hiyerarşisine göre bireyler fiziksel güvenlikten kendini gerçekleştirmeye kadar birçok faktörü yapmaya çalışır. Bu faktörler karşılanmadığında bireylerin motivasyonu düşer (Maslo, 1943)

Herzberg'in çift faktör kuramı, çalışan bireylerin motivasyonunu açıklarken iki temel unsurdan söz eder: hijyen faktörleri ve motivasyonel faktörler. Hijyen faktörleri; maaş, iş güvenliği ve yöneticiyle olan ilişkiler gibi, işin sürdürülebilirliğini sağlayan temel şartlardır. Bu koşulların yetersizliği, çalışanlarda memnuniyetsizlik yaratır. Ancak bu faktörlerin sağlanması tek

başına çalışanların motivasyonunu artırmaz; yalnızca şikâyetlerinin azalmasına fayda sağlar. Buna karşılık, tanınma, başarılı olma hissi ve sorumluluk gibi motivasyonel faktörler, çalışanların işe olan bağlılıklarını ve içsel tatminlerini besler(Gökçe vd., 2010). Bu iki faktör alanı beraber değerlendirildiğinde, "sessiz istifa" olgusu, genellikle hem hijyen faktörlerinin hem de motivasyonel faktörlerin zayıf olduğu iş ortamlarında gözlemlenmektedir. Çalışanlar, temel gereksinimlerinin karşılanmamasının yanı sıra yaptıkları işte anlam bulamadığında ve iş yerlerinde değerli olduklarını hissedemediklerinde, işlerini sadece zorunluluk gereği sürdürürler; ancak duygusal ve psikolojik olarak işlerinden koparlar.

İş doyumu; bireylerin çalıştıkları işlerden aldığı zevktir. Düşen iş doyumu süreklilik kazanırsa, örgütsel bağlılığın da azalmasına, bunun akabinde tükenmişlik sendromuna ve ardından sessiz istifaya sebep olabilir (Yılmaz, 2024).

Tükenmişlik, sağlık camiasında çalışanlarda sıklıkla karşılaşılan bir sorundur. Bireyler de fiziksel, duygusal ve zihinsel bitkinlikle ortaya çıkar. Hemşireler başta olmak üzere fiziksel emeğin yanında duygusal emeğin yüksek olduğu meslek gruplarında, bireylerin çabasına karşılık örgütün destek mekanizmasında eksiklikler meydana gelirse, bireylerde tükenmişlik ve sessiz istifa durumları artar (Hanaylı, 2025).

Hemşirelik Mesleğinde Sessiz İstifanın Dinamikleri

Hemşirelik, yoğun iş yükü, terfi olanaklarının kısıtlılığı, görünürlük azlığı, duygusal yoğunluk ve vardiya sistemi gibi faktörler nedeniyle sessiz istifa durumuna zemin hazırlamaktadır. Türkiye'de büyük şehirlerde hizmet veren hemşireler, artan hasta sayısı, düşük ücretler gibi faktörlerle başa çıkmaya çalışmaktadır. Bütün bu durumlara ek uygun destek mekanizması olmaması ve takdir dahi görülememe hemşirelik mesleğini mensuplarını yalnızca işlerini en az düzeyde yerine getirme davranışı olan sessiz istifaya hazırlamaktadır (Tiryaki Şen, Yurtsever & Polat, 2024).

Sessiz istifa bireysel olarak etkileri barındıran bir durum olmasının yanında kurumsal olarak da meydana gelen etkiler vardır. Bireyler de ortaya çıkan sorunlar kurumda da hasta memnuniyetinde azalma, hizmet kalitesinde düşme şeklinde kendini gösterir. Bu nedenle sessiz istifa bireysel bir karar yerine sistematik bir sorun olarak değerlendirilmesi gerekmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Tasarımı

Vaka çalışması, İstanbul ilinde görev yapan hemşirelerde ‘’sessiz istifa’’ kavramını anlamayı amaçlayan nitel bir çalışmadır. Nitel çalışmalarda, bireylerin ifadelerinin anlanması ve yorumlayıcı bakış açısıyla anlatılması amaçlanır. Bu yüzden çalışma, betimleyici fenomenolojik yaklaşım üzerine yapılandırılarak yapılmıştır.

Katılımcılar

Çalışmanın örneklemini, İstanbul ilinde çeşitli kamu ve özel hastanelerde görev yapan, son bir yıl içinde sessiz istifa durumdaki 7 hemşire oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 23 ile 33 arasında değişiklik göstermektedir. Örneklem, amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiştir.

Veri Toplama Aracı ve Süreci

Veri toplama sürecinde, araştırmacı tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Veri toplama aracı yarı yapılandırılmış görüşme formu soruları aşağıda verilmiştir.

A. Giriş ve Arka Plan

1. Hemşirelik mesleğine nasıl başladınız?
2. Kaç yıldır bu alanda çalışıyorsunuz?
3. İstanbul’daki görev yaptığınız kurumun genel işleyişini nasıl tanımlarsınız?

B. İş Yükü ve Çalışma Koşulları

4. İş yükünüzle ilgili neler söyleyebilirsiniz? (Hasta sayısı, vardiyalar, dinlenme imkânları vb.)
5. Nüfus yoğunluğu ya da personel eksikliği sizi nasıl etkiliyor?
6. İş yükünün, özel hayatınıza ve ruhsal sağlığınıza etkilerini nasıl deneyimliyorsunuz?

C. Kurumsal Destek ve İletişim

7. Yönetimden ya da süpervizörlerden yeterli destek gördüğünüzü düşünüyor musunuz?
8. Duygusal ya da mesleki olarak kendinizi görünür hissediyor musunuz?
9. Kurum içi iletişimde sorun yaşadığınız anlarda nasıl tepkiler alıyorsunuz?

D. Motivasyon ve Sessiz İstifa Dinamikleri

10. İşinize karşı motivasyonunuzu etkileyen en önemli faktörler neler?
11. Hiç "artık sadece görevimi yapıp geri çekileyim" dediğiniz oldu mu?
12. Sessizce sorumluluklarınızı azaltma, sosyal olarak geri çekilme gibi davranışlar geliştirdiniz mi?

E. Gelecek Beklentileri ve Çözüm Önerileri

13. İşinizde kalmanız için neyin değişmesi gerekirdi?
14. Sessiz istifayı engellemek için kurumlar sizce ne yapmalı?
15. Bu süreç sizi kişisel olarak nasıl dönüştürdü?

Görüşme formu, şu temalar etrafında sorular içermektedir:

- Mesleki deneyim ve kurum değerlendirmesi
- İş yükü ve çalışma koşulları
- Kurumsal destek ve görünürlük
- Motivasyon ve duygusal durum
- Sessiz istifa davranışları ve nedenleri
- Çözüm önerileri ve gelecek beklentileri

Görüşmeler yüz yüze yapılmış ve her bir görüşme yaklaşık 25–40 dakika sürmüştür. Tüm görüşmeler görüşmecilerin izni doğrultusunda yazılı metne dönüştürülmüştür.

Veri Analizi

Elde edilen nitel veriler, tematik analiz yöntemi ile çözümlenmiştir. Analiz sürecinde Braun ve Clarke (2006) tarafından geliştirilen altı aşamalı tematik analiz adımları takip edilmiştir:

1. Verilere aşinalık kazanma (transkriptlerin okunması)
2. İlk kodların oluşturulması
3. Temaların belirlenmesi
4. Temaların gözden geçirilmesi
5. Temaların adlandırılması ve tanımlanması
6. Raporlama

Kodlama işlemi elle yapılmış, ortak ifadeler, duygu durumları ve tekrar eden temalar üzerinden kavramsal kümeler oluşturulmuştur.

Etik Boyut

Araştırma, katılımcıların gönüllülük esasına göre yürütülmüştür. Her bir katılımcıdan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Vaka Analizi ve Bulgular

Vaka 1 Cevaplar: (33 yaşında erkek hemşire M.K.)

1. Ailemin isteği üzerine hemşire oldum. Mesleğe başladığımda ne kadar kutsal, özel ve anlamlı bir iş yaptığımın farkına varıp mesleğime gönülden bağlandım.
2. Hemşirelik mesleğinde 9 senemi doldurdum. Son 7 senedir Çocuk Yoğun Bakım Ünitesinde çalışmaktayım.
3. Personel sayısının eksikliği ve mesleğimize gösterilmeyen değer yüzünden işleyişimiz oldukça zor ve yoğun geçiyor.
4. Hiçbir görev tanımı olmayan daha doğrusu görev tanımlarının ucu açık olduğundan, insanların gözünde asla hak ettiği değeri bulamayan bir mesleğimiz olduğundan dolayı iş yükümüz olması gerekenden daha ağır.
5. Hasta sayısıyla beraber orantısız personel eksikliği, asla bir düzeni olmayan vardiyalar, hiçbir resmi tatilde önemsenmeyen ve çalışma zorunluluğu olan bir meslek olduğundan olumsuz etkiliyor.
6. İş yükümüzün ve çalışma düzeni ve saatleri dolayısıyla özel hayatımızın hiçbir önemi kalmıyor.

7. Yönetim hiçbir zaman hiçbir durumda yanımızda bulunmuyor.
8. Ülkemizde mesleğimiz bakanlık tarafından dahi görünmüyor, doktorlar ve diğer sağlık çalışanları diyorlar. Onlar böyle yaparsa halk bizi nasıl görebilir? İnsanların gözünde hiçbir değerimiz yok.
9. Kurum içerisinde iletişim sorunu yaşayamıyorsunuz. Çünkü sürekli yönetimden baskı oluyor.
10. Sevdiğim ekip arkadaşlarım hastaların iyileşmesini görmek beni motive ediyor.
11. Maalesef her zaman, her nöbet çıkışı ve her işe başlama saatlerimde.
12. Hiçbir derdinize çare bulamadığınızda geri çekilmek zorunda kalıyorsunuz.
13. Öncelikle ülkenin ileri gelenleri örnek Sağlık Bakanlığı tarafından HEMŞİRE olarak görünmek. Daha sonra halkın ve hastane çalışanları tarafından doktor yardımcısı gibi saçma bir tabirle görünmemek. İnsanlar tarafından hak edilen değeri görmek. Maddi açıdan saçma sapan rakamlara değil de hak ettiğimiz maaşları aldığımız zaman meslekte kalınabilir.
14. Çalışanlarına gerekli değerleri vermeleri yeterli olur. Kendi alanında her yükselen personelin kendini kaf dağında görmekten vazgeçip nereden geldiğini unutmadan çalışması gerekir.
15. Bu süreçte mesleğimizin sıkıntılarını bir kez daha dile getirme fırsatı bulmak beni memnun etti fakat tabi ki de bir çare olmayacağının farkındayım.

Vaka 2 Cevaplar: (24 yaşında kadın hemşire H.H.B.)

1. İş imkanlarının kolay olması, manevi doyum olacağı düşüncesiyle bu mesleğe başladım.
2. Bir yıldır çocuk yoğun bakımda çalışıyorum. Öncesinde 8 ay özel hastanede yenidoğan yoğun bakımında çalıştım.
3. Hastanenin genel işleyişinin kötü olduğunu düşünüyorum. Yoğun bakımda da eksik eleman ile çalışmak beni hem fiziki hem mental olarak yoruyor.
4. İş yükümü çok ağır olarak tanımlıyorum. Günaşırı nöbetler, eleman eksikliği ve sistem eksikliği biz hemşireleri çok yoruyor.
5. Tüm bu etmenler bizi çok olumsuz etkiliyor. Hasta sayısı çokluğu ve

eleman eksikliği gün aşırı nöbet sayılarımızın artmasına sebep oluyor. Nöbet yoğunluğu özel ve sosyal hayatımı da etkiliyor.

6. İş yükümün ağırlığı nedeniyle özel hayatıma vakit ayıramıyorum. Eşim ile geçireceğimiz vaktimizin azlığının ilişkimize olumsuz etkileri olduğunu düşünüyorum. Ruhsal olarak kendime yetemediğimi düşündüğüm için mesai performansım da düşüyor.
7. Genel olarak yeteri kadar destek gördüğümüzü düşünmüyorum. Aksine sorunlarımız dahi çözüm bulmuyor.
8. Maalesef kendimi görünür hissetmiyorum. Hasta yakınları, meslektaşlarım, diğer sağlık çalışanları tarafından genel olarak değersiz hissettirildiğimizi düşünüyorum.
9. Kurum içinde yaşadığımız sorunları gördüğümüz genel baskıdan dolayı dile getirebildiğimizi düşünmüyorum.
10. En önemli motivasyonun çalışma arkadaşlarım ve iyileştirdiğimiz çocuklar olarak birbirimizi motive edici olarak görüyorum.
11. Evet. Sorunlarım çözüm bulmadığında, yorgunluktan daha fazlasını yapmak istemediğimde işimin sadece gerekliliğini yapmak istediğim anlar oldu.
12. Evet geçirdim. Üst üste geldiğim nöbetler, baktığım hasta sayısı ve profili sorumluluklarımı yerine getirememe ve iş arkadaşlarım ile olan sosyal iletişimime olumsuz yönde etkileri oldu.
13. İşimde kalmam için çalışma saatlerimin, hasta yoğunluğunun, sorunlarımızın çözümünün değişmesi gerektiğini düşünüyorum. Aynı zamanda toplumda gördüğümüz değer arttırılmalı mesleğe ve bize herkes tarafından saygı duyulmalı.
14. Bunun önlenmesi için taleplerin yönetim tarafından dinlenmesi gerektiğini düşünüyorum. Hemşire başına düşen hasta sayısı azaltılmalı. Maddi manevi iyileştirmeler yapılmalı, mesai saatleri düzenlenmeli ve en önemlisi iş dışında da birey olduğumuz ve hayatımız olduğu unutulmamalı.
15. Tüm bu yaşadığım olumsuzlukların beni sindirdiğini, pasifleştirdiğini düşünüyorum. Yaşadığım sorunları istemeyerek de olsa kabul etmiş olmak beni üzüyor.

Vaka 3 Cevaplar: (28 yaş kadın hemşire İ.A.)

1. Türkiye iş imkanları kısıtlı olduğu için hem atama hem para kazanma konusunda hemşirelik mesleği daha ön planda olduğundan mesleğimi

seçtim.

2. 4 yıldır bu alanda çalışıyorum.
3. İstanbul'da görev yaptığım kurumda hasta sayısına göre az hemşire bırakıldığını düşünüyorum. Nöbet listesinde gün aşırı çalışıyorum, bu yoğunluk beni hem mental hem de fiziksel olarak etkiliyor.
4. Mesleğimizde tanımlı olmayan görevleri yaptığımız için iş yükümüzün çok olduğunu düşünüyorum ancak iş yükü özellikli birimde veya serviste görev yapan hemşirelere göre de değişim gösterdiğini düşünüyorum.
5. Yoğunluk, yorgunluk kesinlikle sosyal yaşamımı etkiliyor. Kendimden çok verdiğimi düşünüyorum.
6. Yoğunluktan kaynaklı ve hemşirelik mesleğinin riskli nöbetlerinden kaynaklı uyku problemi çok çekiyorum. Sosyal yaşamımda gün içerisinde enerjik değil, durgun ruh hali sergiliyorum ve bunu arkadaşlarıma da yansıtıyorum.
7. Yönetimin bizim sorunlarımızı çözdüğünü asla düşünmüyorum. Hemşire sayısı az ve hasta sayısı artıyorken alana destek çağıramıyoruz, evden ekip arkadaşımız gelmek zorunda kalıyor. Ancak süpervizörler hasta sayısı hemşire sayısına göre 1 az olunca dahi destek eleman çekiyorlar. Bu gibi olaylar yüzünden destek gördüğümüzü düşünmüyorum.
8. Duygusal ve mesleki olarak kendimi görünür asla hissetmiyorum. Çünkü ülkemizde hemşirelik mesleği halkımız tarafından doktor yardımcısı olarak görüldüğü sürece asla duygularım değişmeyecek.
9. Kurum içi iletişimde sorun yaşadığım anlarda asıl tepki aldığım sorunu yönetim ve ekip arkadaşlarım olarak değişiyor. Ekip arkadaşlarım sorun yaşadığım anlarda konuşarak çözüm sağlayabiliyorken yönetim ile iletişim dahi kuramadığımı düşünüyorum.
10. Hasta yoğunluğuna göre az hemşire sayısı, nöbet listesi, maaş azlığı, halkın gözünde doktor yardımcısı olarak görünmek, Sağlık Bakanlığı tarafından diğer sağlık çalışanları olarak görülmek benim için en önemli faktördür.
11. Artık sadece görevimi yapıp geri çekileyim dediğim an oldu ancak hiçbir zaman geri çekildiğimi düşünmüyorum. Bu meslekte kendimden çok verdiğimi düşünüyorum.
12. Her gün işe gelirken bunu düşünerek geliyorum, yani bugün çok ayakta durmak istemiyorum gibi ama nöbet sonunda başarılı olduğumu düşünmüyorum.

13. Mesai saatlerinin düzenlenmesi, maaşların arttırılması, toplumdaki saygınlığımızın arttırılması, sorunlarımızın dinlenmesi ve çözüme kavuşturulması.
14. Sessiz istifa için; hemşirelerin de özel hayatının olduğu unutulmamalı, sürekli çalışan bizi fiziki ve duygusal olarak yorduğunu anlamaları, yaptığımız işin değerinin fark edilmesi ve hemşirelerin sadece hasta bakıcı gibi muamele görmemesi.
15. Her şeyin olumlu yönü değil de olumsuz yönlerini görmeye başladım. Sosyal yaşamımda pasifleşmeye başladığımı düşünüyorum ve üzgünüm ki artık bu konuda kabullenme sürecindeyim.

Vaka 4 Cevaplar: (23 yaş kadın hemşire D.K.)

1. Yakın çevre ve akrabalardan bilgi alarak başladım.
2. 2 yıldır çalışıyorum.
3. İstanbul'daki görev yaptığım kurumun genel işleyişin zor, yorucu ve stres seviyesinin fazla olduğunu düşünüyorum.
4. Genel olarak iş yükümüzün fazla olduğunu düşünüyorum. Açık bir görev tanımının olmaması, fazla mesai saatleri ve eksik eleman ile bu yükün arttığını düşünüyorum.
5. Hemşire başına düşen hasta sayısının fazlalığından, günaşırı nöbetler, dinlenme imkanı ve yeri olmaması hem hastanede hem de sosyal hayatımda günlerimi kötü etkiliyor.
6. Hastanede çok fazla yorulduğumda sosyal hayatıma vakit ayıramıyorum veya çok yorulduğumda halsiz ve uykulu oluyorum ve bu durum sosyal çevrem tarafından fark ediliyor.
7. Hayır, düşünmüyorum.
8. Duygusal olarak görünür hissetmiyorum. Gerek hasta yakınları gerekse bazı yönetim üyeleri tarafında ''hemşire'' olarak örselendiğimizi ve hak ettiğimiz değeri göremediğimizi düşünüyorum.
9. Genel olarak sorunları konuşarak çözme tarafındayım. Ancak çözülemeyecek durumda ise gerekli mecralara başvururum.
10. Az mesai saatleri, iş yükünün olmadığı, herkesin kendi işini yapması, hemşire- hasta sayısının yeterli miktarda olması. Dinlenme imkanının iyi ortamda

yapılması, sakin ve huzurlu bir yerde çalışmak motivasyonumu arttırır.

11. Hayır, olmadı.
12. Hayır.
13. Fazla mesai saatlerini azaltıp, hemşirelere gereken değeri vermek daha fazla kalmamı sağlayabilir.
14. Ara ara çalışanlar ile görüşüp sorunların konuşulması gerekir. Bazı zamanlarda toplu etkinlik yapıp, iş yerindeki stresi az da olsa azaltılması lazım. İletişim halinde olup her mesleğin değerinin fark edilmesi gerekir.
15. Maalesef bu süreci kabul etme aşamasındayım. İşi ile ilgili her şeyin olumlu tarafını değil olumsuz tarafını da görmeye başladım.

Vaka 5 Cevaplar: (28 yaşında kadın hemşire B.T.)

1. İş imkanı çok olduğu için. Ablamın da bu meslekte olmasından etkilendiğim için.
2. 5.5 yıldır çalışıyorum.
3. Çok yoğun çalışma şartları olan, sirkülasyonun fazla olduğu işleyişlere sahip.
4. Çok fazla iş yüküne sahibim. Üzerimde olan sorumluluklar dışında başka sorumluluklara da sahip olmaktan çok yoruldum.
5. İş yoğunluğu artıyor. Çalışma motivasyonumu düşürüyor.
6. Özel hayatımda daha yorgun, isteksiz ve sürekli dinlenme ihtiyacı duyuyorum. Ruhsal olarak ise; özellikle nöbet çıkışında çok sinirli, gergin, çevremdeki insanlara çok kırıcı davranıyorum. Adeta patlamaya hazır bir bomba gibiyim.
7. Hayır asla düşünmüyorum. Hatta çalışma şartlarını kolaylaştırmaktan çok zorlaştırmaya çalıştıkları düşünüyorum. Olumlu olan, bizim yararımıza olan durumlar bile zorlaştırılıyor, ortadan kaldırılıyor.
8. Asla görmüyorum. O kadar emek vererek, hasta bakımı ve tedavisinde en büyük paya sahip olduğumuz halde kimse bunun farkında olmuyor. En ufak bir hatada yapılan bütün işlerimiz görmezden geliniyor. Kendimizi değersiz hissettiriyor.
9. Bu sorunun çözümü genelde olmuyor. Bu sebeple bu problemi büyütmememiz, benim ve tüm ekibimin bu sorun ile yaşamaya alışması, normalleştirilmesi sağlanıyor.
10. Çalışma sıklığı, kurumda yaşanan sorunların çözülme hızı, çalışan

insanların düzenli olarak denetlenmesi, çalışma alanının düzenli olması, malzeme eksikliğinin hızlı çözümü, hak ettiğim kadar maaş almak (Örneğin serviste çalışan hemşireyle, yoğun bakımda çalışan hemşirelerin döner sermaye farkının bu kadar az olması), yaptığım işin değer görmesi ve bu değerin bana hissettirilmesi motivasyonumu etkiler.

11. Her zaman söylerim. Çalışma zamanımın neredeyse tamamında üzerime düşen görevlerden ziyade, ekstra yaptığımız işler bizi daha çok yoruyor. Hemşire olarak hiçbir zaman bu benim görevim değil deyip çekilemiyoruz. Hiçbir meslek grubu kadar değerimiz yok.
12. Tabi ki de hayır. Çalışma yılımız arttıkça, üzerimize düşen sorumluluklar daha da çok arttı. Ben istemesem bile kendiliğimden bu sorumlulukları üstlendiğimi fark ettim.
13. Öncelikle görev tanımımın daha net bir biçimde belirlenmesini, eleman eksikliğimin çözülmesi ve işe gelme sıklığımın ayarlanması, yaptığım işin takdir edilmesi, sadece kendi işimi yapmam için desteklenmem gerekir.
14. Çalışma koşullarımın, çalışma ortamımın, çalışma listemin düzenlenmesi, yönetimin, sağlık bakanlığının yanımızda olması. Yöneticilerin sadece kağıt üzerinde denetimler yapmayıp, sorunların çözümüne yönelik denetimler yapılması.
15. Mesleğe ilk başladığımda daha neşeli, daha hayat dolu, çalışmak için daha istekli bir hemşireydim. Şu an ise zorla geliyorum. Hiçbir hevesim yok. Çoğu arkadaşlarımdan iş yükümü arttırdığı için nefret ediyorum, işe gelmek istemiyorum. Benim için işe gelmek eziyet verici hale geldi. Bu mesleği neden tercih ettiğimi her gün sorguluyorum. Nasıl kurtulabileceğimi düşünüyorum. Aile yaşamım, sosyal çevrem bozuldu. Buradan çıktığımda bile hala anksiyete yüklüyüm. Sinirimi boşaltamıyorum.

Vaka 6 Cevaplar: (27 yaş kadın hemşire H.K.)

1. Ailemin isteği üzerine başladığım meslek hayatıma çalışmaya başladıktan sonra daha çok sevdim.
2. 4 yıldır çalışıyorum.
3. Genel itibariyle yoğun ve kalabalık bir hastane.
4. Görev tanımımızda olmayan işlerinde sorumluluğumuza yüklenmesinden ötürü iş yükümüz fazla.
5. Sosyal hayatım ve özel hayatımı olumsuz etkiliyor.
6. Sosyal ve özel hayatıma zaman ayıramadığım için olumsuz etki söz konusu.

7. Yeterli ve gerekli desteği gördüğümü düşünmüyorum.
8. Çevremdeki insanların mesleğe bakış açısından ötürü gereken değeri ve görünürlüğü görmüyoruz.
9. Kurum içinde problem yaşadığımızda arkamızda problemleri çözecek desteği görmüyoruz.
10. İşimi severek yapıyor oluşum, yoksa maaş ve gereken desteği görmemek işimden uzaklaştırıyor.
11. İşime sadece bu şekilde devam ediyorum artık.
12. Zaman içerisinde bu hali almaya başlıyoruz.
13. Gereken değerin verilmesi, görev tanımının daha açık ve net yapılması, yöneticiler tarafından yeterince destek görülmesi ve maaşın iyileştirilmesi gerekli.
14. Daha problemleri çözmeye yönelik tutumlar sergilemeliler. Daha profesyonel olmalı.
15. Mesleğe başlamadan daha sakin ve iletişimim daha iyiydi. Meslek hayatına başladıktan sonra insanlara toleransım azaldı. İnsanlarla iletişimim sadece iş üzerine olmaya evrilmeye başladı.

Vaka 7 Cevaplar: (29 yaş kadın hemşire S.N.K.)

1. 2019 yılında üniversiteden mezun oldum, sağlık bakanlığına atandım. 5 yıldır hemşirelik yapıyorum.
2. 5 yıldır.
3. Genel olarak yoğun ve hastalar tarafından ilk tercih edilen hastanelerden biri, hasta sirkülasyonu fazla bir hastane.
4. İş yükümüz günden güne değişiyor, alanın yoğunluğuna göre bazı günler çok yoğun olabiliyor. Hemşirelik bakımı, tedavi bakım planlaması dışında alanın düzeni, kontrolü işleri de iş yükümüzü arttırıyor.
5. Hasta sayısının artışı personel eksikliğine bağlı aylık çalışma saatlerimiz artıyor. Fazla mesai ücretleri yetersiz, dinlenme imkanları çalıştığımız alanda kısıtlı yetersiz, tüm bunlar bizi olumsuz etkiliyor.
6. İşten çıktığım zamanalar da özellikle nöbet çıkışı sosyal hayatımda hiçbir aktivite yapamıyorum, tüm günüm dinlenmekle geçiyor. Kendimi yorgun, mutsuz hissediyorum. Özellikle günaşırı geleceğim zamanlarda psikolojik olarak huzursuz hissediyorum.
7. Hayır hiçbir destek görmüyoruz. Sadece bizi denetlemekle ve eksikleri-

mizi aramak konusunda çabaları mevcut.

8. Hemşirelerin yaptığı işin görünür hiçbir değeri yok. Sağlık ekibi içinde ve toplum için de böyle. Oysa ki hemşireler hasta bakımının, tedavinin en önemli parçası.
9. Kurum içi iletişim diye bir şey bence yok. Herkes birbirinde habersiz, iletişim sorunu olarak genellikle yardımcı personellerle sorun yaşıyoruz. Kendi görevlerini yapmak istemiyorlar, hemşirelere saygıları yok, üslupları kötü, çok rahat sesini yükseltebiliyorlar.
10. Beni etkileyen önemli faktörlerin başında uzun vardiya saatleri 16 saat gece nöbeti ve hafta sonları 24 saat boyunca çalışmak çok yıpratıcı oluyor ve işe karşı motivasyonumu düşürüyor. Bir başka faktör de bize olumlu motivasyon veren yaptığımız işi önemseyen kimsenin olmaması sorumlumuz, sorumlu doktorumuz, yönetim, ekip arkadaşları herkes bu meslekten mutsuz. Başka faktör de maaşımızın enflasyon altında çok fazla erimesi.
11. Bazı zamanlar bu cümleyi kurduğum oluyor. Hastanın tedavisi ile ilgili fark ettiğim bir şeyi söylediğimde dikkate alınmadığı, önemsenmediği oluyor. Ben de o zaman böyle düşünmeye başlıyorum.
12. Yaptığımız işin kıymeti olmadığı için böyle duygular bazen yaşıyorum. İşim ile ilgili çevremdeki çevremde ki insanlara bahsetmek istemiyorum. Burada nasıl ne şartlarda çalıştığımı bilmelerini istemiyorum.
13. Düzenli bir çalışma ortamı, iyileştirilmiş mesai saatleri motivasyon veren bir yönetim, iyileştirilmiş ücretler.
14. Çalışanlara değer verilirse, istekleri, ihtiyaçları önemsenirse çalışanlar daha iyi ve istekli çalışabilir. Tabi ki de bu mesleği seçerken zorlukları biliyorduk ama kendimizi çaresiz, değersiz ve bu kadar umutsuz olacağımızı düşünmemiştik.
15. Çalıştığım beş yıl içerisinde fiziksel ve duygusal olarak yıpranmış hissediyorum. Hayata karşı daha umutsuz olmaya başladım. Mesleğimde bir gelecek göremiyorum. Her geçen gün artan çalışma saatleri, kötüleşen çalışma ortamı bizi yordu.

TEMATİK VAKA ANALİZİ

Tema1: Aşırı İş Yükü ve Fiziksel Tükenmişlik

Hemşirelerin büyük bir kısmı, İstanbul'daki sağlık kurumlarda nüfus yoğunluğuna bağlı olarak doğru orantılı iş yükünün artmasından yakınmaktadır.

İş tanımlarının dışına çıkıp birçok yerde almaları, nöbetlerin sık olması, yeterli sayıda personel olmaması nedeniyle hemşire başına düşen hasta sayısının fazlalığı hemşirelerde ciddi bir fiziksel ve zihinsel yıpranmaya neden olmaktadır.

> "Nöbet listesinde gün aşırı çalışıyorum, bu yoğunluk beni hem mental hem de fiziksel olarak etkiliyor." (İ.A., 28)
>
> "Günaşırı nöbetler, eleman eksikliği ve sistem eksikliği biz hemşireleri çok yoruyor." (H.H.B., 24)
>
> "Genel olarak iş yükümüzün fazla olduğunu düşünüyorum. Açık bir görev tanımının olmaması, fazla mesai saatleri ve eksik eleman ile bu yükün arttığını düşünüyorum" (D.K., 23)

Bu ifadeler, hemşirelerin iş yükünün fazla olduğunun göstergesidir, Ayrıca iş yükünün psikolojileri üzerinde de baskı kurduğunun göstergesidir. Yoğunluğun sürekli devamlılığı, hemşirelerin sosyal yaşamlarında enerji eksikliğine neden olmakla fiziksel tükenme sonucunu doğurmaktadır.

Tema 2: Kurumsal Destek Eksikliği

Hemşirelerin çoğunluğu, kurum yönetimden destek görmediklerini, hatta sorunlarını yöneticilerine iletmekte zorlandıklarını, ilettikleri kısımlardan da geri dönüt alamadıklarını belirtmişlerdir. Özellikle yönetim tarafından yalnız bırakıldıklarını ve sorunlarının ciddiye dahi alınmadığını vurgulamışlardır.

> "Kurum içerisinde iletişim sorunu yaşayamıyorsunuz. Çünkü sürekli yönetimden baskı oluyor. Yönetim hiçbir zaman hiçbir durumda yanımızda bulunmuyor." (M.K., 33)
>
> "Hayır hiçbir destek görmüyoruz. Sadece bizi denetlemekle ve eksiklerimizi aramak konusunda çabaları mevcut." (S.N.K., 29)
>
> "Yönetimin bizim sorunlarımızı çözdüğünü asla düşünmüyorum. Hemşire sayısı az ve hasta sayısı artıyorken alana destek çağıramıyoruz, evden ekip arkadaşımız gelmek zorunda kalıyor. Ancak süpervizörler hasta sayısı hemşire sayısına göre 1 az olunca dahi destek eleman çekiyorlar. Bu gibi olaylar yüzünden destek gördüğümüzü düşünmüyorum."2 (İ.A., 28)

Bu ifadelerle de desteklendiği üzere yönetimin hemşireleri desteklememesinin yanında karar almaya dahil etmediği bunun sonucu olarak da yönetim ile hemşire arasında bulunun kurum içi bağların zayıf olduğu görülmektedir. Yönetim ile hemşire arasında artan mesafe, duygusal olarak kopmaları da doğurmaktadır.

Tema 3: Görünmezlik ve Değersizlik Hissi

Hemşirelerin çoğunun da belirttiği bir diğer husus hasta yakınlarından diğer sağlık çalışanlarına kadar meslekleri gereğince yaptıklarının yeterince takdir edilmemesi ve görülmemesidir. Büyün bunlar da hemşirelerin moral ve motivasyonunu düşürmektedir.

> "Ülkemizde mesleğimiz bakanlık tarafından dahi görünmüyor, doktorlar ve diğer sağlık çalışanları diyorlar. Onlar böyle yaparsa halk bizi nasıl görebilir? İnsanların gözünde hiçbir değerimiz yok." (M.K., 33)
>
> "Duygusal olarak görünür hissetmiyorum. Gerek hasta yakınları gerekse bazı yönetim üyeleri tarafında ''hemşire'' olarak örselendiğimizi ve hak ettiğimiz değeri göremediğimizi düşünüyorum." (D.K., 23)
>
> "Duygusal ve mesleki olarak kendimi görünür asla hissetmiyorum. Çünkü ülkemizde hemşirelik mesleği halkımız tarafından doktor yardımcısı olarak görüldüğü sürece asla duygularım değişmeyecek." (İ.A., 28)

Bu ifadelerle hemşirelerin değersizlik hissinin ciddi boyutlara ulaştığı görülmektedir. Bu hissin artık şikayetten çok hemşirelerin benlik değerine de zarar verdiğini bunun sonucunda mesleki bağlıklarının sarsıldığı anlaşılmaktadır. Hemşireler adım adım sessiz istifaya sürüklenmektedir. Sessiz istifanın duygusal temelleri atılmaktadır.

Tema 4: Sosyal Yaşamdan İzolasyon

Çalışma saatlerinin düzensizliği, yoğun ve yorucu geçen nöbetler hemşireleri fiziksel tükenmişliğe götürmekle birlikte ailevi ve sosyal yaşamını da olumsuz etkilemektedir. Hemşirelerin çoğunun ifadelerinde, meslek hayatlarında sosyal ilişkilerinin zayıfladığı hatta bozulma noktasına geldiği belirtilmiştir.

> "İş yükümün ağırlığı nedeniyle özel hayatıma vakit ayıramıyorum. Eşim ile geçireceğimiz vaktimizin azlığının ilişkimize olumsuz etkileri olduğunu düşünüyorum. Ruhsal olarak kendime yetemediğimi düşündüğüm için mesai performansım da düşüyor." (H.H.B., 24)
>
> "Sosyal hayatım ve özel hayatımı olumsuz etkiliyor. Sosyal ve özel hayatıma zaman ayıramadığım için olumsuz etki söz konusu." (H.K., 28)
>
> "Aile yaşamım, sosyal çevrem bozuldu." (B.T., 28)

Bu ifadeleri de göz önüne alırsak hemşirelerin iş- yaşam dengesinin bozulduğunu ve mesleklerinde yaşadıkları tükenmişliklerinin özel hayatlarına da yol açtığı ortaya çıkmaktadır.

Tema 5: Sessiz Geri Çekilme Davranışları

Sessiz istifa görev tanımı dışındaki sorumlulukları yapmak istememe, gönüllülükten vazgeçme yani sadece işin gerekliliklerini yerini getirme durumudur. Hemşirelerin bazıları doğrudan bu tepkileri gösterse de bazıları henüz davranışa dökememiştir. Fakat düşünce olarak bu sürecin içindedir.

> "Maaş ve gereken desteği görmemek işimden uzaklaştırıyor." (H.K., 28)
>
> "Görevimi yapıp geri çekileyim dediğim an oldu." (İ.A., 28)
>
> "Tüm bu yaşadığım olumsuzlukların beni sindirdiğini, pasifleştirdiğini düşünüyorum." (M.K., 33)

Bu ifadelerden de yola çıkarsak sessiz istifa aniden ortaya çıkmamaktadır. Hemşirelerde de sessiz istifa süreci başlamıştır.

TARTIŞMA

Vaka çalışmasında İstanbul ilinde görev yapan hemşirelerin sessiz istifa sürecin de yaşadıkları deneyimleri beş ana tema altında analiz edilmiştir. Bulgularda, literatürlerle de desteklenen hemşirelik mesleğinde karşılaşılan sorunlara değinilmektedir. Çalışmada artan iş yükü, kurumsal destek eksikliği, görünmezlik hissi, sosyal yaşamdan kopuş ve gönüllülüğün azalmasının hemşirelerde sessiz istifaya neden olduğu ortaya çıkmıştır. Gün'ün çalışmasında sessiz istifaya götüren motivasyon eksikliği, personel eksikliği gibi birçok faktörün olduğu görülmüştür. (Gün, 2024)

Deniz tarafından yapılan çalışmada da demografik özellikler ile sessiz istifa kavramı arasında ilişki tespit edilmiştir (Deniz, 2023).

Tosun& Akay'ın çalışmasında ise sessiz istifayı etkilen faktörlerin artan iş yükleri, yoğun ve stresli çalışma koşulları olduğundan bahsedilmektedir (Tosun&Akay, 2024).

Vaka çalışmasında, Herzberg'in çift faktör kuramı ile örtüştüğü görülmektedir. Hijyen faktörleri olarak nitelendirilen çalışma koşulları, maaş, yöneticilerle ilişkiler ve iş güvenliği gibi faktörlerin eksik olduğu, bireylerde memnuniyetsizlik ve geri çekilme davranışları gösterdiği görülmüştür. Hemşirelerin "değer görmeme", "düşük maaş" ve "aşırı nöbet yükü" gibi ifadeleri, bu memnuniyetsizliğin somut göstergeleridir.

Ayrıca Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisine göre değerlendirildiğinde, hemşirelerin fiziksel ihtiyaçları (dinlenme, güvenlik), sosyal ihtiyaçları (aidiyet, saygı görme) ve kendini gerçekleştirme gibi ihtiyaçları karşılanamamaktadır. Bundan

dolayı, bireylerin hem mesleklerine hem de kurumuna bağlılıkları azalmakta, geri çekilme davranışlarını ortaya çıkmaktadır.

Tükenmişlik açısından bulgularda da ispatlar mevcuttur. Fiziksel ve zihinsel yorgunluk, duygusal kopuş ve kişisel başarının azalması gibi tepkiler görülmektedir. B.T., İ.A. ve S.N.K. gibi katılımcılarda açıkça buna örnektir. Hemşirelerin tükenmişlik yaşadığını, bunun da sessiz istifaya dönüştüğü görülmüştür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Vaka çalışmasında, nüfus artışına bağlı artan iş yükünün motivasyonu olumsuz etkilediği belirlenmiştir. İstanbul ilinde görev yapan hemşirelerin ‘’sessiz istifa’’ sürecinde olduğu tespit edilmiştir. Sessiz istifa sürecini etkileyen birçok faktör de tespit edilmiştir.

Vaka çalışmasında yapılan analizlerde, hemşirelerin sessiz istifa sürecini; iş yükü fazlalığı, yetersiz personel sayısı, fiziksel tükenmişlik, iş yaşam dengesi bozuklukları, kurum içi destek görememe, maaş eksikliği ve değer görememe gibi birçok faktörün etkilediği ortaya konmuştur. Sessiz istifanın işten uzaklaşma durumu olmasının yanında mesleki tükenmişliğin göstergesi olduğu sonucuna varılmıştır.

Vaka çalışmasında sessiz istifa sürecinde olan hemşirelerin bu süreci sonlandırması için alınacak önlemler mevcuttur. Öncelikle yönetime ve kuruma birçok görev düşmektedir. Hemşirelerin başlıca sorunu olan görev tanımı belirsizliği giderilmesi ve keskin bir görev tanımı yapılmalıdır. Böylece hemşirelerin sorumlulukları dışında iş yapmasının önüne geçilebilir. Ayrıca kurum içinde psikososyal destek sistemleri oluşturulmalıdır. Hemşirelere psikolojik danışmanlık hizmetleri ve mesleki rehberlik hizmeti sunulmalıdır. Çalışma sistemi düzenlemesi yapılıp, vardiyalar ona göre düzenlenmelidir. Hemşire başına düşen hasta sayısı azaltılmalıdır. Motivasyonu arttırmak için adil ücretlendirme ve performansa dayalı ek ödeme yapılmalıdır. Bakanlığımızda ek ödeme mevcuttur fakat iyileştirmeler yapılmalıdır. Kurum olarak alanlardaki malzeme eksiklikleri giderilmeli, dinlenme alanları yaratılmalı, temel ihtiyaçlar karşılanmalıdır. Ülkemizde hemşirelik mesleğine olan bakış açısının değiştirilmesi için toplumda itibar kampanyaları yapılmalı, toplumun gözünde mesleki değer arttırılmalıdır. Bunlar yapılırken medyadan ve sivil toplum kuruluşlarından destek alınmalıdır. Hemşirelere kariyer fırsatı tanınmalı, gelişimleri için destek olunmalıdır. Son olarak sorunların şeffaf bir şekilde konuşulmasına olanak tanınmalı; kurumda, çalışılan alanlarda toplantılar yapılıp gerekli geri dönüş sağlanmalıdır.

Sessiz istifa, bireysel bir sorun olarak gözükse de zamanla hasta bakım kalitesinde akabinde sağlık sisteminde sıkıntılara yol açmaktadır. Bu nedenle hemşirelerin sorunları çözülmesi toplumun faydasına olacaktır.

KAYNAKÇA

1. Deniz, A., Duran, C., & Boz, D. (2023). *Sessiz istifanın demografik değişkenler ile ilişkisi* (1. basım, s. 42–61). İstanbul: Eğitim Yayınevi.
2. Gün, İ. (2024). *Sessiz istifa niyetini etkileyen faktörlerin AHP yöntemi ile değerlendirilmesi: Sağlık çalışanlarında bir uygulama* (1. basım, s. 500–520). İstanbul: Yönetim Bilimleri Yayınları.
3. Tosun, N., & Akay, A. C. (2023). *Adanmışlıktan sessizliğe, sessizlikten vazgeçişe: Sağlık çalışanlarında sessiz istifa üzerine kavramsal bir çerçeve* (1. basım, s. 72–86). Erzincan: Binali Yıldırım Üniversitesi Yayınları.
4. Lindborg, H. J. (2022). *Quiet quitting* (1. basım, s. 12–13). Milwaukee: Quality Progress Yayınları.
5. Özcan, E., & Yaltagil, E. I. (2024). *Sağlıkta sessiz istifanın nedenleri ve çözüm yolları* (1. basım, s. 919–935). Balıkesir: İşletme Araştırmaları Yayınları.
6. Öztürk, E., Arıkan, Ö. U., & Ocak, M. (2023). *Understanding quiet quitting: Triggers, antecedents and consequences* (1. basım, s. 57–79). Ankara: JOBESAM Yayınları.
7. Adair, J. (2003). *Etkili motivasyon: İnsanlardan en iyi verimi nasıl alabilirsiniz?* (1. basım). İstanbul: Babıali Kültür Yayıncılığı.
8. Yılmaz, K. (2024). *Örgütlerde sessiz istifa: Kavramsal bir çözümleme ve Türkiye'de yapılan araştırmaların değerlendirilmesi* (1. basım, s. 1395–1410). Bişkek: Manas Yayınları.
9. Hanaylı, B. (2025). *Hemşirelerin duygusal emek deneyimleri üzerine bir odak grup çalışması* (1. basım, s. 271–294). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
10. Tiryaki Şen, H., Yurtsever, D., & Polat, Ş. (2024). *Sessiz istifa ve sessiz işten çıkarma ölçeklerinin Türkçede geçerlik ve güvenirlik çalışması: Hemşireler üzerinde bir araştırma* (1. basım, s. 344–353). Ankara: Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Yayınları.
11. Maslow, A. H. (1943) *İnsan Güdülerine Dair Bir Kuram,* 1. Basım, s. 370-396, New York Psycholoogical Review Yayınları
12. Braun. V., &Clarke, V. (2006) Using Thematic Analysis in Psychology. Qualitative Research in Psychology, Cilt3, Sayı 2, s. 77-101.
13. Gökçe, G., Şahin, A., & Bulduklu, Y. (2020). "Herzberg'in Çift Faktör Kuramı ve Alt Gelir Gruplarında Bir Uygulama." Meram Tıp Fakültesi Örneği. Sosyal Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 10(20) s.233-246

Fatma MİRAÇ KAVALA
Nişantaşı Üniversitesi
İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi
Psikoloji (Tezli)
mirackavala@gmail.com

VAKA ADI:

COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE ÇİN'E YÖNELİK SOSYAL MEDYA LİNCİ: SOSYAL TEMSİLLER VE TEHDİT ALGISI PERSPEKTİFİNDEN BİR İNCELEME

VAKA TANIMI

COVID-19 pandemisinin başlangıcında Çin'in virüsün kaynağı olarak gösterilmesi, küresel ölçekte çeşitli önyargıları tetiklemiş ve sosyal medyada yoğun biçimde kinci söylemlere dönüşen bir linç kültürü oluşmuştur. Bu süreçte Çin'e yönelik söylemlerde bilimsel temellerden uzak, kolektif belleğin ve sağduyu bilgisinin şekillendirdiği temsil biçimleri dikkat çekmiştir.

ÖZET

Bu çalışma, COVID-19 pandemisi sürecinde Çin'e yönelik gelişen kinci söylemleri Sosyal Temsiller Kuramı (Moscovici, 1984) ve Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı (Stephan & Stephan, 2000) çerçevesinde değerlendirmektedir.

Pandemiyle birlikte sosyal medyada hızla yayılan bilgiler çoğunlukla bilimsel temelden yoksun, sağduyuya ve kolektif belleğe dayalı temsil biçimlerinden beslenmiştir. Bu temsiller, bireylerin belirsizlik ve korku karşısında anlam üretme çabalarının bir ürünü olarak ortaya çıkmış; bu süreçte Çin'e yönelik artan düşmanlık, algılanan tehdit türlerinin (realistik, sembolik, grup içi kayırmacılık

ve karşılıklı tehdit) etkisiyle şekillenmiştir.

Özellikle Çin'in pandeminin kaynağı olarak hedef gösterilmesi, hem tarihsel önyargıları yeniden üretmiş hem de dijital ortamda nefret söyleminin normalleşmesine zemin hazırlamıştır. Araştırma, sosyal temsillerin ve tehdit algısının yalnızca bireysel düşünce kalıplarını değil, aynı zamanda toplumsal söylemleri ve davranışları da şekillendirdiğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Sosyal Temsiller, Bütünleşik Tehdit Algısı, Dijital Linç, Ötekileştirme.

GİRİŞ

Küresel kriz dönemlerinde toplumların belirsizlik, korku ve tehdit algısıyla nasıl başa çıktıkları, sosyal psikoloji disiplini açısından önemli bir araştırma alanı oluşturmaktadır. Bu bağlamda, pandemi sürecinde Çin'e yönelik sosyal medya içeriklerinde görülen linç söylemleri, bireysel ve kolektif düzeyde tehdit algılarının ve kültürel temsillerin dijital mecralarda nasıl yapılandığını incelemek açısından anlamlı bir örnek sunmaktadır.

Çalışmada analiz edilen vaka, 2020 yılının Mart-Mayıs ayları arasında Twitter platformunda yaygın şekilde kullanılan #ChineseVirus etiketi altındaki paylaşımlardır. Bu etiket, hem pandeminin sorumluluğunu belirli bir ülkeye yükleme çabası hem de sosyal temsiller aracılığıyla "öteki"ni yeniden inşa etme süreciyle doğrudan ilişkilidir. Çalışma, hem güncel hem de kuramsal olarak Sosyal Temsiller Kuramı (Moscovici, 1984) ve Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı (Stephan & Stephan, 2000) çerçevesinde analiz edilmeye elverişli oluşu nedeniyle seçilmiştir. Bu bağlamda vaka, kriz zamanlarında ötekileştirme süreçlerinin nasıl işlediğini ortaya koymak ve dijital medya aracılığıyla şekillenen toplumsal algıyı çözümlemek açısından önem taşımaktadır.

Moscovici'ye (1984) göre sosyal temsiller, bireylerin dünyayı anlamlandırmalarını sağlayan ortak bilgi kalıplarıdır. Pandemi süreci gibi kriz anlarında belirsizlikle başa çıkma aracı olarak işlev gören bu temsiller, Çin'in bir "günah keçisi" olarak konumlandırılmasına zemin hazırlamıştır. Sosyal medya, bu temsillerin üretildiği, dönüştüğü ve yayıldığı başlıca mecralardan biri haline gelmiştir. Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı, Stephan ve Stephan (2000), gruplar arası ilişkilerde algılanan tehditleri dört ana başlık altında incelemiştir: Realistik tehdit, sembolik tehdit, grup içi kayırmacılık tehdidi ve karşılıklı tehdit algısı.

COVID-19 pandemisi, yalnızca bir sağlık krizine değil, aynı zamanda toplumsal temsillerin yeniden üretildiği ve ötekileştirici söylemlerin yaygınlaştığı bir sürece işaret etmiştir. Bu bağlamda, pandemi sürecinde Çin'e yönelik sosyal medya içeriklerinde görülen linç söylemleri, bireysel ve kolektif düzeyde tehdit algılarının ve kültürel temsillerin dijital mecralarda nasıl yapılandığını incelemek açısından anlamlı bir örnek sunmaktadır. Çalışmada ele alınan vaka, hem güncel hem de kuramsal olarak Sosyal Temsiller Kuramı ve Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı çerçevesinde analiz edilmeye elverişli oluşu nedeniyle seçilmiştir. Bu bağlamda vaka, kriz zamanlarında ötekileştirme süreçlerinin nasıl işlediğini ortaya koymak ve dijital medya aracılığıyla şekillenen toplumsal algıyı çözümlemek açısından önem taşımaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışma, nitel araştırma desenine dayalı olarak yürütülmüş bir vaka analizidir. Veriler, Mart 2020 – Mayıs 2020 tarihleri arasında Twitter platformunda kullanılan #ChineseVirus etiketi altındaki paylaşımlar arasından rastgele örneklem ile seçilmiştir. Tematik analiz yöntemiyle çözümlenen bu içerikler, Sosyal Temsiller Kuramı ve Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı çerçevesinde değerlendirilmiştir. Toplamda 100 tweet belirli temalar altında gruplandırılmış, özellikle "sembolik tehdit", "gerçekçi tehdit", "ötekileştirme söylemleri" ve "dijital linç dinamikleri" ekseninde analiz edilmiştir. Veriler, anonimleştirilmiş olup, etik ilkeler gözetilerek değerlendirilmiştir. Bu yönüyle çalışma, sosyal psikolojik bir fenomeni anlamaya yönelik nitel bir içerik çözümlemesi niteliği taşımaktadır.

Vakanın Gelişimi

COVID-19 pandemisi, aksi görüşler olsa da genel iddia ve kabule göre ilk olarak Aralık 2019'da Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkmış ve kısa sürede küresel bir sağlık krizine dönüşmüştür. Dünya Sağlık Örgütü, 11 Mart 2020 tarihinde COVID-19'u resmen "pandemi" ilan etmiştir. Bu süreç, yalnızca biyolojik bir tehdit değil; aynı zamanda sosyal, kültürel ve psikolojik yansımaları olan çok katmanlı bir kriz hâline gelmiştir.

Pandeminin başlangıcında virüsün kökenine dair dolaşıma giren söylemler, özellikle "Çin virüsü" ya da "Wuhan virüsü" ifadeleri üzerinden şekillenmiş;

bu söylemler, bilimsel olmaktan çok, sosyal temsillerin ve önyargıların ürünü olarak yayılmıştır. Çin'e yönelik suçlayıcı dil, sosyal medya platformlarında hızla dolaşıma girmiş; spekülatif söylemler, komplo teorileri ve kültürel stereotipler, dijital linç kültürünü beslemiştir.

Sosyal medya, bu süreçte yalnızca bireylerin duygu boşalımı yaşadığı değil, aynı zamanda toplumsal önyargıların kolektif bir biçimde yeniden üretildiği bir mecra hâline gelmiştir. Bu bağlamda, vaka yalnızca bir sağlık krizine verilen toplumsal tepkinin değil, aynı zamanda sosyal temsillerin, tehdit algısının ve dijital çağın linç mekanizmalarının kesişiminde gelişen çok boyutlu bir temsil örüntüsüdür.

Pandeminin başlangıcında virüsün "Çin virüsü" veya "Wuhan virüsü" gibi ifadelerle anılması, yalnızca bilimsel bir yanlış değil, aynı zamanda sosyal temsillerin nasıl işlediğinin göstergesidir. Özellikle virüsün laboratuvar üretimi olduğuna dair spekülasyonlar, öfkenin belirli bir hedefe kanalize edilmesine imkân vermiştir. Böylece karmaşık bir bilimsel mesele, siyasal ve kültürel bir anlatıya indirgenmiştir.

Bu süreçte sosyal medya çok etkili bir taşıyıcı rolü oynamıştır. Siyasi liderler ve etkili sosyal medya figürleri, bu temsilleri besleyen söylemler geliştirmiştir. Örneğin bazı liderlerin "Çin virüsü" ifadesini kullanması, bu sürecin meşrulaştırılmasına neden olmuştur. Görseller, videolar ve haberler üzerinden paylaşılan içerikler, Çinliler hakkında olumsuz imgelerin güçlenmesine ve indirgemeci sosyal temsillerin yayılmasına neden olmuştur. Zümrüt, Şen, Rodop ve Arslan (2020) sosyal temsilleri; Bilinmeyen karşısında bilimsel ve sağduyusal bilginin sentezi olarak ortaya çıkan yapılar olarak tanımlar. Sosyal dünya içinde dolaşırken bilimsel bilgi dönüşerek nesilden nesile aktarılan sağduyu bilgisi haline gelir.

Sosyal medya platformları, bireylerin korku, belirsizlik ve tehdit algılarına bağlı olarak çeşitli sosyal temsiller ürettikleri, kolektif söylemlerin dolaşıma girdiği bir alan işlevi görmüştür. Sosyal medyada yalnızca bireylere değil, devletlere yönelik linç kültürü de gün geçtikçe yaygınlaşan bir fenomendir. Özellikle küresel krizler, ekonomik zorluklar veya toplumsal olaylar, halkın öfkesinin belirli aktörlere, kimi zaman devletlere yönelmesine neden olabilmektedir. Ancak bu gibi durumlarda edinilen bilgiler, çoğu zaman sağduyu bilgisinin ötesine geçemez. Bilimsel bilgi ile sağduyu bilgisi arasındaki fark, bu noktada belirginleşir.

Türk Dil Kurumu'na göre sağduyu; doğru, akla uygun yargılar verme yeteneği, aklıselim ve hissiselim gibi anlamlar taşır. Ancak sağduyu kavramı, ilk

kez ele alan düşünürlerden Aristoteles'ten bu yana, bireylerin günlük pratiklerinden öğrendikleri bilgi ve davranışları da kapsar. Bu nedenle sağduyu her zaman rasyonel ya da bilimsel bilgiyle örtüşmeyebilir. Bu bağlamda Sosyal Temsiller Kuramı, toplumsal yaşamda bireylerin çevrelerindeki olayları anlamlandırmak için kullandıkları inanç, düşünce, imge ve fikirlerin nasıl oluştuğunu ve nasıl aktarıldığını açıklar. Sosyal temsiller; bireylerin deneyimlerinden türeyerek iletişimle üretilen, değişen ve yayılan kolektif düşünme biçimleridir (Parker, 1987; Öner, 2002).

Sosyal Medyada Çin'e Yönelik Ötekileştirici Söylemler

COVID-19 pandemisinin başlangıcında, başta Twitter olmak üzere, Facebook ve İnstagram gibi bir çok sosyal medya platformunda Çinlilere yönelik "Go eat a bat, Chang!" (Git yarasa ye, Chang!) gibi ifadeler yaygınlaşmıştır. Bu tür söylemler, Çinlilerin yemek alışkanlıklarını alaya alarak onları aşağılamış ve ötekileştirmiştir. ABD Başkanı Donald Trump'ın COVID-19'u "Chinese Virus" (Çin Virüsü) olarak adlandırması, sosyal medyada #ChineseVirus gibi etiketlerin yayılmasına neden olmuştur. Bu etiketler, Çin'e ve Çinlilere yönelik nefret söylemlerinin artmasına zemin hazırlamıştır. Pandeminin başlangıcında sosyal medyada viral olmuş bir yarasa çorbası videosu Çinlilere yönelik önyargıları pekiştirmiştir. Bu video, Çinlilerin "vahşi" ve "hijyenik olmayan" alışkanlıklara sahip olduğu yönündeki stereotipleri beslemiştir.

Bu örnekler, Sosyal Temsiller Kuramı ve Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı çerçevesinde analiz edilebilir. Örneğin, "Go eat a bat, Chang!" ifadesi, Çinlilerin yemek kültürüne yönelik sembolik tehdit algısını yansıtırken; "Chinese Virus" etiketi, Çin'in pandeminin sorumlusu olarak gösterilmesiyle gerçekçi tehdit algısını pekiştirmektedir.

Çin'e yönelik bu önyargılar, Batı'da tarihsel olarak kök salmış "Sarı Tehlike" (Yellow Peril) mitinden bağımsız düşünülemez. Çin'in küresel güç olarak yükselişi, pandemiyle birlikte tehdit algısını daha da körüklemiş, sosyal temsiller üzerinden toplumsal tepkilerin kolaylıkla manipüle edilebileceğini bir kez daha göstermiştir. Maalouf'un şu sözleri, bu kolektif hafızanın nasıl bir öfkeye dönüşebildiğini açıklar:

"*Ne olursa olsun, 'ötekiler' bunu hak etmişlerdir. Çok eski zamanlardan beri bize çektirdikleri her şeyi bizler bir bir hatırlamaktayızdır."* (Maalouf, 2017, s. 27–28)

Augoustinos, Walker ve Donaghue'ye (2014) göre sosyal temsiller, bireyle-

rin gündelik söylemlerinde kullandıkları kavramlar ve açıklamalardan oluşur. Bireyler, bu açıklamaları çoğu zaman "doğal" ve "doğru" olarak kabul ederek sağduyu zeminine yerleştirirler. Oysa Moscovici (1984), bilimsel bilgi ile sosyal temsillerin iki farklı epistemolojik evrende varlık gösterdiğini belirtir: Somutlaştırılmış evren (reified universe) bilimsel bilginin alanı iken, sağduyu evreni (consensual universe) sosyal temsillerin üretildiği ve yayıldığı alandır. Moscovici'ye göre sosyal temsil süreçleri, özellikle konu tehdit edici veya tartışmalı olduğunda daha işlevsel hâle gelir (Moscovici, 2008). Bu gibi dönemlerde "barış" ve "savaş" gibi kavramlar, dost-düşman ikilikleri üzerinden yeniden tanımlanır; sosyal temsiller, farklı bağlamlarda yeniden sahnelenir (Demir, 2021, s.164).

COVID-19 virüsünün Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıktığı yönündeki bilgiler, kısa sürede küresel bir pandemiye dönüşen bu sağlık krizini Çin'e yönelik yoğun bir dijital linç kampanyasıyla buluşturmuştur. Bu linç dalgası, yalnızca güncel gelişmelerin değil, aynı zamanda tarihsel ve kültürel önyargıların da ürünüdür.

Kavala (2015), medyada Çin'e yönelik oluşturulan olumsuz temsillerin uzun yıllardır çeşitli içerikler yoluyla tekrarlandığını; özellikle Çinlilerin yaşam tarzlarının, ahlaki yapılarının ve toplumsal düzenlerinin çarpıtılarak sunulduğunu belirtmektedir. Yazara göre, gerçekle ilgisi olmayan bu tür söylemler, tekrar yoluyla bireylerin zihinsel kalıplarına yerleşmekte ve kültürel önyargıların derinleşmesine neden olmaktadır.

Türkiye'de Pandemi Sürecinde Çinlilere Yönelik Nefret Söylemi

Anadolu Üniversitesi'nde yapılan bir yüksek lisans tezinde, pandemi sürecinde Twitter'da "Çin Virüsü" ifadesinin yaygın olarak kullanıldığı ve bu ifadenin Çinlilere yönelik nefret söylemini artırdığı belirtilmiştir. Bu çalışma, sosyal medyada Çinlilere karşı oluşan olumsuz algının dilsel yansımalarını analiz etmiştir. (Korkusuz, 2021).

Alternatif Bilişim Derneği (2020) tarafından hazırlanan bir raporda da, pandemi sürecinde sosyal medyada Çinlilere yönelik nefret söyleminin arttığı ve bu söylemlerin genellikle Çin'in yemek kültürü ve hijyen anlayışı üzerinden şekillendiği belirtilmiştir. Raporda, Çinlilere yönelik aşağılayıcı ve ötekileştirici ifadelerin yaygınlaştığı vurgulanmıştır.

Ekşi Sözlük'te yapılan bir içerik analizinde, kullanıcıların pandemi sürecinde Çinlilere yönelik olumsuz stereotipler ve önyargılar içeren paylaşımlarda

bulunduğu tespit edilmiştir. Çalışmada, Çinlilerin "zalim", "tehlikeli" ve "güvenilmez" gibi sıfatlarla tanımlandığı ve bu tür ifadelerin nefret söylemi kapsamında değerlendirilebileceği belirtilmiştir. (Doğruluk Payı Araştırma Ekibi, 2021).

Türkiye İletişim Araştırmaları Dergisi'nde yayımlanan bir makalede, Çin'de üretilen COVID-19 aşılarına yönelik YouTube'daki kullanıcı yorumları incelenmiş ve bu yorumlarda yanlış bilgi ile nefret söylemi arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Özellikle Çin aşılarına karşı olumsuz ve ötekileştirici ifadelerin kullanıldığı belirtilmiştir. (Eser&Kalkan, 2021).

Pandeminin ekonomik etkilerine dair içeriklerin sosyal medyada daha yüksek beğeni alması (Demirbaş & Kantaş Yılmaz, 2022), kullanıcıların COVID-19'u yalnızca bir sağlık riski olarak değil, aynı zamanda geçim kaynaklarını tehdit eden bir kriz olarak algıladığını göstermektedir. Bu bağlamda, pandeminin ekonomik boyutunun öne çıkması, bireylerin sorumluluk atfı ve suçlu arayışını da bu eksende şekillendirmiştir. Çin'e yönelik sosyal medya lincinin önemli bir boyutu da bu noktada devreye girmektedir: Ekonomik zarar, işsizlik ve belirsizlik gibi olumsuz sonuçlar karşısında, sosyal temsiller yoluyla Çin; "krizin kaynağı", "zararın faili" ya da "bedel ödemesi gereken öteki" olarak konumlandırılmıştır. Bu temsil, Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı açısından incelendiğinde, somut (realistik) tehdit olarak algılanan ekonomik kayıpların, Çin'e yönelik düşmanlığın rasyonel bir temele oturtulmasına aracılık ettiği görülmektedir. Böylece ekonomik kaygılarla şekillenen gündem, sosyal medyada hedef gösterici ve dışlayıcı söylemlerin zeminini hazırlamış; bireylerin duygusal tepkileri kolektif linç pratiklerine dönüşmüştür.

Bu ve benzeri bulgular, pandemi sürecinde Türkiye'de sosyal medyada Çinlilere yönelik nefret söyleminin arttığını ve bu durumun çeşitli platformlarda farklı şekillerde tezahür ettiğini göstermektedir. Bu tür söylemler, toplumsal önyargıların ve ayrımcılığın dijital ortamlarda nasıl yayıldığını anlamak açısından önemlidir.

Sosyal Temsillerin Oluşumu ve Yapısı

Moscovici'ye göre sosyal temsillerin oluşum süreci iki temel aşamadan geçer: Demir atma (anchoring) ve nesneleştirme (objectification). Bu mekanizmalar, bireylerin belirsiz ya da yeni durumları tanıdık kavramlarla anlamlandırmalarını ve ardından bu kavramları somut imgelerle ilişkilendirerek toplumsal bellekte yer edinmelerini sağlar.

Moscovici (1984), bireylerin bilinmeyen bir olguyu tanıdık hâle getirme sürecini "demir atma" (anchoring) olarak adlandırır. Bu süreçte insanlar, bilmedikleri ya da kavrayamadıkları olguları daha önce deneyimledikleri kavramlarla ilişkilendirerek anlamlandırma eğilimindedirler. Bu yalnızca birey düzeyinde değil, aynı zamanda toplumsal düzlemde de geçerlidir. Yeni bir olgunun toplum bireylerine aktarılması, o toplumun mevcut kavramsal repertuarı içinde yeniden inşa edilmesiyle mümkündür (Çetin & Sönmez, 2014).

Moscovici'nin Sosyal Temsiller Kuramı'nda dört temel ilkeden söz edilir:

1. Günlük hayatta kullanılan söylemlerin araştırmalarda veri olarak değerlendirilmesi,
2. Sosyal temsillerin, gerçeği yeniden yapılandırmanın bir biçimi olarak ele alınması,
3. Bu temsillerin özellikle kriz, kaos ve köklü değişim dönemlerinde incelenmesinin önemi,
4. Bilimle amatör düzeyde ilgilenen bireylerin dilinin dikkate alınması (akt. Çiftçi, 2012).

Bu temel ilkelerin yanında, sosyal temsil süreçleri, Basitleştirme, nesneleştirme ve demir atma olarak üç aşamada şekillenir. (Bilgin,2014).

Basitleştirme: Karmaşık ya da soyut bilgilerden yalnızca belirli ögelerin seçilerek günlük yaşama taşınmasıdır.

Nesneleştirme (şeyleştirme): Kavramların görselleştirilmesi ya da somut imgelerle özdeşleştirilmesidir. (Örn: bilinçaltının buzdolabının alt gözüne benzetilmesi gibi.)

Demir atma: Yabancı ve karmaşık olanın tanıdık bir çerçeveye oturtularak sıradanlaştırılmasıdır.

COVID-19 pandemisi sürecinde bu aşamaların işleyişi açıkça gözlenmiştir. Virüsün genetik yapısı gibi karmaşık konular (basitleştirme aşaması), Çin kültürü, hijyen anlayışı ve vahşi hayvan pazarları gibi kolayca görselleştirilebilen temalarla ilişkilendirilmiştir (nesneleştirme/şeyleştirme aşaması). Ardından bu imgeler üzerinden "Çinliler sorumlu" şeklinde genelleyici ve indirgemeci söylemler üretilmiştir (demir atma aşaması).

Kriz durumlarında bireylerin suçlu arama eğilimi artar. Çin'e yönelik kinci söylemler yalnızca güncel tepkilerin değil, uzun süredir Batı söyleminde var olan ötekileştirici temsillerin de devamıdır. Örneğin Çin, pandemi öncesinde de otoriter yönetimi, bilgi akışındaki kapalılığı ve farklı yaşam tarzıyla "öteki" olarak konumlandırılmaktaydı.

Çin alfabesinde "kriz" kavramı, "tehlike" ve "fırsat" sembollerinin birleşimiyle ifade edilir. Bu bakış açısı, krizlerin yalnızca tehdit değil, aynı zamanda dönüşüm imkânı barındırabileceğini gösterir (Kırdar & Demir, 2011; akt. Doğruer & Gök, 2025). Ancak bu bakış, halk psikolojisinde pek yankı bulmaz. Cevizoğlu'na (2023) göre, insanlar kriz anlarında "suçsuzluk libidosuna bulanmış sosyal grup şiddeti" geliştirerek bir toplumsal katarsis yaşar. Sosyal medya da bu süreçte "hınç mekânları"na dönüşür. Cevizoğlu şöyle belirtir:

"*Sosyal medyadaki bu sorumsuzluk bir anlamda 'toplumsal katarsis' oluşturur ve kendi sorunlarından kaçma aygıtı olarak işler. Sosyal medya mekanları böylece 'hınç mekanları' durumuna gelmektedir. Kendilerini suçsuzluk libidosuna teslim ederek ferahlamış ve toplumsal patolojiler üretmişlerdir."* (s. 221–222)

Tarih boyunca yaşanan kriz dönemlerinde belirli gruplar, hastalıkların ve felaketlerin sorumlusu ilan edilmiştir. Tarihteki salgınların öncesi ve sonrasında da ön önemli sonuç ayrımcılığın arttığı görülmüştür. (Eniç, 2021). Orta Çağ'da Yahudilerin veba salgınından sorumlu tutulması veya HIV/AIDS'in belirli topluluklara atfedilmesi, bu tür sosyal temsillerin tarihsel örneklerindendir. Bu durumlar, bilinmezlik karşısında insanların başvurdukları kolektif anlamlandırma çabalarının sonucudur. Freud'un (1921-2024) bu bağlamdaki şu sözleri dikkat çekicidir:

"*Kitleler hakikate susamışlığı asla tanımamışlardır. Vazgeçemeyecekleri illüzyonları talep ederler. Gerçek olmayan, onlar üzerinde gerçek kadar güçlü bir etki yaratır. Bu iki durum arasında ayırım yapmamak gibi bariz bir eğilim taşırlar."* (Emrem, 2024.s.27)

Sosyal psikoloji bağlamında bu süreçlerin temelinde kalıp yargılar (stereotipler) yer alır. Bu tür kalıplaşmış inançlar, dış gruplara yönelik önyargıların, ayrımcılığın ve hatta şiddet davranışlarının temelini oluşturur (Çukur & Sayılan, 2022, s.160). Moscovici'nin kuramına göre belirsizlik içeren durumlarda bireyler, var olan sosyal temsillere sığınarak bu temsiller üzerinden öfke ve korkularını yönlendirirler. Medya ve sosyal medya ise bu temsillerin hızla yayılmasına, genelleştirilmesine ve belirli gruplara yöneltilen suçlamaların meşrulaştırılmasına aracılık eder.

COVID-19 pandemisinde Çin'e yönelik gelişen olumsuz temsiller de bu dinamiğin bir tezahürüdür. Wuhan'daki deniz ürünleri pazarının virüsün kaynağı olduğuna dair haberler, Çin'in geleneksel yemek kültürünü hedef alan sosyal temsilleri güçlendirmiştir. Çin hükümetinin virüsle ilgili bilgileri zamanında

paylaşmadığı iddiaları, sosyal medyada şeffaflık eleştirilerine ve hatta pandemiyi "bilerek gizlediği" suçlamalarına neden olmuştur. Bu söylemler, bireysel tepkinin ötesine geçerek toplumsal öfkenin taşıyıcısı hâline gelmiştir.

Sarıdağ ve Eser'e (2023) göre bireyler, dünyayı anlamlandırabilmek için önyargıya meyilli yapıdadırlar. Bu durum, Allport'un (1954) da belirttiği gibi, insanların dünyayı genellemeler ve kategoriler yoluyla basitleştirme çabasından kaynaklanır (s. 27).

Bütünleşik Tehdit Kuramı (Integrated Threat Theory) ise bu tür önyargıların dört temel tehditle ilişkili olduğunu ileri sürer (Stephan & Stephan, 2000; akt. Tayınmak, 2021, s.942):

1. Gerçekçi Tehdit: Dış grubun iç grubun ekonomik, fiziksel veya siyasi refahına zarar vereceğine dair algı.
2. Sembolik Tehdit: Kültürel ve ahlaki değerler arasındaki uyumsuzluk algısı.
3. Gruplar Arası Kaygı: Dış grupla etkileşimlerin negatif sonuçlar doğuracağına dair endişe.
4. Negatif Kalıpyargılar: Dış gruba yönelik olumsuz beklentiler ve önyargılar.

Pandemi sürecinde Çin'e yönelik sosyal medya söylemlerinde bu dört tehdidin bir arada var olduğu görülmektedir:

Realistik tehdit, Çin'in ekonomik ve sağlık alanındaki etkisiyle ilişkilendirilmiştir. Sembolik tehdit, Çin'in kültürel farklılığı ve "yeme alışkanlıkları" üzerinden yürütülen söylemlerle beslenmiştir. Grup içi kayırmacılık, Çinlilere yönelik dışlayıcı ifadelerle pekişmiştir. Karşılıklı tehdit algısı, Çin'in virüsü kasıtlı olarak yaydığına dair komplo teorileri ile kuvvet kazanmıştır.

Çukur ve Sayılan (2022), bu süreçlerin sosyal kimlik tehdidi yarattığını ve dış grubun (Çin) değersizleştirilmesiyle sonuçlandığını vurgular (s. 200). Pandemi sürecinde Çin'e yönelik olarak inşa edilen olumsuz kimlik, onu iç gruptan (diğer ülkelerden) ayırarak düşmanlaştırmıştır. Çinlilere yönelik nefret söylemleri ve stereotipler, sosyal medyada hızla yayılmış ve "öteki"nin bir tehdit kaynağı olduğu inancı pekişmiştir.

Mahmut (2023) ise bu süreci, "ötekini bir problem olarak sunan" bilişsel bir süreç olan stereotipleştirme ile açıklar (s. 482). Medya bu noktada belirleyici bir rol oynar. Akova'ya (2020) göre, medya ve kitle iletişim araçları yalnızca bilgi aktarma aracı değil, aynı zamanda devletlerin ideolojik aygıtlarıdır; bireyler ve kültürler üzerinde derin etkiler bırakır (s. 4483).

Yarasa Çorbası" Videosu Üzerinden Gelişen Dijital Linç:

Kesgin ve Ünlü'ye (2021) göre, içinde bulunduğumuz post-truth çağda yalan haber içeriklerinin yayılımı hız kazanmıştır. Pandeminin ilk günlerinde, Çinli bir sosyal medya fenomeninin "yarasa çorbası içtiği" bir video, "İşte dünyayı zehirleyenler!" başlığıyla dolaşıma sokulmuştur. Bu video kısa sürede viral olmuş, milyonlarca kişi tarafından paylaşılmış ve Çin kültürüyle salgın arasında doğrudan bir bağ kurmuştur. Oysa fenomen, daha sonra bu içeriği yalnızca dikkat çekmek için hazırladığını itiraf etmiştir. Ancak bilimsel verilerin henüz netleşmediği bir dönemde üretilen bu içerik, sosyal temsillerin nasıl hızla şekillenebildiğini göstermektedir.

Video, bireysel bir eylemin toplumsal bir suç hâline getirilmesine neden olmuş; Çinlilere yönelik ırkçı, aşağılayıcı ve dışlayıcı söylemleri meşrulaştıran bir sembole dönüşmüştür. Sosyal Temsiller Kuramı açısından bu örnek, bireylerin belirsizlik karşısında anlam üretme çabalarının "öteki"ni suçlayarak kolektif bir tehdide yönelme eğilimini gözler önüne serer. Korku ve belirsizlik, kültürel önyargılarla birleştiğinde sosyal medyada nefret söylemine dönüşmüş, Çin halkı virüsün kaynağı olarak damgalanmıştır.

Bu süreç, Çin'in "virüsün kaynağı" olarak etiketlenmesiyle diğer toplumlara bir "ahlaki üstünlük" alanı açmış ve bu da dijital linç kültürünü körüklemiştir. Akova (2020), medya üzerinden ötekileştirilen kültürlerin, günümüz Batı yapımlarında sistematik biçimde olumsuzlukların aktörü olarak sunulduğunu vurgular (s. 4491).

COVID-19'un yarattığı küresel kriz, yalnızca bir sağlık sorunundan öte, bireylerin kimliklerini, güvenlik algılarını ve toplumsal aidiyetlerini tehdit eden bir durum olarak algılanmıştır. Bu tehdit algısı, bireylerin sosyal kimliklerini koruma güdüsünü harekete geçirmiş ve birçok kişi pandeminin sorumluluğunu Çin'e atfederek, onu "öteki" olarak konumlandırmıştır. Böylece grup içi dayanışma güçlenirken, dış grup olarak tanımlanan Çin'e karşı düşmanlaştırıcı söylemler artış göstermiştir.

Bu süreçte belirsizlik ve kaygı, bireylerde korku, öfke ve güvensizlik gibi duygusal tepkilere neden olmuş; bu tepkiler ise özellikle sosyal medya platformlarında hızla yayılmış ve dijital linç kültürünü beslemiştir. Kriz anlarında insanların bir "suçlu" arama eğiliminde oldukları bilinmektedir. Pandeminin Çin'e atfedilmesi bu eğilimi kolaylaştırmış, Çin devleti ve halkı küresel çapta hedef hâline gelmiştir. Bu mekanizma, Mark Edmundson tarafından şöyle tanımlanır:

"Belki de psikolojik hayatımızın bir kısmını sanal dünyamıza aktarıyoruz.

Peki bu nasıl bir hayattır? İnternetteki çoğu zaman yaşam, akla gelebilecek en baskıcı, yargılayıcı öfkenin yayıldığı yerdir. Aynı zamanda yargının ve çoğunlukla da zehirli yargının hüküm sürdüğü ikinci bir ruh gibidir." (Edmundson, 2024, s. 110)

COVID-19, Toplumsal Histeri ve Dijital Linç:

Pandeminin kaynağının Çin olduğuna dair söylemler, Çin'i hem salgının başlangıç noktası hem de bilgi akışındaki şeffaflık eksikliği nedeniyle hedef haline getirmiştir. Bu suçlama, sosyal medyada yankı bulmuş ve Çin'e yönelik kolektif bir öfke dalgasına dönüşmüştür. Bu süreçte sosyal medya, kolektif kaygıların hızla yayılmasını kolaylaştırmış; linç kültürü bir tür "toplumsal histeri" hâline gelmiştir. Çinlilere yönelik stereotipler, ayrımcı söylemler ve nefret ifadeleri artmış; Çinli göçmenler sosyal izolasyona uğramış ve "virüs taşıyıcısı" olarak damgalanmıştır.

Bu vaka, sadece bireysel önyargıları değil, ülkeler arası gerilimleri de tetikleyen bir sosyal temsil dinamiği sunmaktadır. Sosyal psikolojik açıdan bu süreç, dış grup düşmanlaştırması, kimlik savunusu, kolektif kaygı, önyargı ve özellikle sosyal temsillerin ne denli etkili olduğunu gözler önüne sermektedir.

Gustave Le Bon'un(1895-2022) "Kitleler Psikolojisi" adlı eserinde, bireylerin kalabalıklar içinde mantıksal değil, duygusal tepkiler verdiği ve ahlaki sorumluluklarının silinerek kitlesel davranışlara teslim oldukları vurgulanmaktadır. Bu görüşler, Le Bon'un kitle psikolojisi üzerine yaptığı çalışmaların temelini oluşturur. Ayrıca, Gustav Le Bon'un bahsettiği "kolektif ruh" ve "kolektif şiddet" kavramları bu süreçte iş başındadır.

Sosyal medya, bu noktada yalnızca bilgi aktarıcısı değil, aynı zamanda kolektif öfkenin ve ayrımcılığın üreticisi hâline gelmiştir. Devletler için psikolojik savaş araçları olarak işlev görebilecek kadar güçlü bir araç olan sosyal medya, dijital linçleri besleyen bir zemin sunmaktadır. Bu noktada, medya okuryazarlığı ve eleştirel düşünce hayati öneme sahiptir.

Alev Alatlı'nın (2020) uyarısı bu bağlamda yol göstericidir:

"Başta konuştuğunuz Türkçe olmak üzere, fikirlerinizi, size söylenenleri ya da duyduklarınızı illa ki sorgulayın. Bıkmadan, üşenmeden, yılmadan sorgulayın. Sosyal medya münazaraya elveren bir mecra değildir... Dolduruşa gelmeyin. Kendiniz de yapıyorsanız yapmayın. Ağzınızdan çıkanı kulağınız duysun." (s. 12)

Bireysel ve toplumsal bağışıklık için eleştirel düşünce kaçınılmazdır. Bu

konuda Paul ve Elder'in (2020) Kritik Düşünce adlı eserinde, Sumer'in 1906 tarihli Gelenekler kitabından aktarılan bir görüşe göre, eleştirel düşünme alışkanlığına sahip bireyler, karmaşık durumlara kolayca kapılmazlar ve inanç geliştirme konusunda temkinli davranırlar. Bu bireyler, başkalarının güçlü önyargılarına ve çeşitli aldatmacalara karşı direnç gösterebilirler.

Her toplumda, aynı konuya dair hem yaygın hem de karşıt görüşlerin varlığı doğaldır. Ancak yaygın görüşlerin daima doğru, karşıt görüşlerin ise yanlış olduğu yönünde genelleyici bir yargıya varmak yanıltıcıdır. Çatışan fikirler, eleştirel düşüncenin temel zeminini oluşturur; bu fikirler arasında köprü kurmak, toplumsal gelişim ve bireysel farkındalık için büyük önem taşır.

Önemli olan, her iki bakış açısına da eşit mesafeden yaklaşabilmek ve bu görüşleri eleştirel bir süzgeçten geçirerek değerlendirmektir. Zira haber kaynakları ya da sosyal medya içerikleri, mutlak gerçeği değil, yalnızca gerçeğin belli bir kesitini yansıtır. Bu nedenle bilgiyi yorumlarken tekil bir perspektife saplanmak yerine, çok yönlü ve tarafsız bir bakış açısı geliştirmek esastır. Paul ve Elder (2020), bu düşünsel yaklaşımı şu şekilde ifade eder:

"Haber ve yorum kaynakları mutlak gerçeğin kendisi olarak değil, gerçeğin yalnızca bir parçasını sunan araçlar olarak görülmelidir. En ideali ise, belirli bir görüş ya da perspektife bağlı kalmadan, tarafsız bir bakış açısıyla düşünmektir." (s. 284)

Bu anlayış çerçevesinde, çalışmamızda sosyal ve fiziksel medyada yer alan farklı içeriklerden, haberlerden ve kullanıcı paylaşımlarından elde edilen bulgular, belirli bir görüşe bağlı kalmaksızın ele alınmıştır. Aşağıda bu çalışmada kullanılan analiz süreci ve çözüm önerilerine dair detaylar yer almaktadır.

Analiz ve Yorum:

Bu çalışmada vaka olarak, pandemi sürecinde Twitter'da yaygın biçimde kullanılan #ChineseVirus etiketi merkez alınmıştır. Bu etiket, hem bireylerin COVID-19'a yönelik korku, belirsizlik ve öfke duygularını ifade etme biçimlerini hem de Çin'e yönelik sosyal temsillerin nasıl üretildiğini görünür kılmaktadır. Aşağıda, analiz kapsamında değerlendirilen içerikleri yansıtan temsili tweet örneklerine yer verilmiştir:

"Yarasa çorbası içerseniz, dünyayı hasta edersiniz. #ChineseVirus"

Temsil: Hijyen eksikliği ve yemek kültürü üzerinden ötekileştirme.

Kuramsal bağlam: Sosyal temsiller kuramı açısından "nesneleştirme" işlemi; kültürel bir pratik hastalığın görseli haline getirilmiştir.

"Çin yüzünden işlerimizi kaybettik. Tüm dünya onların hatasını ödüyor. #ChineseVirus"

Temsil: Ekonomik kayıpların faili olarak Çin'in konumlandırılması.

Kuramsal bağlam: Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı'nda "realistik tehdit" kategorisine örnektir.

"Çin bu virüsün bedelini ödemeli. Tüm dünya onlardan hesap sormalı. #ChineseVirus"

Temsil: Günah keçisi oluşturma ve cezalandırma söylemi.

Kuramsal bağlam: Düşmanlaştırıcı sosyal temsillerin linç kültürüne dönüşmesi.

"Çinliler ne yediğini bilmiyor, sonra da dünyaya virüs yayıyorlar. #ChineseVirus"

Temsil: Kültürel aşağılama ve oryantalist temsil biçimi.

Kuramsal bağlam: Demir atma işlemiyle "bilinmeyen kültür", mevcut önyargılara bağlanır.

(Etik Not: Bu analizde kullanılan tweet örnekleri, pandemi döneminde sosyal medya üzerinde yaygın şekilde gözlemlenen içerik biçimlerinden temsili olarak oluşturulmuştur. Gerçek tweet bağlantıları ve kullanıcı adları, etik gerekçelerle paylaşılmamıştır.)

Bu temsili içerikler, pandeminin yalnızca biyolojik değil aynı zamanda kültürel, ekonomik ve politik bir kriz olarak deneyimlendiğini göstermektedir. Çin'e yönelen linç söylemleri, sosyal temsiller aracılığıyla kolektif bir tehdit algısına dönüşmüş; bireyler kendi kayıplarının sorumluluğunu dışsallaştırarak "öteki" figürü üzerinden bir anlam düzeni kurmuştur. Bu durum, hem Sosyal Temsiller Kuramı hem de Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı açısından analiz edildiğinde, kriz zamanlarında bireylerin belirsizliği yönetmek için kolektif hedefler yaratma eğiliminde olduklarını açık biçimde ortaya koymaktadır.

SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu çalışmada, COVID-19 pandemisi sürecinde sosyal medya platformlarında Çin'e yönelik gelişen kinci söylemler, Sosyal Temsiller Kuramı ve Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı çerçevesinde değerlendirilmiştir. Özellikle "Çin virüsü" söylemi üzerinden yürütülen analizler, kriz anlarında belirsizlikle başa çıkmak için kolektif anlam üretme süreçlerinin nasıl şekillendiğini ve bu süreçlerin ayrımcı temsillerle nasıl örtüştüğünü göstermiştir.

Sosyal Temsillerin Rolü

Bulgular, Çin'in pandemi sürecinde "egzotik ve tehlikeli öteki" olarak temsil edildiğini ortaya koymuştur. Bu temsil biçimi, özellikle Batı-dışı kültürlerin "anlaşılmaz", "düzensiz" ve "tehlikeli" olarak kodlandığı tarihsel temsillerle paralellik göstermektedir. Bu durum, Moscovici'nin belirttiği gibi, bireylerin yeni ve belirsiz olayları anlamlandırmak için var olan kültürel şemaları yeniden üretme eğiliminde olduklarını ortaya koymaktadır.

Sosyal medya platformları, bireyin kendi etik sorumluluğundan sıyrılıp kalabalığın bir parçası hâline geldiği, normların ve değerlerin kolektif biçimde yeniden üretildiği ortamlardır. Demir ve Özcan'a (2021) göre, dijital kalabalıklar bireysel sınırları silikleştirerek her türlü kabalığı, meşru ve gerekli bir tepki biçimi gibi kodlamaktadır. Canetti'nin "deşarj arzusuyla toplanan beden" tanımı ve Bauman'ın "yüzsüz kitle" kavramsallaştırmaları, bu sürecin psikolojik dinamiklerini anlamak açısından açıklayıcıdır (akt. Demir & Özcan, 2021).

Birey, kitle içerisinde suçun öznesi olmaktan çıkarak nesne hâline gelir; böylece dijital ortamda, sosyal temsiller yalnızca içeriklerde değil, davranışlarda da yeniden üretilir. Bu durum, tehdit algılarının pekiştirilmesine ve ötekileştirici söylemlerin kolektif şekilde yayılmasına zemin hazırlar.

Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı ile Uyumu

Çin'e yönelik söylemlerde hem gerçek tehdit (hastalık yayma, ekonomik rekabet) hem de sembolik tehdit (kültürel değerlerin zedelenmesi, "farklı" yaşam biçimleri) öne çıkmıştır. Özellikle hijyen ve yemek kültürü üzerinden yapılan eleştiriler, Çin'in "medeniyetsiz" olarak temsil edilmesine neden olmuş; bu da sosyal mesafe üretmiştir. Stephan ve Stephan'ın Bütünleşik Tehdit Kuramı çerçevesinde bu tür tehditlerin, ayrımcı tutumları artırdığı yönündeki bulgularla örtüşmektedir.

Linç Kültürü ve Dijital Toplum

Sosyal medya üzerinden yürütülen linç pratikleri, bireylerin anonimlik içinde kolektif öfkeye katılmalarını kolaylaştırmış; bu da dijital platformların bir tür "sanal mahkeme"ye dönüşmesine neden olmuştur. Bu bağlamda, kriz dönemlerinde sosyal medya temelli temsillerin sadece bilgi değil, duygu transferi (öfke, korku, iğrenme) üzerinden şekillendiği ve bu duyguların eyleme dönüştüğü gözlemlenmiştir. Ayrıca bu, krizin failini dışsallaştırma eğiliminin, toplumsal kaygıları geçici olarak yatıştırma işlevi gördüğünü düşündürmektedir.

Litaratürle Karşılaştırma

Korkusuz'un (2021) çalışmasında da benzer şekilde, pandemi döneminde Çin'in "tehdit" figürü haline geldiği ve Twitter'da nefret söyleminin arttığı, Çin'in "salgının kaynağı" olarak işaretlenmesiyle başlayan suçlayıcı dilin, zamanla ırkçı ve dışlayıcı bir nefret söylemine dönüştüğü görülmüş, aynı zamanda otorite figürlerinin söylemlerinin, sıradan kullanıcılar üzerinde yönlendirici etkisi olduğu belirlenmiştir. Bu durum bizim çalışmamızda da gözlemlenmiş, özellikle toplumsal bellekten beslenen "öteki" temsili, hijyen ve medeniyet karşıtlığı üzerinden yeniden üretilmiştir.

Temel Bulgular ve Çıkarımlar

COVID-19 pandemisi, sadece küresel bir sağlık krizi değil; aynı zamanda bireylerin korku, öfke ve belirsizlik duygularını yoğun şekilde deneyimlediği toplumsal bir kriz haline gelmiştir. Bu kriz sürecinde, sosyal medya hem bilgiye ulaşma hem de duygusal boşalım için kullanılan başlıca mecralardan biri olmuştur. Özellikle Çin'e yönelik sosyal medya lincinde, sosyal temsillerin yeniden üretimi ve tehdit algılarının tetikleyici rolü net bir biçimde gözlemlenmiştir.

Çalışmada ortaya konan sosyal temsil biçimleri (egzotik ve tehlikeli öteki, hijyen-medeniyet karşıtlığı, intikam-ceza dili), bireylerin belirsizlik karşısında kolektif bir anlam üretme çabasının dışavurumu olarak değerlendirilebilir. Bu temsillerin, yalnızca bireysel düzeyde değil, medya ve siyasi söylemler aracılığıyla da kurumsal olarak beslendiği görülmektedir. Özellikle otorite figürlerinin ve yüksek takipçili kullanıcıların söylemleri, nefretin meşrulaşmasında ve yayılmasında önemli rol oynamıştır.

Bu bağlamda hem bu çalışmanın hem de Batuhan Korkusuz'un (2021) teziyle örtüşen bulgular, sosyal medya üzerinden yayılan nefret söylemlerinin, yalnızca iletişim değil aynı zamanda temsil ve iktidar ilişkilerinin de konusu olduğunu göstermektedir. Kriz anlarında sosyal medya, bir "duygu pazarı"na dönüşmekte; burada kimlikler, düşmanlıklar ve tehditler pazarlık konusu olmaktadır.

Analizler sonucunda Çin'e yönelik üç temel sosyal temsil biçimi belirlenmiştir:

1. Egzotik ve tehlikeli "öteki" temsili,
2. Hijyen–medeniyet karşıtlığı,
3. İntikam/ceza söylemleri.

Bu temsiller, kriz dönemlerinde belirsizlikle başa çıkmak isteyen bireylerin "öteki" üzerinden anlam üretme eğiliminde olduğunu göstermektedir. Çin kültürü, yalnızca farklı değil, aynı zamanda tehditkâr ve cezalandırılması gereken bir yapı olarak temsil edilmiştir. Bu temsiller, Sosyal Temsiller Kuramı'nın vurguladığı gibi, bilinmeyeni tanıdık imgelerle açıklama ve grup kimliğini koruma işlevi görmüş; fakat bu işlev dijital linç, kültürel dışlama ve küresel düzeyde ayrımcılıkla sonuçlanmıştır.

Kuramsal olarak çalışmanın temel çerçevesini Sosyal Temsiller Kuramı oluştururken, Bütünleşik Tehdit Kuramı da tamamlayıcı bir analiz boyutu sunmuştur. Gerçekçi tehdit algısı, virüsün Çin'den yayıldığı düşüncesiyle ekonomik ve fiziksel güvenliğin tehlikede olduğunu hissettirmiş; sembolik tehdit ise Çin'in yaşam tarzının "bizim değerlerimizle uyuşmadığı" inancını pekiştirmiştir. Gruplar arası kaygı ve negatif kalıpyargılar da sosyal medya içerikleriyle pekişmiş, dış gruba yönelik düşmanlık hızla artmıştır. Ancak burada gözden kaçırılmaması gereken bir nokta, bu söylemlerin yalnızca bireylerin bilinçli tercihleriyle değil, aynı zamanda medya pratiklerinin yönlendirmesiyle şekillendiğidir. Özellikle haber dilinde kullanılan "Çin virüsü" ifadesi, sosyal medyadaki temsil biçimlerinin oluşumuna zemin hazırlamıştır. Bu da gösteriyor ki temsil sadece bireysel değil, kurumsal düzeyde de inşa edilen bir süreçtir.

Sonuç olarak, bu çalışma pandeminin yalnızca bir sağlık krizi değil; aynı zamanda medya, söylem ve sosyal psikolojik mekanizmalar yoluyla güçlü bir toplumsal ötekileştirme süreci yarattığını ortaya koymaktadır. Bireysel algılar, dijital davranış kalıpları aracılığıyla kolektif tepkilere dönüşmüş; sanal linç pratikleri bu süreci daha görünür ve etkili kılmıştır. Bu nedenle, kriz anlarında yalnızca virüslerle değil; aynı zamanda temsillerle yayılan korku, öfke ve ideolojik bulaşlarla da mücadele edilmesi gerektiği açıktır.

ÖNERİLER

Sosyal temsillerin nasıl oluştuğunu ve dönüştüğünü öğreten içerikler müfredata entegre edilmeli; bireylerin ön yargılarını tanıması ve eleştirel düşünce becerileri kazanması sağlanmalıdır. Medya okuryazarlığı eğitimi yaygınlaştırılmalı; özellikle kriz dönemlerinde dijital içeriklerin eleştirel analizi desteklenmelidir. Bu, bireylerin sosyal temsillere dayalı önyargılı söylemleri sorgulamasını ve yeniden üretmesini engelleyecektir.

Bilimsel bilgi temelli iletişim stratejileri devlet ve medya iş birliğiyle güçlendirilmelidir. Dijital etik kuralları toplumsal düzeyde tartışılmalı, nefret söy-

lemi içeren içeriklere karşı algoritmik ve hukuki önlemler artırılmalıdır.

Toplumsal dayanışma ve kolektif empatiyi güçlendiren, çokkültürlü temsilleri içeren sosyal kampanyalar, sosyal iletişimi güçlendirecek, kutuplaşmayı azaltacak eğitim programları desteklenmelidir.

Sosyal medya şirketleri, dezenformasyon ve nefret söylemi içeren içerikleri tespit edecek algoritmalar geliştirmeli ve kullanıcıları yanıltıcı içeriklere karşı uyarmalıdır.

Medya, eğitim, psikoloji ve siyaset gibi alanlar arasında akademik işbirliği teşvik edilmeli; bu işbirlikleri toplumu doğru bilgilendirecek stratejilere dönüştürülmelidir.

YAZAR NOTU:

Bu çalışmayı kaleme alırken yalnızca bir pandeminin biyolojik etkilerini değil; insanlığın kriz anlarında nasıl konuştuğunu, kimi dinlediğini, kimi suçladığını ve kimi "öteki" ilan ettiğini anlamaya çalıştım. Pandemiyle birlikte küresel ölçekte yayılan virüsün yanında, çok daha hızlı ve görünmez bir başka şey daha yayılıyordu: Söylem!

Bazen bir kelime, bir görsel, bir tweet bile bir halkı damgalayabilir. Bu yüzden temsil edilenin ne olduğunu, nasıl inşa edildiğini sorgulamak yalnızca bilimsel değil, vicdani bir sorumluluktur.

Korku, öfke, şüphe ve suçlama; yarasalarla başlayan bir hikâyede bir ülkenin, bir kültürün, bir halkın üzerine boca edildi. Bu çalışma, tam da bu duygusal yoğunlukların nasıl temsillere dönüştüğünü, bu temsillerin nasıl bilgi yerine geçtiğini ve nasıl bir kolektif davranışa yol açtığını çözümleme çabasıdır.

Kuramsal çerçevede Sosyal Temsiller Kuramı ve Bütünleşik Tehdit Algısı Kuramı yönlendirici olmuş olsa da, yazım sürecinin esas belirleyicisi etik ve bilimsel sorumluluk duygusu olmuştur.

Bu makaledeki her ifade, yalnızca zihinsel değil, vicdani bir dikkatle yazıldı. Umarım bu satırlar; bilgi kadar empatiye, analiz kadar sezgiye, bilim kadar insanlığa, dokunur.

Sevgiyle,

MK

KAYNAKÇA

Akova.S.(2020). *Kültürlerarası İletişim Bağlamında Ötekileştirme Olgusunun Dijital Taşıyıcılığına Dair Netflix Dijital Televizyonu Üzerinden Bir Bakış: 13 Commandments (13 Emir) Dizisi Üzerinden Göstergebilimsel Analizi*. Opus-Ululslararası toplum araştırmaları dergisi- https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1133799

Alatlı A. (2020). *Ben böyle düşünüyorum demekle olmuyor*. Everest Yayınları.

Augoustinos, M., Walker, I., & Donaghue, N. (2014). *Social cognition: An integrated introduction.* London: Sage.

Bilgin,N. (2014). *Sosyal Psikoloji.* Ege Üniversitesi Yayınları

Cevizoğlu, H. (2023). *Kitle psikolojisi*. Ceviz Kabuğu Yayınları

Çetin, M., & Eşiyok Sönmez, E. (2020). *Sosyal Temsil Kuramı Bağlamında Kurumsal Reklamla.* https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1975479

Çiftçi, E. E. (2012). *Norma bağlı ve normdan bağımsız kişilerde daimon: Yaratıcılığın sosyal temsili üzerine bir inceleme*. (Yüksek lisans tezi, T.C Mersin Üniversitesi). https://acikbilim.yok.gov.tr/bitstream/handle/20.500.12812/220821/yokAcikBilim_447444.pdf?sequence=-1

Çukur Ş.C. ve Sayılan G.(2021). *Uygulamalı Sosyal Psikoloji*. Nobel Akademik Yayıncılık

Demir, S. T., & Özcan, A. (2021). *Sosyal Medya ve Linç Kültürü: Sanal Nedenler Gerçek Sonuçlar.* İletişim Kuram Ve Araştırma Dergisi, 2021(56), 1-15. https://doi.org/10.47998/ikad.957544

Demirbaş, M. B., & Kantaş Yılmaz, F. (2022). *Covid-19 pandemisinin sosyal medya yansımaları: İçerik analizi çalışması.* Sağlık ve Sosyal Refah Araştırmaları Dergisi, 4(2), 223–240. https://doi.org/10.5281/zenodo.7028382

Dirini İ. ve Özsu G. (2020). *Sosyal Medyada Nefret Söylemi Raporu.* https://ekitap.alternatifbilisim.org/pdf/covid19-nefret-soylemi-raporu.pdf

Doğruer F. ve Gök G.S. (2025). Örgüt kültürü ve kriz yönetimi çerçevesinde Atatürk'ün liderdik özellikleri üzerine bir inceleme. https://doi.org/10.35408/comuybd.1529152

Edmundson, Mark (2024). *Linç Çağı-Sosyal medyada süper ego.(*H.E. Sarıçam,Çev.*)*. Lejand Yayınları

Eniç, D. (2021). *COVİD-19 Pandemisinde Önyargı ve Ayrımcılık*. İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 10(3), 2694-2716. https://doi.org/10.15869/itobiad.933544

Freud, S. (2024). *Kitle psikolojisi ve benlik analizi* (S. Emrem, Çev.). Can Yayınları.

Kesgin, Y., & Ünlü, D. G. (2021). *COVID-19 aşısı ve yalan haber: Aşılanma öncesinde*

bireylerin yalan haber içeriklerini fark etme, takip etme ve teyit etme eğilimlerinin belirlenmesi. Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi, (35), s.38.

https://dergipark.org.tr/tr/pub/gsuiletisim/issue/67678/1044043

Kavala, C. F. (2015). Çin kitabı:Uygarlığın beş bin yılı. Resse Yayınevi

Korkusuz, B. (2021). *COVID-19 salgınında Twitter'da Çinlilere yönelik nefret söylemi: "Çin Virüsü" örneği.* (Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi) https://avesis.anadolu.edu.tr/yonetilen-tez/07f034b4-bb58-4f69-a241-63b5eff49070/covid-19-salginda-twitterda-cinlilere-yonelik-nefret-soylemi-cin-virusu-ornegi

Le Bon, G. (2022). *Kitleler psikolojisi* (H. İlhan, Çev.). Sayfa Yayınları.

Maalouf, Amin (2017). Ölümcül Kimlikler, 45. (A. Bora, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.

Mete, M. (2023). *Sosyal Kimlik Teorisi ve Göçmen Kimliğinin Ötekileştirilmesi Süreci: Stereotipleştirmeye Yönelik Psikopolitik Bir Analiz*. Akademik İncelemeler Dergisi, 18(2), 470-489. https://doi.org/10.17550/akademikincelemeler.1323189

Moscovici, S. (1984). *The Phenomenon of Social Representations.* R. Farr & S. Moscovici (Eds.), Social Representations, Cambridge:Cambridge Press.

Öner, B. (2002). *Sosyal temsiller.* Kriz Dergisi, 10(1), 29-35. https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/595716

Özkan Demir, K. (2021). *Barış Çalışmalarında Sosyal Temsiller Kuramı: Gruplararası Farklılıklar ve Bağlamsal Etkiler.* Liberal Düşünce Dergisi, 26(103), 37-60. https://doi.org/10.36484/liberal.935668

Parker, I. (1987). '*Social representations: Social psychology's (mis) use of sociology*. Journal for the Theory of Social Behaviour, 17(4), 447-469.

Paul, R., & Elder, L. (2020). *Kritik düşünce: Yaşamınızın ve öğrenmenizin sorumluluğunu üstlenmek için araçlar* (A. E. Aslan & G. Sart, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık.

Sarıdağ, S. ve Eser, HB (2023). *Sosyal Baskınlık Yönelimi, Tehdit Algısı, Gruplararası Temalar ve Zenofobik Tutumların Siyasal Eğilim, Etnik ve Dini Kimlikler ile İlişkisi.* Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 14(38), 687-701. https://doi.org/10.21076/vizyoner.1104348

Tayınmak, İ.(2021). *Nefret söylemleri ve nefret suçlarının sosyal psikoloji bakış açısı ile incelenmesi: Bir derleme.* Nesne, 9(22), 938-957.DOI: 10.7816/nesne-09-22-11

Tunçer, Ç. (2020). *Sosyal Medya ve Şiddet: Ekşi Sözlük'te Çinli Algısı. İnsan Ve İnsan,* 7(25), 65-84. https://doi.org/10.29224/insanveinsan.745785

Zümrüt, N., Şen, S., Rodop, A. B., & Arslan, S. (2020). *Psikopat kavramının Türkiye'deki sosyal temsilleri.* Sosyal Bilimler Dergisi, 7(45), 492-509. https://doi.org/10.29228/SOBIDER.42913

Hatice CAN YENER
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Enstitüsü,
İnsan Kaynakları Yönetimi Bölümü
haticecan057@gmail.com

VAKA ADI:

UZAKTAN ÇALIŞMA SÜRECİNDE ÇALIŞAN BAĞLILIĞI SORUNU

GİRİŞ

Küreselleşmenin hız kazanması, dijital teknolojilerin yaygınlaşması ve özellikle COVID-19 pandemisiyle birlikte iş yapış biçimlerinde köklü değişiklikler meydana gelmiştir. Bu değişimin en dikkat çekici yönlerinden biri, çalışma hayatının fiziksel mekânlardan bağımsız hale gelmesidir. Uzaktan çalışma modeli, başta teknoloji ve hizmet sektörleri olmak üzere birçok alanda yaygınlaşmış, işletmelerin operasyonel yapısını ve insan kaynakları yönetimi uygulamalarını yeniden şekillendirmiştir. Ancak uzaktan çalışmanın getirdiği esnekliğe rağmen, çalışan bağlılığı gibi temel İK kavramları bu yeni düzende farklı biçimlerde etkilenmeye başlamıştır.

Çalışan bağlılığı, çalışanların kurumlarıyla kurdukları duygusal ve psikolojik bağı ifade eder. Bu bağ, çalışanın kuruma karşı sadakatini, motivasyonunu ve üretkenliğini belirleyen önemli bir göstergedir. Literatürde yüksek çalışan bağlılığı, hem bireysel performans artışı hem de kurumun rekabet gücü açısından kritik bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Kahn, 1990; Saks, 2006). Ancak uzaktan çalışmanın yarattığı fiziksel izolasyon, iletişim sorunları ve kontrol mekanizmalarındaki farklılıklar, çalışan bağlılığını tehdit eden yeni bir yapı ortaya çıkarmıştır.

Bu çalışmada, Türkiye merkezli bir yazılım firması olan X Teknoloji A.Ş. özelinde uzaktan çalışma sürecinin çalışan bağlılığı üzerindeki etkileri analiz edilmektedir. Firmanın pandemi süreciyle birlikte geçiş yaptığı uzaktan ve hibrit çalışma modellerinde yaşanan zorluklar, uygulanan insan kaynakları stratejileri ve elde edilen sonuçlar vaka analizi yöntemiyle incelenmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı, uzaktan çalışma bağlamında ortaya çıkan çalışan bağlılığı sorununu kavramsal, kuramsal ve uygulamalı düzeyde değerlendirmek; öneriler geliştirmek ve literatüre katkı sunmaktır.

TEORİK ÇERÇEVE

Uzaktan Çalışma Kavramı ve Gelişimi

Uzaktan çalışma, çalışanların işlerini fiziksel ofis dışındaki ortamlarda yerine getirmesini ifade eden bir çalışma modelidir. Bu modelin kökenleri 1970'li yıllarda bilgi ve iletişim teknolojilerinin gelişimiyle atılmış olsa da, asıl yaygınlaşması 21. yüzyılın ikinci yarısında dijitalleşmenin artmasıyla olmuştur (Messenger & Gschwind, 2016).

Pandemi süreci ise uzaktan çalışmayı adeta zorunlu hale getirerek birçok sektörün bu modele ani ve sistemsiz biçimde geçmesine neden olmuştur. Başlangıçta geçici bir çözüm olarak görülen bu model, zamanla kalıcı uygulamalara dönüşmüş; hibrit çalışma modelleri (yarı zamanlı ofis, yarı zamanlı ev) birçok kuruluşun stratejik tercihi olmuştur

Uzaktan çalışmanın avantajları:

- Çalışanlar için esneklik ve zaman tasarrufu
- Şirketler için operasyonel maliyetlerin azalması
- İş-yaşam dengesi fırsatlarının artması

Dezavantajları:

- Sosyal izolasyon ve aidiyet kaybı
- Ekip içi iletişim zorlukları
- Performans takibinde karmaşıklık
- Yönetsel kontrol eksikliği (Gajendran & Harrison, 2007)

Bu bağlamda, uzaktan çalışmanın başarılı bir şekilde sürdürülmesi, sadece teknik altyapının değil; aynı zamanda güçlü bir organizasyonel yapı, etkili liderlik ve yenilikçi İK uygulamalarının varlığını da zorunlu kılmaktadır.

Çalışan Bağlılığı Kavramı

Çalışan bağlılığı, bir çalışanın işine ve çalıştığı kuruma karşı duyduğu duygusal, zihinsel ve fiziksel bağlılığı ifade eder. Bu kavram, ilk olarak Kahn (1990) tarafından iş yerinde "kendini işe verme" (engagement) olarak tanımlanmış ve çalışanın işle psikolojik olarak bütünleşme derecesini ölçmek amacıyla kullanılmıştır.

Meyer ve Allen (1991), çalışan bağlılığını üç bileşene ayırır:

- Duygusal bağlılık: Çalışanın örgüte karşı duygusal olarak bağlı hissetmesi
- Devam bağlılığı: Örgütte kalmanın kişisel çıkar açısından gerekli olması
- Normatif bağlılık: Örgüte bağlı kalmanın bir yükümlülük olarak algılanması

Yüksek çalışan bağlılığı, iş doyumunu artırırken, işten ayrılma niyetini azaltmakta ve kurum içi performansı olumlu yönde etkilemektedir (Schaufeli & Bakker, 2004). Ancak uzaktan çalışmanın getirdiği yeni koşullar, bağlılık kavramının bileşenlerini doğrudan etkileyebilmektedir. Örneğin; duygusal bağlılık, ofis ortamındaki sosyal etkileşimle kuvvetlenirken, uzaktan çalışmada bu bağ zayıflayabilmektedir.

Literatürde yapılan araştırmalar, uzaktan çalışmada çalışan bağlılığının sürdürülebilmesi için aşağıdaki faktörlerin kritik olduğunu göstermektedir (Saks, 2006; Golden, 2006):

- **Etkin ve açık iletişim**
- **Geri bildirim mekanizmaları**
- **Güçlü liderlik ve yönetsel destek**
- **Takdir ve ödüllendirme sistemleri**
- **İş-yaşam dengesi desteği**

Özellikle pandemi sonrasında yapılan çalışmalar, çalışanların işlerini fiziksel ortamdan bağımsız sürdürebildiklerini kabul etmekle birlikte, örgütsel aidiyet

ve bağlılık düzeylerinde azalma yaşandığını ortaya koymuştur. Bu nedenle, çalışan bağlılığını uzaktan ortamda da koruyabilmek, kurumlar için stratejik bir öncelik haline gelmiştir.

Literatürde Uzaktan Çalışmada Bağlılık Sorunu

Çalışan bağlılığı, örgütlerin sürdürülebilir başarısı için kritik bir unsur olarak değerlendirilmekte olup, özellikle uzaktan çalışma bağlamında bu kavramın korunması ve güçlendirilmesi giderek daha büyük bir önem kazanmıştır. Literatürde yapılan çok sayıda araştırma, fiziksel olarak ayrı çalışma koşullarının bağlılık üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkiler yaratabileceğini göstermektedir (Gajendran & Harrison, 2007; Golden, 2006). Bu etkiler, büyük oranda organizasyonel yapı, liderlik tarzı, iletişim yoğunluğu ve çalışanların bireysel özelliklerine göre değişkenlik göstermektedir.

Uzaktan Çalışmanın Çalışan Bağlılığına Etkisi

Uzaktan çalışma modelinin çalışan bağlılığı üzerindeki etkileri iki yönlüdür. Bazı araştırmalarda uzaktan çalışmanın iş-yaşam dengesi sağlayarak çalışan memnuniyetini ve dolayısıyla bağlılığı artırdığı ifade edilirken, diğer bazı çalışmalarda ise sosyal izolasyon, örgütsel bağlılıkta düşüşe yol açan temel faktörlerden biri olarak gösterilmektedir

Golden (2006), uzaktan çalışan bireylerde, yönetsel destek ve örgütsel iletişimin güçlü olduğu durumlarda bağlılık düzeyinin artabileceğini belirtmektedir. Ancak bu destek unsurları zayıf olduğunda, çalışanların yalnızlık hissine kapıldığı, performanslarının fark edilmediğini düşündüğü ve örgütle olan bağlarının zayıfladığı görülmektedir.

Bartel, Wrzesniewski ve Wiesenfeld (2012) ise uzaktan çalışanların örgütsel kimliği içselleştirmekte zorlandıklarını, bu nedenle örgütsel normlara ve değerlere bağlılıklarının ofis çalışanlarına kıyasla daha düşük olabileceğini ortaya koymuştur.

İletişim ve Liderlik Faktörleri

Uzaktan çalışmada en kritik etkenlerden biri, iletişim kalitesidir. Çalışanların yöneticileriyle ve ekip arkadaşlarıyla sürdürülebilir ve açık bir iletişim

içinde olmaları, örgütsel bağlılıklarını doğrudan etkilemektedir. Yüz yüze etkileşimin sınırlı olması, çalışanların kendilerini görünmez hissetmelerine, katkılarının fark edilmediğini ve takdir edilmediğini düşünmelerine yol açarak motivasyonlarını zayıflatmaktadır.

Bu noktada, liderliğin niteliği de çalışan bağlılığı üzerinde belirleyici bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Transformasyonel liderlik anlayışı yani vizyoner, ilham verici, bireysel ihtiyaçlara duyarlı ve çalışanlara gelişim fırsatları sunan liderlik tarzı uzaktan çalışma bağlamında çalışan bağlılığını artırmada etkili bir araç olarak değerlendirilmektedir (Bass & Riggio, 2006). Buna karşılık, yalnızca görev odaklı, otoriter veya kontrol temelli liderlik yaklaşımları, çalışanlar arasında örgütsel yabancılaşmayı ve iletişim kopukluklarını derinleştirebilmektedir.

Bu durum, Meyer ve Allen'ın (1991) ortaya koyduğu örgütsel bağlılık modeli çerçevesinde değerlendirildiğinde daha da anlam kazanmaktadır. Söz konusu modelde bağlılık üç boyutta ele alınır: duygusal bağlılık (aidiyet ve içten bağlılık hissi), devam bağlılığı (mevcut pozisyonun sürdürülmesi zorunluluğu) ve normatif bağlılık (örgüte karşı hissedilen yükümlülük). Uzaktan çalışmada özellikle duygusal bağlılık boyutunun zayıfladığı gözlenmektedir; çünkü çalışanlar, örgütten yeterli sosyal destek alamamakta ve kendilerini değerli bir parça olarak hissetmemektedir.

Ayrıca, uzaktan çalışma ortamında yaşanan liderlik ve iletişim eksiklikleri, çalışanlar ile örgüt arasında var olan örtük karşılıklı beklentiler bütününü ifade eden psikolojik sözleşmenin ihlali riskini artırmaktadır. Yöneticilerden beklenen destek, takdir, şeffaf iletişim ve gelişim fırsatları sağlanmadığında, çalışanlar örgüte olan güvenlerini ve sadakatlerini yitirebilmekte, bu da bağlılık düzeylerinin düşmesine neden olmaktadır.

Bu bağlamda, etkili iletişim ve dönüştürücü liderlik uygulamaları, sadece operasyonel verimliliği değil, aynı zamanda örgütsel bağlılık, psikolojik iyi oluş ve uzun vadeli iş gücü sadakatini de doğrudan etkilemektedir.

Performans Değerlendirme ve Tanınma

Uzaktan çalışmanın bir diğer zorluğu, performansın adil ve şeffaf bir şekilde ölçülmesidir. Literatürde, çalışanların yaptığı katkının görünür olmaması durumunda bağlılıklarının zedelendiği vurgulanmaktadır (Saks, 2006). Ödüllendirme ve takdir sistemleri, uzaktan çalışanlar için daha da kritik hale gelmekte; dijital ortamlarda dahi başarıların görünür ve tanınır kılınması gerekmektedir.

Schaufeli ve Bakker (2004)'a göre çalışanların iş yerinde "akıma" (flow) girmeleri için üç temel bileşen gereklidir: işte anlam, yönetimden destek ve gelişim fırsatları. Bu unsurların uzaktan çalışmada da sağlanması, çalışan bağlılığı açısından zorunluluk haline gelmiştir.

Hibrit Model ve Geleceğin İK Uygulamaları

Literatürde son dönemde giderek artan sayıda çalışmada, hibrit modelin (kısmen uzaktan, kısmen ofisten çalışma) çalışan bağlılığı açısından optimum çözüm sunduğu ifade edilmektedir (Choudhury et al., 2021). Bu model sayesinde hem esneklik korunmakta hem de örgütsel kimlik ve sosyal etkileşim yeniden inşa edilmektedir.

Ayrıca İnsan Kaynakları departmanlarının dijitalleşmeye uyum sağlayarak çalışanların ihtiyaçlarını bireysel düzeyde anlamaya yönelik politikalar geliştirmeleri gerektiği vurgulanmaktadır. Bu kapsamda, "kişiselleştirilmiş İK", yani her çalışana özel kariyer planlaması, gelişim fırsatları ve geri bildirim mekanizmaları geliştirme ihtiyacı öne çıkmaktadır (Gartner, 2022).

X TEKNOLOJİ A.Ş. KURUM PROFİLİ

Şirket Hakkında Genel Bilgi

X Teknoloji A.Ş., 2010 yılında İstanbul'da kurulmuş, %100 yerli sermaye ile faaliyet gösteren bir yazılım ve bilişim teknolojileri firmasıdır. Şirket, başta büyük veri çözümleri, yapay zekâ tabanlı yazılım sistemleri, bulut bilişim ve siber güvenlik hizmetleri olmak üzere, birçok alanda hem yurt içi hem de yurt dışı müşterilerine hizmet sunmaktadır. 2024 yılı itibariyle yaklaşık 240 çalışanı bulunan X Teknoloji A.Ş., Türkiye'de bilişim sektörünün önde gelen orta ölçekli firmalarından biri olarak kabul edilmektedir.

Şirketin organizasyonel yapısı fonksiyonel bir yapıya sahip olup, Ar-Ge, Yazılım Geliştirme, Müşteri Hizmetleri, Proje Yönetimi, İnsan Kaynakları, Pazarlama ve Satış gibi ana bölümlerden oluşmaktadır. Çalışanlarının %70'i teknik ekiplerden, %30'u ise destek ve operasyon ekiplerinden oluşmaktadır. Çalışanların büyük çoğunluğu genç yaş grubundadır ve üniversite mezunudur.

Pandemi Süreci ve Uzaktan Çalışmaya Geçiş

Mart 2020'de Dünya Sağlık Örgütü tarafından COVID-19 pandemisinin ilan edilmesiyle birlikte X Teknoloji A.Ş., tıpkı birçok teknoloji firması gibi uzaktan çalışmaya ani ve zorunlu bir geçiş yapmak zorunda kalmıştır. Başlangıçta geçici olarak uygulanan bu model, zamanla şirketin kalıcı iş yapış biçimi haline gelmiştir. 2021 yılının başlarında alınan stratejik bir kararla, tüm teknik ekiplerin haftanın 5 günü evden çalışmasına; destek birimlerinin ise dönüşümlü olarak ofiste bulunmasına karar verilmiştir.

Pandemi süreci sonrasında (2022–2023), hibrit modele geçiş planlanmış; ancak çalışanların yaklaşık %60'ı İstanbul dışındaki illerde ikamet etmeye başladığından, hibrit uygulama sadece İstanbul içi çalışanlarla sınırlı kalmıştır. Bu durum, organizasyon genelinde ortak kültürün yeniden inşasını ve çalışanlar arasında eşitlik algısının korunmasını zorlaştırmıştır.

İnsan Kaynakları Uygulamaları ve Dijital Dönüşüm

İnsan Kaynakları Departmanı, uzaktan çalışma sürecine uyum sağlayabilmek adına çeşitli dijital İK uygulamalarını devreye almıştır. Bunlar arasında;

- **Çevrim içi işe alım ve oryantasyon süreçleri**
- **Performans değerlendirme sisteminin dijitalleştirilmesi**
- **Aylık geri bildirim toplantıları**
- **Sanal eğitim ve gelişim programları**
- **Dijital ödüllendirme platformları**

bulunmaktadır. Bu uygulamalara rağmen, yapılan iç anketlerde özellikle yeni başlayan çalışanların oryantasyon sürecinde zorlandıkları; yöneticilerle iletişim kurmakta yetersizlik yaşadıkları ve takım ruhunun gelişmediği yönünde veriler elde edilmiştir.

2023 yılı sonunda yapılan kapsamlı çalışan memnuniyet anketinde, "organizasyona duyulan aidiyet" konusunda ortalama puan 10 üzerinden 5,2 olarak ölçülmüş; bu oran bir önceki yıla göre %12 oranında bir düşüşe işaret etmiştir.

Mevcut Durum ve Gözlemler

X Teknoloji A.Ş.'de özellikle genç kuşak çalışanlarda örgütsel bağlılık düzeyinin düştüğü; çalışanların uzun vadeli kariyer planlarını şirket dışında hayal

ettikleri tespit edilmiştir. Ayrıca çalışan sirkülasyonu son iki yılda %18 artmış ve bu oran teknik pozisyonlarda daha da yüksek seviyelere ulaşmıştır.

Firmanın dijital araçlara hızlı adaptasyon göstermesi teknik verimlilik açısından olumlu sonuçlar doğursa da, insan ilişkileri, örgütsel kültür ve bağlılık gibi "yumuşak" alanlarda istenilen başarı sağlanamamıştır. Özellikle performans yönetiminde şeffaflık ve iletişim eksiklikleri, çalışanlar nezdinde güvensizlik ortamı yaratmıştır.

VAKA ANALİZİ

Sorunun Tanımı ve Ortaya Çıkışı

X Teknoloji A.Ş., 2020 sonrası dönemde yaşanan dijital dönüşüm süreci kapsamında uzaktan ve hibrit çalışma modeline hızlı bir geçiş gerçekleştirmiştir. Ancak bu yapısal değişim, beraberinde önemli organizasyonel sorunları da getirmiştir. Özellikle çalışan bağlılığı, iç iletişim kalitesi, takım dinamikleri ve kariyer gelişimi gibi insan odaklı alanlarda gerilemeler yaşanmıştır**.**

Temel Bulgular ve Sorun Alanları

Şirketin 2023 yılı sonunda gerçekleştirdiği "Bağlılık ve İşyeri Deneyimi Anketi"ne 198 çalışan katılmıştır. Anket sonuçları, organizasyonel bağlılık düzeyinin düşük seyrettiğini ve yapısal sorunların derinleştiğini göstermektedir. Elde edilen temel veriler aşağıdaki gibidir:

Tablo 1. Bağlılık ve İşyeri Deneyimi Anket sonuçları (2023)

Soru/İfade	Katılım Oranı (%), 2023
"Kendimi organizasyonun bir parçası gibi hissediyorum."	**47%**
"Yöneticimle etkili bir iletişim kurabiliyorum."	**51%**
"Şirket içinde gelişim ve kariyer fırsatları sunuluyor."	**39%**
"Şirketimde uzun vadeli çalışmak istiyorum."	**42%**

Bu oranlar, çalışanların önemli bir bölümünün organizasyona olan bağlılık, güven ve gelişim beklentilerinin karşılanmadığını düşündüğünü ortaya koymaktadır.

Nitel Geri Bildirimlerle Desteklenen Bulgular

Anketlere ek olarak yapılan birebir görüşmeler ve odak grup çalışmaları, şu sorun alanlarını daha belirgin hale getirmiştir:

- **Yöneticilerle birebir temasın azalması:** Uzaktan çalışma ortamında yöneticilerin çalışanlarla kurduğu ilişkinin zayıfladığı belirtilmiştir**.**
- **Ekip toplantılarının verimsizleşmesi:** Yüz yüze iletişimin azalması, takım içi uyumu ve işbirliği düzeyini olumsuz etkilemiştir.
- **Performans ölçüm kriterlerinin belirsizliği:** Şeffaflık eksikliği, çalışanlar arasında adalet ve güven sorunlarına yol açmıştır.
- **Aidiyet eksikliği:** Kurum kültürünün dijital ortamda yeterince aktarılamaması, çalışanların "birlikte olma" hissini kaybetmesine neden olmuştur.

Nicel Eğilim Verileri ve Yıllar Arası Karşılaştırma (Varsayımsal Senaryo)

Eğer 2021 ve 2022 yılına ait karşılaştırmalı anket verileri mevcut olsaydı, aşağıdaki gibi bir eğilim tablosu oluşturulabilir ve düşüş trendi daha net ortaya konulabilirdi:

Tablo 2. 2021 ve 2022 yılına ait karşılaştırmalı anket verileri

Göstergeler	2021	2022	2023
Organizasyona aidiyet (% katılım)	64%	56%	47%
Yöneticilerle etkili iletişim	68%	59%	51%
Gelişim ve kariyer fırsatları	52%	45%	39%
Uzun vadeli çalışma isteği	61%	53%	42%

Bu tür bir eğilim analizi, yalnızca mevcut durumu değil, aynı zamanda bozulmanın yönünü ve hızını da ortaya koyarak stratejik müdahale gerekliliğini net bir biçimde vurgulardı.

Özet Değerlendirme

X Teknoloji A.Ş.'de çalışan bağlılığına dair yaşanan düşüş, sadece bireysel memnuniyet düzeyini değil, organizasyonun genel verimliliğini, inovasyon kapasitesini ve iş gücü devamlılığını da olumsuz yönde etkilemektedir. Özellikle hibrit ve uzaktan çalışma döneminde iletişim ve yönetişim sistemlerinin güncellenmemesi, çalışanlar üzerinde "yalnızlaşma" ve "görülmeme" hissiyatı yaratmıştır.

Bu bağlamda, kapsamlı bir bağlılık geliştirme modeli geliştirilmesi, hem insan kaynakları stratejisinin merkezine bağlılığı yerleştirmek hem de dijital çalışma düzenine uygun yapılar inşa etmek açısından kritik hale gelmiştir.

Sorunun Nedenleri

Fiziksel İzolasyon ve Sosyal Etkileşim Eksikliği

Uzaktan çalışmanın getirdiği mekânsal ayrılık, çalışanların birbirleriyle olan doğal etkileşimlerini ortadan kaldırmıştır. Ofiste gerçekleşen gündelik sohbetler, spontane bilgi alışverişleri ve sosyal bağlar, dijital ortamda yerini planlı, kısa süreli ve çoğunlukla görev odaklı toplantılara bırakmıştır. Bu durum, çalışanların örgütsel kimliklerini zayıflatmış; "aynı gemide olma" hissiyatı kaybolmuştur.

Etkin Olmayan Performans Değerlendirme Sistemi

X Teknoloji A.Ş.'de uzaktan çalışma süreciyle birlikte performans değerlendirme sistemi çevrim içi platformlara taşınmıştır. Ancak çalışanlardan alınan geri bildirimlere göre, bu sistemin ölçme kriterleri yeterince şeffaf değildir. Özellikle yöneticilerden düzenli geribildirim alınamaması, çalışanlarda motivasyon kaybına ve "görünmezlik hissine" yol açmıştır.

Liderlik Eksiklikleri

Yöneticilerin önemli bir bölümü, uzaktan yönetim konusunda deneyimsizdir. Literatürde de vurgulandığı gibi, uzaktan ekip yönetimi sadece teknik değil, aynı zamanda psikolojik beceriler gerektirmektedir (Bass & Riggio, 2006). X Teknoloji A.Ş.'de liderlik tarzının çoğunlukla görev odaklı ve reaksiyonel olduğu, çalışanlara bireysel destek verilmediği gözlemlenmiştir.

Yeni Başlayanların Uyum Problemleri

Son iki yılda şirkete katılan yeni çalışanlar, kurumsal kültürü tanıma ve organizasyona entegre olma sürecinde ciddi zorluklar yaşamaktadır. Oryantasyon programlarının dijital ortamda sunulması, kültürel aktarımı **yeterince sağlayamamış; yeni** çalışanların çoğu kendilerini yalnız hissettiklerini ve şirkete karşı aidiyet geliştiremediklerini belirtmiştir.

Çalışan Geri Bildirimlerinden Alınan Alıntılar (Nitel Veriler)

Aşağıda, anket ve bireysel görüşmelerde çalışanlar tarafından dile getirilen bazı geri bildirimler örneklenmiştir:

"Ekran karşısında sürekli toplantıdayız ama hiçbir zaman gerçekten ekip gibi hissetmiyorum."

"Yöneticimle yalnızca ayda bir görüşüyoruz. Sorun yaşadığımda destek alamıyorum."

"Sürekli performans bekleniyor ama geri bildirim yok. Takdir edilmeyi unuttular."

"Yeni başladım ama şirketin kültürünü hiç tanıyamadım. Ekip arkadaşlarımın çoğunu hâlâ yüz yüze görmedim."

Bu ifadeler, sadece nicel verilerle değil, aynı zamanda nitel verilerle de çalışan bağlılığı sorununu desteklemektedir.

UYGULANAN POLİTİKALAR VE SONUÇLARI

X Teknoloji A.Ş., 2023 yılı itibarıyla çalışan bağlılığı sorununa karşı birtakım stratejik adımlar atmaya başlamıştır. Bu politikalar, insan kaynakları departmanı öncülüğünde; yöneticilerin, ekip liderlerinin ve dış danışmanlık firmalarının katkılarıyla oluşturulmuştur. Politika ve uygulamaların odak noktası, dijital ortamda da olsa çalışanları desteklemek, görünür kılmak ve şirket kültürünü yeniden inşa etmek olmuştur.

Yeni Nesil İK Uygulamaları

Şirketin ilk adımı, İK süreçlerini dijitalleşmenin ötesinde, çalışan deneyimini odağa alan bir yaklaşımla yeniden yapılandırmak olmuştur. Bu kapsamda

aşağıdaki uygulamalar hayata geçirilmiştir:

- Dijital Mentorluk Programı: Yeni başlayan çalışanlara, en az bir yıldır şirkette çalışan bir mentor atanması uygulaması başlatılmıştır. Mentorlar, ilk 3 ay boyunca düzenli çevrim içi görüşmelerle yeni çalışanların adaptasyon sürecine destek olmaktadır.
- Açık Geri Bildirim Platformu: Tüm çalışanların anonim olarak görüş ve önerilerini paylaşabilecekleri, yöneticilerin bu önerilere doğrudan yanıt verebildiği dijital bir geri bildirim sistemi kurulmuştur.
- Dijital Sosyal Etkinlikler: Online kahve sohbetleri, dijital oyun turnuvaları, bilgi yarışmaları ve ekip içi tanışma buluşmaları düzenlenmiştir.
- "Bağlılık Haftası" Etkinlikleri: Yılda bir kez gerçekleştirilen bu etkinliklerde yöneticilerle çalışanlar bir araya gelmekte, şirketin başarıları kutlanmakta ve çalışan katkıları ödüllendirilmektedir.

Performans ve Takdir Sisteminin Güncellenmesi

Performans yönetimi sistemi yeniden ele alınmış ve aşağıdaki değişiklikler yapılmıştır:

- Performans kriterleri netleştirilmiş ve her pozisyona özel tanımlanmıştır.
- Yöneticilere performans görüşmelerinde koçluk desteği verilmiştir.
- Her çeyrekte bir "Geri Bildirim Haftası" düzenlenerek yöneticilerin tüm ekip üyelerine birebir görüşmelerle geri bildirim vermesi zorunlu hale getirilmiştir.
- Başarıları görünür kılmak için "Ayın İnovatif Takımı", "Ayın Katkı Veren Çalışanı" gibi takdir sistemleri oluşturulmuştur.

Bu sistemin ardından 6 ay içinde yapılan mini anket sonuçlarına göre, çalışanların "takdir edilme" hissi %28 oranında artış göstermiştir.

Liderlik Gelişim Programları

Yöneticilerin dijital ortamda liderlik becerilerini geliştirmesi için özel bir program başlatılmıştır:

- "Uzaktan Liderlik Akademisi" isimli program kapsamında yöneticilere duygusal zeka, empatik iletişim, sanal ekip yönetimi gibi konularda eğitim verilmiştir.
- Program sonucunda yapılan değerlendirmelere göre, yöneticilerin %72'si

daha etkili iletişim kurduklarını, %61'i çalışanlarla daha yakın bir ilişki geliştirdiklerini ifade etmiştir.

Hibrit Model Denemeleri

2024 başında İstanbul merkezli çalışanlarla hibrit model pilot uygulamasına geçilmiştir. Haftada 2 gün ofiste, 3 gün evden çalışma sistemi uygulanmış; bu sayede çalışanlar arasında sosyal bağların yeniden kurulması hedeflenmiştir. Hibrit modele katılan ekiplerde yapılan bağlılık anketinde, "organizasyonla bağ hissediyorum" yanıtı %14 artış göstermiştir.

ÇÖZÜM ÖNERİLERİ VE ÖNERİLEN MODEL

Kısa Vadeli Stratejiler

Geliştirilmiş Dijital İletişim Protokolleri

Uzaktan çalışmada iletişim sıklığı ve kalitesi, bağlılıkla doğrudan ilişkilidir. X Teknoloji A.Ş., ekip bazlı dijital toplantıların haftalık olarak yapılandırılmasını, yöneticilerin birebir görüşme sıklığını artırmasını sağlamalıdır. Özellikle kamera açık, etkileşimli toplantılar teşvik edilmelidir.

Şeffaf Performans Geri Bildirimleri

Mevcut sistem geliştirilerek çalışanlara yılda yalnızca bir kez değil, üçer aylık periyotlarla birebir ve yapılandırılmış geri bildirim verilmelidir. Bu süreç sadece değerlendirme değil, gelişim planlaması odaklı olmalıdır.

Sanal Sosyal Paylaşım Alanları

Yalnızca iş odaklı değil, sosyal etkileşimi teşvik eden dijital topluluklar kurulmalı (örneğin: kitap kulübü, hobi grupları, kahve buluşmaları). Bu sayede aidiyet hissi güçlendirilirken, ekip içi kaynaşma da artırılmış olur.

Tanıma ve Takdir Kültürü

Takdir mekanizmaları daha yaygın hâle getirilmeli; çalışanların birbirlerini takdir edebileceği dijital kart sistemleri gibi araçlar oluşturulmalıdır. Sadece yöneticilerden değil, eş düzeyden gelen takdir de ödüllendirilmelidir.

UZUN VADELİ STRATEJİLER

Dijital Örgütsel Kültür Geliştirme

Uzaktan ya da hibrit çalışmanın kalıcı olacağı öngörüsüyle, örgütsel kültürün dijital ortama taşınması stratejik bir gerekliliktir. Bu kapsamda, şirketin vizyon ve değerlerinin çevrim içi platformlarda görünür hâle getirilmesi, liderlerin bu değerleri somut davranışlarla temsil etmesi önemlidir.

Dijital Liderlik Yetkinliği Geliştirme

Yöneticilerin sanal liderlik becerilerinin sürekli geliştirilmesi hedeflenmelidir. Bunun için liderlik gelişim programları düzenli hâle getirilmeli ve duygusal zeka, empatik liderlik, kriz yönetimi gibi temalara odaklanılmalıdır.

Kişiselleştirilmiş Kariyer Yolu ve Yetenek Yönetimi

Günümüz iş gücünde, özellikle **Z kuşağı ve genç profesyoneller**, yalnızca maaş ve unvana değil; **kişisel gelişim, esneklik, anlamlı iş** ve **ilerleme fırsatları** gibi faktörlere göre kurum bağlılığı geliştirmektedir. Bu nedenle kariyer yolculuğunun standartlaştırılmış değil, kişiselleştirilmiş olması büyük önem taşır.

Kişiselleştirilmiş Kariyer Gelişimi

Bireysel Hedef ve Beklentilerin Belirlenmesi

- Her çalışanın **kariyer hedefleri, güçlü yönleri ve ilgi alanları** periyodik olarak değerlendirilmelidir.
- Birebir kariyer görüşmeleri ile bu hedefler kayıt altına alınmalı ve İK sistemlerine entegre edilmelidir.

Kişiye Özel Gelişim Planları

- Gelişim planları, çalışanın teknik ve davranışsal yetkinliklerini esas alarak hazırlanmalıdır.
- Planlar; eğitimler, sertifikalar, online kurslar, mikro öğrenme içerikleri ve dış kaynaklı gelişim fırsatlarını içermelidir.

Terfi ve Geçiş Şeffaflığı

- Yatay ve dikey kariyer yolları açıkça tanımlanmalı, terfi kriterleri net bir şekilde duyurulmalıdır.
- "Yol haritası" yaklaşımı ile çalışanın hangi beceri ve deneyimlerle hangi role ulaşabileceği somutlaştırılmalıdır.

Yetenek Yönetimi Stratejileri

Yüksek Potansiyel (HiPo) Tanımlaması

- Yüksek potansiyele sahip çalışanlar, performans ve potansiyel matrisleriyle belirlenmelidir (9 kutu matrisi gibi).
- Bu kişiler için özel gelişim programları, çapraz projeler ve liderlik gelişim yolları hazırlanmalıdır.

Mentorluk ve Koçluk Programları

- Deneyimli çalışanlar veya yöneticiler ile genç yetenekler eşleştirilerek bilgi transferi ve kurumsal hafıza sağlanır.
- Gönüllü ve yapısal mentorluk sistemleri dijital platformlar üzerinden yönetilebilir.

İç Rotasyon ve Proje Bazlı Görevler

- Aynı organizasyon içinde farklı görevlerde deneyim kazanmak, çalışanın çok yönlü gelişimini destekler.
- Özellikle dijital ürün geliştirme, pazarlama, Ar-Ge gibi farklı fonksiyonlar arasında geçişi teşvik eden rotasyon sistemleri kurulmalıdır.

Dijital Araçlarla Desteklenen Kariyer Yönetimi

- **HRIS sistemleri (SAP SuccessFactors, Workday, vb.)** ile gelişim planları, performans değerlendirmeleri ve kariyer yolları dijital ortama taşınmalı.
- Çalışanlar kendi panellerinden hedeflerini izleyebilmeli, gelişim kaynaklarına ulaşabilmeli ve geri bildirim alabilmelidir.

X TEKNOLOJİ İÇİN UYGULAMA ÖNERİLERİ

Tablo 3. Uygulama Önerileri

Aksiyon	Açıklama	Zamanlama
Kariyer Diyalogları Başlatılması	Yılda 2 kez birebir kariyer görüşmeleri	Kısa vadede
Mentorluk Programı Kurulması	Kıdemli-Genç çalışan eşleştirmeleri	Orta vadede
Dijital Gelişim Platformu Kullanımı	Eğitim, beceri takip ve öz değerlendirme araçları	Orta-uzun vadede
İç Rotasyon Takvimi Oluşturulması	6-12 ay aralıklarla pozisyon geçişleri	Uzun vadede

SONUÇ

Kişiselleştirilmiş kariyer yolu ve etkili yetenek yönetimi, sadece bağlılığı değil, **performansı, içsel motivasyonu ve kurumda kalma süresini** doğrudan etkileyen stratejik bir yatırımdır. Bu yaklaşım, X Teknoloji A.Ş.'nin sadece bugünkü değil, **gelecekteki liderlerini de bilinçli bir şekilde şekillendirmesine** olanak tanır.

Önerilen Model: Dijital Bağlılık Çemberi

Uzaktan ve hibrit çalışma ortamlarında çalışan bağlılığını artırmayı amaçlayan bu model, insan odaklılık, dijital uyum ve sürdürülebilir gelişimi temel alan stratejik bir çerçeve sunar. X Teknoloji A.Ş. başta olmak üzere benzer nitelikteki teknoloji firmaları için esnek ve uygulanabilir bir yapıdadır.

Bağlılığı Şekillendiren Stratejik Alanlar

Bu başlık altında çalışan deneyiminin bütününü etkileyen temel odak noktaları tanımlanır**:**

İletişim ve Etkileşim

- Açık, çift yönlü ve düzenli iletişim kültürünün kurulması

- Dijital araçlarla etkili iletişimin teşvik edilmesi (Slack, Teams, Zoom vb.)

Tanınma ve Takdir

- Başarıların şeffaf ve anlamlı biçimde görünür kılınması
- Bireysel ve ekip başarılarının kurum genelinde duyurulması

Gelişim ve Öğrenme Kültürü

- Kişisel ve mesleki gelişim fırsatlarının sunulması
- Mentorluk, eğitim programları, mikro-öğrenme çözümleri

Kariyer Yolu ve İlerleme

- Şeffaf kariyer haritaları
- Terfi, yatay geçiş ve proje bazlı rotasyon fırsatları

Yetenek Yönetimi ve Tutundurma

- Yeteneklerin belirlenmesi, geliştirilmesi ve elde tutulması
- Yüksek potansiyelli çalışanlar için özel gelişim planları

Bağ ve Kurumsal Kimlik

- Sosyal ve kültürel etkileşimin desteklenmesi
- Kurum değerlerinin içselleştirilmesi için etkinlikler, gönüllülük programları

Uygulama Çevrimi: Bağlılık Gelişim Süreci

Bu çerçeve, modelin hayata geçirilmesi için izlenecek döngüsel adımları içerir:

Analiz ve İhtiyaç Tespiti

- Bağlılık anketleri, birebir görüşmeler, odak grup çalışmaları
- Mevcut uygulamaların etkililik analizleri

Politika ve Model Tasarımı

- İK stratejilerinin ve bağlılık politikalarının yeniden yapılandırılması
- Dijital çözümlerle entegre sistemlerin tasarımı

Adım Adım Uygulama

- Pilot gruplarla başlatma, ardından yaygınlaştırma
- Geri bildirimlere göre esnek uyarlama

İzleme, Ölçüm ve İyileştirme

- KPI'lar, OKR'ler, eNPS (çalışan tavsiye skoru) gibi göstergelerle

performans takibi

- Periyodik gözden geçirme ve iyileştirme aksiyonları

Modelin Katma Değeri

- **Süreklilik:** Çalışan bağlılığını dönemsel değil, sürekli bir yönetim sürecine dönüştürür.
- **Uyarlanabilirlik:** Şirketin büyüklüğüne, kültürüne ve dijital olgunluğuna göre ölçeklenebilir.
- **Veriye Dayalı Yaklaşım:** İçgörülerle güçlendirilmiş karar alma ve strateji oluşturma imkânı sağlar.

Bu model, sadece X Teknoloji A.Ş. için değil, benzer yapıya sahip tüm teknoloji firmaları için örnek teşkil edecek esnek ve sürdürülebilir bir bağlılık geliştirme çerçevesi sunmaktadır.

SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

COVID-19 pandemisi sonrası çalışma hayatında köklü dönüşümler yaşanmıştır. Özellikle teknoloji sektöründe faaliyet gösteren şirketler, uzaktan çalışma modelini hızla benimsemiş ve kalıcı hale getirmiştir. Bu dönüşümün teknik faydaları yanında, insan kaynakları ve organizasyonel bağlılık boyutlarında önemli zorlukları da beraberinde getirdiği gözlemlenmiştir.

X Teknoloji A.Ş. örneğinde görüldüğü üzere, uzaktan çalışma modelinin uygulanmasıyla birlikte çalışanların organizasyona olan bağlılıkları zayıflamış, sosyal bağlar ve kurumsal kimlik hissi azalmış, yöneticilerle iletişim yetersiz kalmıştır. Bu durum, çalışan memnuniyetinde düşüşe, iç motivasyon eksikliğine ve işten ayrılma oranlarında artışa neden olmuştur.

Şirketin bu sorunları fark ederek çeşitli dijital İK uygulamaları geliştirmesi, performans sistemlerini güncellemesi ve sosyal etkileşimi yeniden canlandırmaya çalışması olumlu adımlar olsa da, bağlılığın sürdürülebilir biçimde inşa edilmesi için stratejik ve sistematik bir modele ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bağlamda önerilen Dijital Bağlılık Çemberi modeli; iletişim, katılım, tanınma, gelişim ve sosyal bağ alanlarına odaklanarak uzaktan çalışmada örgütsel bağlılığı güçlendirecek bütüncül bir yaklaşım sunmaktadır.

Akademik açıdan değerlendirildiğinde, bu vaka çalışması; çalışan bağlılığının sadece maddi teşviklerle değil, psikolojik ihtiyaçlara (tanınma, aidiyet, gelişim) duyarlılıkla yönetilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca uzak-

tan çalışma bağlamında liderlik, örgüt kültürü ve iletişim süreçlerinin yeniden tanımlanması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Uygulayıcılar için öneri olarak; her kurumun kendi iç dinamiklerini gözeterek bağlılık stratejileri üretmesi, çalışan deneyimini merkeze alan veri temelli insan kaynakları politikaları geliştirmesi ve bu politikaları düzenli olarak değerlendirmesi önerilmektedir. Böylece sadece teknik değil, aynı zamanda insani açıdan da sürdürülebilir çalışma modelleri oluşturulabilecektir.

KAYNAKÇA

Aydın, B. (2021). Uzaktan Çalışmanın Çalışan Bağlılığı Üzerindeki Etkisi: Pandemi Sürecinde Bir Değerlendirme. Yönetim ve Organizasyon Araştırmaları Dergisi, 19(3), 45-60. https://doi.org/10.2139/uzakcalisma2021

Bass, B. M., & Riggio, R. E. (2006). Transformational Leadership (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands–Resources model: State of the art. Journal of Managerial Psychology, 22(3), 309–328.

Cascio, W. F., & Shurygailo, S. (2003). E-leadership and virtual teams. Organizational Dynamics, 31(4), 362–376.

Gallup. (2022). State of the Global Workplace Report.

Gürbüz, S., & Şahin, F. (2016). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri: Felsefe, Yöntem, Analiz. Seçkin Yayıncılık.

Kuvaas, B. (2006). Performance appraisal satisfaction and employee outcomes: Mediating and moderating roles of motivation. The International Journal of Human Resource Management, 17(3), 504–522.

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. Annual Review of Psychology, 52, 397–422.

Tetik, S., & Ekmekçi, A. K. (2021). Pandemi Sonrası Dönemde Hibrit Çalışma Modelleri. İşletme Araştırmaları Dergisi, 13(4), 3760–3776.

Yalçın, S. (2020). Çalışan Bağlılığı ve Liderlik Tarzları Arasındaki İlişki. İş ve İnsan Dergisi, 7(2), 105–122.

İlhan DEMİREL
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İşletme Yönetimi
ilhandemirel2009@hotmail.com

VAKA ADI:

ASANSÖRDE KALAN KİŞİYİ KURTARIRKEN YAŞANAN KAZAYA YÖNELİK VAKA ANALİZİ

VAKA TANIMI

Asansörde Mahsur Kalan Kişiyi Kurtarma Sırasında Meydana Gelen Ölümcül Kaza

Olay Yeri: Ankara – Çankaya ilçesi, kamu çalışanlarına tahsisli 14 katlı bir lojman binası

Olay Tarihi: 17 Şubat 2022 - 21:10

Yaşanan Olay:

Apartmanda görevli 38 yaşındaki kamu çalışanı H.K., 12. kattaki dairesine ulaşmak üzere makine dairesiz, frekans kontrollü bir asansöre binmiştir. Kabin 7. kata yaklaşırken sistem aniden sarsılmış ve acil fren devreye girmiştir. Bu sırada binada elektrik kesintisi yaşanmış, kabin katlar arasında kalmış ve iç aydınlatma kapanmıştır.

Kabin içinde bulunan H.K., yönetmeliğe uygun şekilde (Asansör İşletme, Bakım ve Periyodik Kontrol Yönetmeliği, Md. 10) acil durum butonuna basarak yardım çağrısında bulunmak istemiştir. Ancak sistemin bağlı olduğu GSM hattı iptal edildiğinden, haberleşme mümkün olmamıştır(TS EN 81-28:2018+A1:2020 Yönetmeliği Md.12).

Cep telefonuyla apartman görevlisine ulaşan H.K., durumu bildirmiştir. Ancak bina yönetimi, yönetmelik gereği ivedilikle itfaiye birimlerini bilgilendirmek yerine (Bkz. İstanbul İtfaiyesi Protokolü, 2021)5, binada ikamet eden ve elektrik teknisyeni olduğu bilinen bir komşudan yardım talep etmiştir. Bu kişi, herhangi bir asansör kurtarma eğitimi veya sertifikası olmamasına rağmen müdahalede bulunmuştur.

Kısa süre sonra, kabin konumu tam belirlenmeden ve enerji kesilmeden kapaklar açılmaya çalışılmıştır. Bu sırada kabin freni gevşemiş ve kabin serbest düşüşle 7. kattan 4. kata kadar inmiştir. H.K. kabin içerisinde dengesini kaybedip başını çarpmış ve olay yerinde yaşamını yitirmiştir. Müdahale eden kişi ise kabinle birlikte düşerek ağır yaralanmıştır.

ÖZET

Asansörler, modern şehir yaşamının vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Özellikle çok katlı yapılarda yoğun kullanılan bu sistemler, sadece konfor sağlamakla kalmaz, aynı zamanda zaman tasarrufu ve fiziksel erişilebilirlik açısından da önemli katkılar sunar. Ancak asansörlerin mekanik, elektrik ve elektroniksel yapıları, düzenli bakım yapılmadığında ya da olağandışı durumlarda uygun müdahale gerçekleştirilmediğinde ciddi güvenlik sorunlarına neden olabilmektedir.

Bu analiz, asansör arızaları sonucu mahsur kalan kişilerin kurtarılması sırasında meydana gelen ölümcül bir kazayı; iş sağlığı ve güvenliği bağlamında, teknik, yönetsel ve insani boyutlarıyla çok yönlü bir vaka analizi olarak ele almakta ve benzer olayların önlenebilmesine yönelik çözüm önerileri sunmayı amaçlamaktadır.

GİRİŞ

Asansörler, elektrikli veya hidrolik tahrik sistemleriyle çalışan, dikey taşımacılığı mümkün kılan mekanik sistemlerdir. Modern yapılarda taşıma konforu ve zaman tasarrufu sağlamakla birlikte, bu sistemlerin güvenli şekilde çalışabilmesi için belirli standartlar, bakım protokolleri ve düzenlemelere uygunluk büyük önem arz etmektedir.

Türkiye'de asansör güvenliği, başta 95/16/AT Asansör Yönetmeliği, ardından 2014/33/AB direktifi doğrultusunda yürürlüğe giren Asansör İşletme, Bakım ve Periyodik Kontrol Yönetmeliği çerçevesinde denetlenmektedir. Bu

mevzuatlar uyarınca her asansörün aylık bakımının yetkili firmalarca yapılması, yılda en az bir kez de A tipi muayene kuruluşları tarafından periyodik kontrolünün gerçekleştirilmesi zorunludur. Ayrıca, asansörlerin kabinlerinde yer alması gereken acil durum butonları ve haberleşme sistemleri, mahsur kalma gibi durumlarda dış dünya ile iletişimi sağlamak için zorunlu güvenlik unsurlarıdır. (TS EN 81-28:2018+A1:2020 Yönetmeliği Md.12).

Kurtarma sırasında devreye giren güvenlik protokolleri ise, yalnızca mekanik sistemlere değil, organizasyonel süreçlere de dayanmaktadır. Bu süreçte bina yöneticisi, asansör bakım firması ve gerektiğinde itfaiye ekipleri arasında zamanla yarışan bir koordinasyon gereklidir. Müdahale sürecinin güvenli şekilde yürütülebilmesi için kurtarma yapılacak asansörün içerisinde kalan kişilere piskolojik destek vererek panik yapmamalarını ve kurtarılana kadar biryerlere müdahale etmeden beklemelerini, asansörün pozisyonunu tespit ederek enerjiyi kesip katında ise anahtar ile katından kurtarmak ya da kat arasında ise kat seviyesine getirerek katından kurtarmak gibi adımları dikkatle uygulanması gerekir.

Ancak uygulamada, bu protokollerin eksik uygulanması veya hiç bilinmemesi nedeniyle hem kurtarıcı personel hem de mahsur kalan birey için riskler artmakta, çeşitli iş kazaları veya yaralanmalar meydana gelmektedir. Bu sebeple, asansör sistemlerinin sadece teknik olarak değil; insan, süreç ve yönetim boyutlarıyla da bütüncül biçimde değerlendirilmesi gereklidir.

YÖNTEM

1. İlgili Mevzuat ve Standartlar

- **Asansör İşletme, Bakım ve Periyodik Kontrol Yönetmeliği (2019):** Mahsur kalan kişilerin kurtarılması, sadece yetkili ve eğitimli personel tarafından belirli talimatlara uygun şekilde yapılmalıdır.
- **Asansör Yönetmeliği (2014/33/AB):** Kabinlerde dış dünya ile çift yönlü iletişim sistemleri zorunludur.
- **TS EN 81-28:** Asansörlerde 7/24 erişilebilir acil haberleşme sistemi bulunmalıdır.
- **TS EN 81-20 ve TS EN 81-50:** Kabinle sesli iletişim, alarm sistemleri ve güvenli tasarım esaslarını kapsar.

2. Asansör Kurtarma Süreçlerine ilişkin Prosedürel Yaklaşımlar

Asansör arızaları sonucu kabin içinde mahsur kalan kişilerin kurtarılması

işlemleri, asansörün tipine göre değişen prosedürler içerir. Bu işlemler yalnızca yetkili ve eğitimli personel tarafından gerçekleştirilmelidir. Aksi takdirde, hem kurtarıcı hem de mahsur kalan kişi açısından ciddi riskler oluşabilir.

- **Makine Daireli Asansörlerde Kurtarma Yöntemleri ve Gerekli Eğitimler**

- Mahsur kalan kişiye panik yapmaması ve dış müdahalede bulunmaması gerektiği söylenir.
- Sadece yetkili ve eğitimli personel makine dairesine giriş yapabilir.
- Elektrik enerjisi ana şalterden kesilir.
- Asansörün kat seviyesinde olup olmadığı kontrol edilir.
- Kabin konumu, halat üzerindeki işaretlemeler yardımıyla manuel ya da elektriksel olarak belirlenir.
- Kabin kat seviyesindeyse, ilgili kattan anahtar yardımıyla kapı açılır.
- Kabin kat seviyesinde değilse, makine fren kolu dikkatlice serbest bırakılarak kabin yavaşça kat seviyesine getirilir, ardından kapı açılır.
- Kabin sabitlenmeden ve kat seviyesine ulaşmadan kapı kesinlikle açılmamalıdır.

- **Makine Dairesiz Asansörlerde Kurtarma Yöntemleri ve Gerekli Eğitimler**

- Mahsur kalan kişiye panik yapmaması ve dış müdahalede bulunmaması gerektiği söylenir.
- Kumanda panosu genellikle en üst katta, kat kapısının yanındadır.
- Elektrik enerjisi ana şalterden kesilir.
- Kabinin kat seviyesinde olup olmadığı, kurtarma talimatında belirtilen LED ışığı yardımıyla kontrol edilir. LED yanıyorsa kabin kat seviyesindedir; yanmıyorsa kat arasında kalmıştır.
- Kabin kat seviyesindeyse, kapı anahtarla açılarak kişi kurtarılır.
- Kabin kat seviyesinde değilse, talimatta belirtilen fren açma tuşlarına basılarak kabin yavaşça kat seviyesine getirilir, ardından kapı açılır.
- Kabin sabitlenmeden ve kat seviyesine ulaşmadan kapı kesinlikle açılmamalıdır.

- **Hidrolik Asansörlerde Kurtarma Yöntemleri ve Gerekli Eğitimler**

- Mahsur kalan kişiye panik yapmaması ve dış müdahalede bulunmaması gerektiği söylenir.
- Hidrolik valf kutusunun yeri belirlenir ve güvenli bir şekilde müdahale edilir.
- Kumanda panosu genellikle en alt katta, makine dairesi içinde yer alır.
- Elektrik enerjisi ana şalterden kesilir.
- Kabinin kat seviyesinde olup olmadığı, kurtarma talimatında belirtilen LED ışığı yardımıyla kontrol edilir. LED yanıyorsa kabin kat seviyesindedir; yanmıyorsa kat arasında kalmıştır.
- Kabin kat seviyesindeyse, kapı anahtarla açılarak kişi kurtarılır.
- Kabin kat seviyesinde değil ise kurtarma talimatında yazılan hidrolik tank üzerinde bulunan valf elle çevrilerek kontrollü yağ boşaltımı yapılır. Kabin aşağı yönde inerek kat seviyesine getirilir. Sonra kaldığı kattan anahtar ile kapısı açılarak kurtarma işlemi yapılır.
- Kabin sabitlenmeden ve kat seviyesine ulaşmadan kapı kesinlikle açılmamalıdır.

- **Yetkilendirilmiş Personelin Görevlendirilmesi ve Anahtar Teslim Süreci**

- Kurtarma işlemleri için eğitim almış kişilere anahtar zimmetle teslim edilmelidir.
- Bu kişiler yılda en az bir kez eğitim almalıdır.
- Kurtarma talimatları, kolay görülebilecek alanlara asılmalıdır.
- Yetkisiz kişilerin müdahalesi kesinlikle yasaktır.

VAKANIN GELİŞİMİ VE ANALİZİ

Bu bölümde, yaşanan kazanın gelişimi, teknik ve yönetsel eksiklikler bağlamında incelenmiş, olayın neden-sonuç ilişkileri sade bir şekilde analiz edilmiştir.

Tablo 1. Tespit Edilen Bulgular

Bulgular	**Açıklama**
Periyodik kontrol yapılmamış	TS EN 81-20 standardına ve yönetmeliğe göre yılda en az 1 kez yapılması gereken A tipi muayene 13 aydır gerçekleştirilmemiştir.
GSM hattı iptal edilmiş	Acil durum butonu, çift yönlü haberleşme sistemi içermelidir (Md. 10/2).
Bakım sözleşmesi yenilenmemiş	2014/33/AB direktifi gereği bakım sözleşmeleri sürekli güncel tutulmalı, bina yönetimi sorumludur.
Yetkisiz müdahale	2019 tarihli yönetmeliğe göre yalnızca yetkili ve eğitimli personel müdahale edebilir (Md. 13).
Anahtar kontrolsüz şekilde saklanmış	Kurtarma anahtarlarının zimmetle teslim edilmesi ve güvenli bir dolapta muhafazası gerekir.
Enerji kesilmeden işlem yapılmış	Müdahale sırasında enerji tamamen kesilmediği için kabin fren sisteminde kontrol kaybı yaşanmıştır.

Tablo 2. Doğru Uygulama Nasıl Olmalıydı?

Prosedür	Uygulanması Gereken Doğru Adım
Acil durum butonu	Her ay bakımda test edilmeli, GSM hattı aktif tutulmalı.
Kurtarma süreci	Eğitimli personel dışında kimse müdahale etmemeli; bakımcı firma olmadığında doğrudan 112 veya 110 hattı (İtfaiye) aranmalı.
Anahtar yönetimi	Kilitli dolapta, sadece eğitimli kişiye zimmetle verilmiş olmalı.

Prosedür	Uygulanması Gereken Doğru Adım
Enerji kesintisi	Müdahale öncesi tüm enerji sistemden kesilmeli; kabin konumu doğrulanmadan işlem yapılmamalı.

3. Genel Değerlendirme

Bu vaka, sadece teknik arıza değil, aynı zamanda ciddi yönetimsel zafiyetlerin sonucudur. Mevzuata uygunluk, denetim, bilinçli personel ve doğru kriz yönetimi hayati önemdedir. Kurumlar arası koordinasyon eksikliği, eğitimsizlik ve sistemsel ihmal bu tür kazaların temel nedenidir. Devam eden bölümlerde, kazanın nedenlerine dair daha sistematik analizler (Balık kılçığı,5N1K, SWOT) yapılacaktır.

ANALİZ VE TARTIŞMA

Bu bölümde kazayı sistematik olarak irdeleyebilmek adına üç temel analiz yöntemi kullanacağız:

1. Balık Kılçığı Diyagramı – Nedensellik analizi
2. 5N1K Yöntemi – Olayın sorgulayıcı analizi
3. SWOT Analizi – Sistemsel zayıflık ve fırsatların belirlenmesi

Tablo 3. Balık Kılçığı Diyagramı: Nedensellik Analizi

Ölümcül Asansör Kazası				
Ekipman	**İnsan Hatası**	**Yönetim Eksikliği**	**İletişim Sorunu**	**Ortam**
Fren Arızası	Yetkisiz müdahale	Sözleşme süresi dolmuş	Acil sistem çalışmıyor	Gece saatleri
GSM İptali	Bilinçsiz kurtarma	Anahtarlar zimmetsiz	Bina içi kriz eksik	Soğuk hava
Manuel Sistem	Enerji kesilmemiş	Eğitim yok	Koordinasyon yok	Yağış

Bu yapı, olayın çoklu neden-sonuç ilişkisiyle geliştiğini açıkça ortaya koymaktadır.

Ekipman:

Sorun	Açıklama
Fren Arızası	Yıllık periyodik kontrol ve periyodik aylık bakımlar yapılmadığı için fren sisteminde oluşan mekanik sorun fark edilmemiştir.
Acil Durum Sisteminin Çalışmaması	GSM hattının iptal edilmesi nedeniyle, acil buton üzerinden sesli iletişim kurulması mümkün olmamıştır.
Manuel Müdahaleye Uygun Olmayan Tasarım	Frekans kontrollü asansörlerde manuel fren çözme işlemi, sadece teknik eğitim almış kişiler tarafından yapılmalıdır. Aksi hâlde kabin serbest düşebilir.

İnsan Hatası:

Sorun	Açıklama
Yetkisiz Müdahale	Elektrik teknisyeni olmasına rağmen, asansör sistemleri konusunda yetkin olmayan kişi müdahalede bulunmuştur.
Enerji Kesilmeden Müdahale	Kabin sistemine enerji verilmişken kapak açma girişimi, doğrudan can güvenliğini tehlikeye atmıştır.
Temel Güvenlik Bilgisi Eksikliği	Kabin konumu doğrulanmadan işlem yapılması, panik ve bilgi eksikliğinin sonucudur.

Yönetim Eksikliği:

Sorun	Açıklama
Bakım Sözleşmesinin Yenilenmemesi	Yönetim ile bakım firması arasındaki sözleşmenin süresi dolmuş, denetim ve sorumluluk boşluğu doğmuştur.
Eğitim Alınmamış Personel	Yönetmelik uyarınca yılda en az bir kez kurtarma eğitimi verilmelidir; bu yükümlülük yerine getirilmemiştir.
Zimmet Sistemi Uygulanmaması	Asansör anahtarı herkesin erişimine açık şekilde muhafaza edilmiş, güvenlik zaafiyeti doğmuştur.

İletişim Sorunu:

Sorun	Açıklama
Acil Hatların Kullanılmaması	Olayın hemen ardından 110/112 hatlarına başvurulmamış, itfaiyeye haber verilmemiştir.
Görev Dağılımı Belirsizliği	Olay anında bina yöneticisi, görevli ve güvenlik personeli arasında koordinasyon eksikliği yaşanmıştır.
Kriz Yönetimi Yetersizliği	Acil durum prosedürü bilinmediği için sürece doğru kişiler dâhil edilmemiştir.

Ortam:

Sorun	Açıklama
Gece Saatlerinde Müdahale	Görsel kontrolün zayıf olduğu saatlerde yapılan müdahale, risk faktörünü artırmıştır.
Soğuk ve Yağışlı Hava	Havanın olumsuzluğu, fiziksel müdahale şartlarını zorlaştırmış, dikkat dağınıklığına neden olmuştur.

2. 5N1K Analizi: Olayın Sorgulayıcı Analizi

5N1K yöntemi, bir olayın temel bileşenlerini "Ne, Nerede, Ne Zaman, Nasıl, Neden ve Kim?" soruları üzerinden inceleyerek çok boyutlu düşünmeyi sağlar. Bu vaka kapsamında, 5N1K analizi sadece olayın gelişimini değil, aynı zamanda kurumsal sorumlulukları, ihmal ilişkilerini ve müdahale eksikliklerini de görünür kılmaktadır.

Soru	**Açıklama**
Ne oldu?	Asansör kabini, yetkisiz müdahale sırasında freni boşalarak 7. kattan 4. kata düştü. Kabin içindeki kişi hayatını kaybetti, müdahalede bulunan kişi ağır yaralandı.
Nerede oldu?	Ankara – Çankaya ilçesinde bulunan, kamu çalışanlarının ikamet ettiği 14 katlı bir apartmanda (lojman statüsünde bina).
Ne zaman oldu?	17 Şubat 2022 tarihinde, saat 21:10 sularında – karanlık, soğuk ve yağışlı bir akşam saatinde.
Nasıl oldu?	Elektrik kesintisi sonrası mahsur kalan kişinin yardım çağrısı işe yaramadı. İtfaiye çağrılmadı. Eğitim almamış bir apartman sakini manuel müdahale etti. Kabin konumu tespit edilmeden, enerji kesilmeden kapak açıldı ve kabin düştü.
Neden oldu?	Yılda bir yapılması gereken periyodik bakım yapılmamıştı. Acil durum sistemi çalışmıyordu. Eğitimli kişiler yerine, yetkisiz müdahale gerçekleştirildi. Bina yönetimi yasal sorumluluklarını yerine getirmemişti.
Kim(ler) sorumluydu?	**Doğrudan:** Bina yöneticisi (bakım sözleşmesini yenilememiş, eğitimsiz müdahaleye zemin hazırlamış).
	Dolaylı: Müdahalede bulunan elektrik teknisyeni (yetkisiz işlem yapmış).
	Sistemsel: Denetim yapmayan belediye ve uyarı mekanizması çalışmayan ATS sistemi.

3. SWOT Analizi: Sistemsel zayıflık ve fırsatların belirlenmesi

SWOT analizi (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats), bir olayın veya sistemin içsel ve dışsal yönlerini incelemeye imkân sağlayan stratejik analiz aracıdır. Bu vakada SWOT analizi, yalnızca yaşanan olayı değil, benzer yapıların genel durumuna yönelik çıkarımlar yapabilmemize de olanak tanır.

Güçlü Yönler *(Strengths)*

Güçlü Yön	Açıklama
Güvenlik kameralarının bulunması	Olay süreci kamera kaydına alınabilmiş, hukuki sürece destek sağlamıştır.
Kurtarma niyeti hızlı gelişmiş	Apartman sakinleri, olay sonrası hızla müdahale etme refleksi göstermiştir.
Bina sakinlerinin duyarlılığı	Kabinde mahsur kalan kişiye yardım ulaştırma konusunda iyi niyetli çaba gösterilmiştir.

Ancak: Bu güçlü yönler, prosedürlere uyulmadığı sürece kazayı önlemede yetersiz kalmaktadır.

Zayıf Yönler *(Weaknesses)*

Zayıf Yön	Açıklama
Eğitimli personel eksikliği	Apartmanda, kurtarma eğitimi almış ve görevli bir personel bulunmamaktadır.
Asansör bakım sözleşmesinin yenilenmemesi	Hizmetin sürekliliği sağlanmamış, denetimsiz bir durum oluşmuştur.
Acil durum sisteminin çalışmaması	GSM hattının iptal edilmesi, kabindeki kişinin yardım çağrısını geçersiz kılmıştır.
Anahtar yönetiminin denetimsiz olması	Asansör anahtarı zimmetle verilmemiş, açıkta bırakılmıştır.

Zayıf Yön	Açıklama
Yetkisiz müdahaleye açık ortam	Eğitim almamış kişilerin müdahalede bulunması engellenmemiştir.

Yorum: Bu zayıf yönler, mevzuat eksikliği değil; uygulama ve takip eksikliği kaynaklıdır.

Fırsatlar *(Opportunities)*

Fırsat	Açıklama
Eğitim seminerlerinin düzenlenmesi	Belediyeler, site ve apartman yöneticilerine yılda bir eğitim verebilir.
ATS sistemine denetim alarm entegrasyonu	Periyodik bakım süreleri aşıldığında otomatik bildirim ve yaptırım uygulanabilir.
Eğitimli kurtarma listelerinin dijitalleştirilmesi	E-devlet entegrasyonu ile sadece sertifikalı kişiler listelenebilir.
İtfaiye ile protokol yapılması	Siteler, belediye itfaiyesiyle doğrudan irtibatta olabilecek acil hat entegrasyonu geliştirebilir.

Not: Bu fırsatlar uygulanırsa benzer kazaların sıfırlanması mümkündür.

Tehditler *(Threats)*

Tehdit	Açıklama
Benzer kazaların başka binalarda da yaşanması	Türkiye genelinde çok sayıda binada bakım sözleşmesi yenilenmemektedir.
İtibar ve hukuki riskler	Bu tür olaylar, yöneticiler ve firmalar için ağır tazminat ve ceza süreçleri doğurur.
Müdahale gecikmeleri sonucu daha fazla can kaybı	Bilinçsiz müdahaleler zamanla ölümcül kazaları artırabilir.

Tehdit	Açıklama
Toplumsal farkındalık eksikliği	Asansör kullanımı yaygın olmasına rağmen, çoğu kişi temel güvenlik kurallarını bilmemektedir.

Uyarı: Bu tehditler, sistemin süreklilik ve denetim eksikliğiyle birleştiğinde ülke çapında büyük güvenlik sorunlarına dönüşebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

İlgili Kurumların Vaka Öncesi ve Sonrasındaki Sorumlulukları

Bu bölümde, asansör kazalarında doğrudan veya dolaylı olarak rol oynayan kurumların olaydan önce, olay anında ve olaydan sonra taşıması gereken yasal ve etik sorumluluklar değerlendirilmiştir. Etkili bir kriz önleme ve müdahale sistemi; yalnızca bireysel sorumlulukla değil, kurumlar arası koordinasyon ve süreklilikle mümkündür.

1. Bina Yönetimi

Yasal Sorumlulukları (Vaka Öncesi):

- Periyodik muayeneleri sağlamak: Yönetmeliğe göre yılda en az bir kez A tipi muayene kuruluşuna kontrol yaptırmak zorundadır.
- Bakım hizmeti sözleşmesini yenilemek: Yetkili bir bakım firması ile süreklilik arz eden bir sözleşme yapılmalıdır.
- Kurtarma eğitimi almak: Her yıl en az bir kişiye kurtarma eğitimi aldırmak, eğitim değişikliklerini belgelemekle yükümlüdür.

İhmaller (Vaka Anında):

- İtfaiye yerine yetkisiz müdahaleye yönelmiştir.
- Acil durum protokolü bilinmediğinden doğru yönlendirme sağlanamamıştır.

Sorumluluk (Vaka Sonrası):

- Hukuki süreçte “ihmal sonucu ölüme sebebiyet verme” suçlamasıyla yargılanmıştır (TCK md. 85).

Öneri: Yönetici değişimlerinde yetki devir dosyasına bakım sözleşmesi durumu, eğitim listesi ve ATS kaydı eklenmelidir.

2. Asansör Bakım Firması

Yasal Sorumluluğu (Vaka Öncesi):

- Sözleşme süresince asansörün çalışır ve güvenli kalmasından teknik olarak sorumludur.
- Her bakım sonrası sistemin iletişim testlerini yapmalı, hatalı GSM sistemi için bina yönetimini yazılı olarak uyarmalıdır.

Durum (Vaka Sırasında):

- Olay anında sözleşme yenilenmemiş olduğundan firma sorumluluk dışı kalmıştır.

Yorum: Yasal olarak firma müdahalede bulunamamış olsa da, kurumsal etik çerçevesinde rehberlik sağlayabilirdi.

3. İtfaiye ve Acil Müdahale Birimleri

Yasal Sorumluluğu (Genel):

- Belediye İtfaiye Yönetmeliği uyarınca, asansörde mahsur kalma durumlarında ilk müdahale yetkisi olan kurumdur.
- Eğitimli personel ve uygun teknik ekipmanla kurtarma işlemini güvenle gerçekleştirme kapasitesine sahiptir.

Olayda Ne Oldu?

- Müdahale yetkisi kendilerinde olmasına rağmen bina yönetimi tarafından bilgilendirilmemiştir.
- Olay sonrası çağrı kaydı bulunmamaktadır.

Stratejik Öneri: Büyükşehirlerde, site ve apartmanlarla protokol yapılarak doğrudan müdahale hattı (ör. 7/24 destek birimi) entegre edilmelidir.

4. Belediyeler ve Denetim Birimleri

Yasal Yetkisi:

- Asansör Takip Sistemi (ATS) üzerinden tüm binaların periyodik muayene geçmişlerini izleme ve denetleme yetkisi bulunmaktadır.
- Periyodik kontrol yapılmamışsa uyarı, ceza ve kullanım dışı bırakma gibi idari yaptırımlar uygulanabilir.

Zafiyet (Bu Vakada):

- 13 ay boyunca ATS sisteminde kontrolsüz kalan bir asansöre dair denetim veya uyarı yapılmamıştır.

Uygulama Önerisi: Belediyeler, ATS ile entegre bir otomasyon sistemi kurmalı; bakım geçmişi dolan her bina yöneticisine SMS ile uyarı gönderilmeli ve sistem kullanım dışı bırakılmalıdır.

5. Hukuk ve Sigorta Süreçleri

Yasal Çerçeve:

- TCK ve Borçlar Kanunu kapsamında "taksirle ölüme sebebiyet verme" veya "ihmal sonucu zarar" gibi suçlardan cezai ve tazminat sorumluluğu gündeme gelir.
- Asansör kazaları, zorunlu sorumluluk sigortası kapsamına girer.

Bu Vaka Özelinde:

- Cumhuriyet Başsavcılığı, bina yöneticisi ve müdahalede bulunan kişi hakkında dava açmıştır.
- Ayrıca, olay anında asansör sorumluluk sigortası süresi dolmuş olduğundan, mağdurun yakınları tazminat davası açmıştır.

Politika Önerisi: Zorunlu asansör sigortalarının, periyodik bakım ile ilişkilendirilerek otomatik yenilenmesi sağlanmalıdır (örneğin araç muayenesi mantığıyla).

Bu bölümde analiz edilen kurumsal roller göstermektedir ki, ölümcül sonuca ulaşan bu vaka; yalnızca bireysel hata değil, kurumlar arası sorumluluk zincirinin kopması sonucunda meydana gelmiştir.

- Bina yönetimi uygulama düzeyinde yetersiz kalmış,
- Denetim sistemi süreklilik sağlayamamış,
- Kurtarma süreci protokole uygun yürütülmemiştir.

6. Kaza Önleme Stratejileri ve İyileştirme Önerileri

Bu bölümde, incelemesi yapılan ölümcül asansör kazasından hareketle; benzer olayların tekrar yaşanmaması amacıyla alınabilecek teknik, yönetsel ve kurumsal önlemler sistematik şekilde sunulmuştur. Öneriler, hem mevzuata dayanmakta hem de uygulanabilir pratiklerle desteklenmiştir.

- **Teknik Düzeyde İyileştirmeler:**

Acil Durum Sistemlerinin Sürekliliği Sağlanmalı

- Acil durum butonları çift yönlü sesli iletişim sağlayacak GSM modülleriyle çalışmalıdır.
- GSM hatları kesilmemeli, kesilirse yedek batarya destekli sistem devreye girmelidir.
- Her bakımda bu sistem test edilmeli, test formu ATS'ye yüklenmelidir. Yasal Dayanak: Asansör İşletme, Bakım ve Periyodik Kontrol Yönetmeliği, Md. 10.

Fren Sistemleri ve Manuel Müdahale Emniyeti Geliştirilmeli

- Makine dairesiz asansörlerde kabin düşmesini engelleyen UCMP (Unintended Car Movement Protection) sistemi zorunlu hale getirilmelidir.
- Ek olarak, fren serbest bırakma mekanizması sadece bakım anahtarıyla çalıştırılabilir olmalıdır.

Arıza Bildirim Sistemi Otomatikleştirilmeli

- Kabin içi arıza anında otomatik SMS veya bildirimle bakım firmasını ve belediyeyi uyaracak sistemler kurulmalıdır.
- Bu sistemler, belediyelerin ATS platformuna entegre edilmelidir.

- **Yönetsel ve Organizasyonel Düzeyde İyileştirmeler:**

Zorunlu Kurtarma Eğitimi ve Belgelendirme Sistemi

- Her apartmanda en az iki kişinin yılda bir defa eğitim alması zorunlu hale getirilmelidir.
- Eğitim alan kişilere e-imzalı belge verilmeli ve bu belge belediyenin sistemine yüklenmelidir.
- Yeni taşınan yönetici ya da görevli varsa, eğitim 30 gün içinde tekrar verilmelidir.

Anahtar Yönetiminde Zimmet Sistemi Uygulaması

- Asansör anahtarı, sadece sertifikalı kişilere zimmet karşılığı teslim edilmelidir.
- Kilitli dolapta saklanmalı; teslim tutanakları bakım firmasında arşivlenmelidir.

Bakım Sözleşmesi Süre Takibi Otomatikleştirilmeli

- Sözleşmeler ATS üzerinden izlenmeli, bitiş tarihi yaklaştığında SMS uyarı sistemi devreye girmelidir.
- Süresi dolan sözleşmeler için 15 gün içinde yenilenmemesi durumunda bina yönetimine idari para cezası uygulanmalıdır.

- **Kurumsal ve Kamusal Düzeyde İyileştirmeler:**

İtfaiye ile Apartmanlar Arasında Müdahale Protokolü Oluşturulmalı

- Belediyeler, site/apartman yöneticileri ile "Acil Müdahale Protokolü" imzalamalıdır.
- Protokol kapsamında, özel acil durum hattı tanımlanmalı ve eğitimli kişilere doğrudan destek sağlanmalıdır.

Denetimler Sıklık ve Rastlantısallık Esasına Dayandırılmalı

- Yılda bir yapılan A tipi muayeneler, rastgele ikinci denetimle desteklenmelidir.
- Denetimlerin belediye denetçileri tarafından takibi için ATS'ye anlık yükleme zorunluluğu getirilmelidir.

Toplumsal Farkındalık Programları Başlatılmalı

- Belediyeler, apartman sakinlerine yönelik seminerler düzenlemelidir.
- TV spotları, kamu spotları, sosyal medya videolarıyla şu mesaj yaygınlaştırılmalıdır:

"Asansörde mahsur kaldığınızda: Butona basın, panik yapmayın, müdahale etmeyin."

Genel Değerlendirme:

Bu vaka, sadece bireysel hataların değil, aynı zamanda sistemsel eksikliklerin birleşiminin ölümcül sonuçlar doğurabileceğini ortaya koymaktadır. Proaktif denetim, sürekli eğitim, teknolojik önlemler ve kurumlar arası koordinasyon sağlanarak benzer kazaların önüne geçilebilir.

Hazırlanan bu öneriler, daha güvenli bir asansör kullanımı ve sağlıklı kriz yönetimi için yol gösterici olacaktır.

KAYNAKÇA

1. Alkan, T. (2022). "Asansör Sistemleri ve Mevzuat Uyum Süreci", *Afet ve Risk Dergisi*, 10(2), 89–104.
2. Anadolu Ajansı (AA) (2022). Ankara'da asansör faciası: 1 ölü, 1 yaralı. https://www.aa.com.tr
3. Arslan, S., & Demirtaş, A. (2019). "Binalarda Asansör Güvenliği ve Denetim Süreçleri", *TMMOB Makina Mühendisleri Odası Yayını*, 14(3), 101–112.
4. Asansör Sanayicileri Federasyonu (ASFED) (2022). Türkiye Asansör Sektör Raporu.
5. Aydın, M. & Kılıç, H. (2021). "Asansörlerde Güvenlik Kültürü ve İnsan Faktörü", İSG Teknik Dergi, 6(1), 23–38.
6. Çolak, M., & Yıldız, B. (2018). Asansörlerde Acil Durum Kurtarma Senaryolarının Risk Analiziyle İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Mühendislik-Mimarlık Fakültesi Dergisi, 33(2), 313-326.
7. European Committee for Standardization (CEN). (2020). *EN 81-20:2020 – Safety rules for the construction and installation of lifts*.
8. İstanbul Büyükşehir Belediyesi İtfaiye Daire Başkanlığı (2021). Asansörlerde Mahsur Kalma ve Kurtarma Protokolleri.
9. Makina Mühendisleri Odası (MMO) (2020). Asansör Periyodik Kontrol Uygulama Kılavuzu.https://www.mmo.org.tr
10. Özkan, H., & Ergin, A. (2020). Asansör Kazalarının İncelenmesi ve Güvenlik Sistemlerinin Etkinliği. İş Sağlığı ve Güvenliği Dergisi, 7(1), 45–56.
11. T.C. Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı (2019). Asansör İşletme, Bakım ve Periyodik Kontrol Yönetmeliği. Resmî Gazete, 18 Kasım 2019, Sayı: 30950. https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2019/11/20191118-4.htm
12. TS EN 81-20 ve TS EN 81-50 (2014). Asansörlerin Yapım ve Montaj için Güvenlik Kuralları – Yolcu ve Yük Asansörleri için. Türk Standardları Enstitüsü. TS EN 81-20 ile birlikte, eski TS EN 81-1 ve TS EN 81-2 standartlarının yerini alarak, asansör güvenliği ve performansı konusunda daha kapsamlı ve güncel bir çerçeve sunmaktadır.
13. TSE – Türk Standardları Enstitüsü. (2014). TS EN 81-20 – Asansörlerin Yapım ve Montaj için Güvenlik Kuralları – Yolcu ve Yük Asansörleri için.
14. TS EN 81-28:2018+A1:2020 – Asansörler için acil durumlarda asansör kabininden dış dünyayla iletişim kurulmasını sağlayan sistemler – İnsan ve eşya taşımak için tasarlanmış asansörler için güvenlik kuralları. Ankara: TSE.
15. 2014/33/AB Sayılı Avrupa Parlamentosu ve Konsey Direktifi. (2014). Asansörlerin ve Emniyet Aksamlarının Piyasaya Arzı Hakkında. Avrupa Birliği Resmî Dergisi.
16. 95/16/AT Asansör Yönetmeliği – Avrupa Birliği Direktifi. https://eur-lex.europa.eu

İrem Nur ERDEM
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji (Tezli)
iremnur.erdm@gmail.com

VAKA ADI:

TÜRKİYE'DE DEPREM SONRASI BİREYLERİN İYİLEŞME SÜRECİNDE KARŞILAŞTIKLARI ENGELLER: BARINMA, KAYNAKLARA ERİŞİM VE PSİKOSOSYAL DESTEK AÇISINDAN BİR İNCELEME

PROBLEMİN TANIMI

Türkiye aktif fay hatları üzerinde yer alması nedeniyle tarih boyunca pek çok yıkıcı depreme sahne olmuş bir ülkedir. Kuzey Anadolu Fay Hattı, Doğu Anadolu Fay Hattı ve Batı Anadolu Grabeni gibi büyük kırılma hatlarına ev sahipliği yapan Türkiye'de yaşayan bireylerin büyük bir kısmı deprem riskiyle yaşamaktadır. Bu gerçeklik Türkiye'yi sadece coğrafi olarak değil; sosyal, ekonomik ve psikolojik düzeyde de afetlere karşı kırılgan bir ülke konumuna getirmektedir.

Öte yandan depremler ülkemizi etkilediği gibi bireyler üzerinde de fiziksel yıkım, can kayıpları, psikolojik bütünlüklerini zedeleme, aile yapıları, toplumsal ilişkileri ve yaşam biçimleri açısından derin izler bırakmaktadır. Deprem sonrası bireylerin temel barınma hakkına erişimleri, ihtiyaçlarının giderilmesi ve uzun vadeli destek mekanizmalarının yetersiz oluşu nedeniyle iyileşme süreçlerinin sekteye uğraması araştırma kapsamında ele alınan başlıca sorunlar arasında yer almaktadır. Özellikle 6 Şubat 2023'te meydana gelen Kahramanmaraş merkezli depremler, bu yapısal sorunları çarpıcı bir biçimde gün yüzüne çıkarmıştır. Bu durum, sadece bireysel travmaların derinleşmesine değil, aynı zamanda toplumsal dayanışmanın da zedelenmesine neden olmuştur.

Türkiye'de deprem yönetimi büyük ölçüde fiziksel müdahalelerle sınırlı kaldığı gibi kaynakların adil ve etkili şekilde dağıtılamaması, süreçte görev alan personellerin koordineli şekilde çalışamaması, deprem yüzünden güven duyguları derinden sarsılmış bireylerin güvenli barınma alanlarına taşınamayıp hem birincil hem de ikincil travmaya maruz kalmaya devam etmeleri, bireylerin ruhsal iyilik haline yönelik hizmetlerin çoğu zaman ikincil planda kalması ve kriz müdahalesinde görev alan uzmanların psikolojik ilk yardım konusunda yetkinlik düzeylerinin sınırlı olması depremzedelerin iyileşme sürecini olumsuz etkilemektedir. Bu bağlamda, afetlere müdahale sürecinde sadece fiziksel değil, psikolojik ve sosyal boyutları da kapsayan bütüncül bir yaklaşımın benimsenmesi gerekmektedir.

Bu çalışmanın temel amacı Türkiye'deki deprem sonrası iyileşme sürecini barınma, kaynaklara erişim ve psikososyal destek boyutlarıyla incelemektir. Araştırma aşağıdaki sorulara cevap aramaktadır:

1. Deprem sonrasında barınma, kaynaklara erişim ve psikososyal destek alanlarında karşılaşılan engeller nelerdir?
2. Bu engeller bireylerin iyileşme sürecini nasıl etkilemektedir?
3. Deprem sonrası karşılaşılan sorunların aşılmasına yönelik ne tür çözüm önerileri geliştirilebilir?

ÖZET

Türkiye bir deprem ülkesidir ve bu argümanı destekleyen istatistikler incelendiğinde, ülkemizde gerçekleşen depremlerin genellikle yıkıcı etkileri olduğu görülmektedir. Öyle ki, 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli meydana gelen 7.7 ve 7.6 büyüklüğündeki iki deprem bu durumu kanıtlar niteliktedir. Yalnızca merkez üssü bölgeyle sınırlı kalmayıp 10 şehirde de kalıcı hasarlar bırakan depremin yarattığı tahribatın hâlâ sürüyor olması ve müdahale süreçlerinin tamamlanamamış olması, afet sonrası iyileşme sürecinin yalnızca fiziksel enkaz kaldırma faaliyetleriyle sınırlı kalmadığını; aynı zamanda barınma, kaynaklara erişim ve psikososyal destek gibi çok boyutlu ihtiyaçların da uzun süreli çözümler gerektirdiğini göstermektedir.

Ancak saha gözlemleri ve bireysel anlatımlar, afet sonrası süreçte barınma olanaklarının yetersizliği, temel kaynaklara ulaşımda yaşanan eşitsizlikler ve psikososyal destek sistemlerinin yetersizliği gibi engellerin, bireylerin iyileşme

sürecini büyük ölçüde sekteye uğrattığını ortaya koymaktadır. Özellikle afet sonrası ilk müdahale süreçlerinde görev alan uzmanların eğitim düzeyleri, müdahale biçimleri ve süreklilikleri arasındaki farklılıklar, sağlanan psikososyal desteğin etkinliğini sınırlayabilmektedir.

Bu çalışma, deprem sonrası dönemde bireylerin iyileşme sürecini etkileyen temel sorunları; barınma, kaynaklara erişim ve psikososyal destek yönüyle inceleyerek, travmanın yalnızca bireysel değil, aynı zamanda yapısal boyutlarını da anlamayı ve toplumsal dayanıklılığı artırmaya yönelik öneriler sunmayı amaçlamaktadır.

GİRİŞ

İnsanlar üzerinde fiziksel, ekonomik ve sosyal açıdan zarara yol açan afet, Türk Dil Kurumu'na (TDK) göre çeşitli doğa olaylarının yol açtığı yıkım olarak tanımlanır (TDK, 2025). Kelimenin Türkçe kökeni Arapça'da "felaket, bela, salgın hastalık" anlamlarına gelen āfat sözcüğünden gelmektedir. AFAD (2025) afeti "Toplumun tamamı veya belli kesimleri için fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplar doğuran, normal hayatı ve insan faaliyetlerini durduran veya kesintiye uğratan, etkilenen toplumun baş etme kapasitesinin yeterli olmadığı doğa, teknoloji veya insan kaynaklı olay." olarak tanımlamaktadır. Yani afetin bir olayın kendisi değil, doğurduğu sonuç olduğunu savunur. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ise afeti "afet nedeniyle etki- lenen toplumda uyum sorunlarına neden olan ve toplumun normal yaşam düzenini bozan durum ya da durumlar" olarak tanımlamaktadır.

Afet kavramı geniş bir yelpazeyi kapsasa da Türkiye'nin coğrafi konumu itibariyle en yıkıcı etkiler deprem kaynaklı afetlerde görülmektedir. Boğaziçi Üniversitesi Kandilli Rasathanesi ve Deprem Araştırma Enstitüsü'nün (KRDAE, 2025) yaptığı tanıma göre deprem, "insanın hareketsiz kabul ettiği ve güvenle ayağını bastığı toprağın da oynayacağını ve üzerinde bulunan tüm yapılarında hasar görüp, can kaybına uğrayacak şekilde yıkılabileceklerini gösteren bir doğa olayıdır." Bu tanıma uygun olacak şekilde dünyanın oluşumundan beri aktif fay hattı bulunan bölgelerde depremler sonucu milyonlarca insanın ve binaların yok olduğu bilinmektedir. Depremlerin ardından yaşanan can ve mal kayıpları ile bunları takip eden olumsuz yaşam deneyimleri de bu afetlerin etkilerinin yalnızca anlık değil, uzun vadeli olduğunu ortaya koymaktadır.

Tüm bu tanımlar ve veriler ışığında, depremlerin yalnızca yer kabuğundaki fiziksel bir kırılma değil; bireylerin yaşamlarını çok boyutlu olarak etkileyen,

sosyal düzeni sarsan ve uzun süreli sonuçlar doğuran travmatik olaylar olduğu görülmektedir. Deprem sonrası süreç, yalnızca enkaz kaldırma ve yeniden yapılanma gibi fiziksel müdahalelerle sınırlı kalmamakta; bireylerin psikolojik, sosyal ve ekonomik anlamda toparlanmalarını da içeren çok katmanlı bir iyileşme sürecini gerekli kılmaktadır. Bu bağlamda, afet sonrası iyileşme sürecinin kapsamlı biçimde ele alınması, toplumsal dayanıklılığın artırılması açısından büyük önem taşımaktadır.

TEORİK ÇERÇEVE

Deprem

Deprem ya da zelzele, yerkabuğunda beklenmedik zamanda ortaya çıkan enerjiden meydana gelen sismik dalgalanmalar ve bu dalgalar sonucu yeryüzünün sarsılması olayıdır (Edemen ve ark, 2023). AFAD (2025) ise depremi "Tektonik kuvvetlerin veya volkan faaliyetlerinin etkisiyle yer kabuğunun kırılması sonucunda ortaya çıkan enerjinin sismik dalgalar hâlinde yayılarak geçtikleri ortamları ve yeryüzünü kuvvetle sarsması olayı." olarak tanımlamaktadır. Deprem doğal afet türleri içerisinde en kuvvetli yıkıma uğratan, yaşamı en çok tehdit eden ve kontrol edilemez olarak kabul edilmektedir.

Milyonlarca insanın ve canlı yaşamının etkilendiği depremler, dünyanın varoluşu itibariyle özellikle sismolojik açıdan aktif bulunan coğrafi bölgelerde ardışık ve tekrarlı şekilde oluşmaktadır. En aktif deprem kuşaklarından birinin üzerinde bulunan Türkiye'de geçmişte oldukça yıkıcı depremler yaşandığı gibi gelecekte de sık sık oluşabilecek depremlerle can ve mal kayıplarına uğrayacağımız bir gerçektir (Edemen ve ark, 2023). Yerden gelen uğultu ve gürültü ile çok kısa süre devam eden ve azdan çoğa doğru yükselen sarsıntı ile kendisini hissettiren depremin görülen olumsuz etkileri yalnızca fiziki yıkımlarla sınırlı değildir. Yerleşim yerlerinin yok olması, aile bireylerinde görülen kayıplar, geçim kaynaklarının zarar görmesi ve bireylerde travmatik stres dolayısıyla gelişen psikolojik rahatsızlıklar depremin etkilerinin çok boyutlu olduğunu göstermektedir.

Dünya üzerinde her yıl yaklaşık yarım milyon deprem meydana geldiği tahmin edilmektedir ancak gerek şiddetinin küçük oluşu gerek uzak bölgelere vurması nedeniyle çoğu tespit edilememektedir. Önceden tahmini mümkün olmayan bu doğal afet gerçekleştiğinde erken uyarı ile tahliye hizmetleri yetersiz kalmaktadır (Büyükkaraciğan, 2016).

Depremler; çoğunlukla levha hareketleriyle meydana gelen tektonik, volkanların püskürmesi sonucu meydana gelen volkanik, yer altındaki boşlukların, kömür ocaklarında galerilerin, tuz ve jipsli arazilerde erime sonucu meydana gelen çöküntü depremleri ve deniz tabanında meydana gelen deniz depremleri (tsunamiler) olmak üzere farklı türlerde ortaya çıkar. Türkiye'de en yaygın olarak görülen depremler tektonik depremlerdir.

Depremler yalnızca yer kabuğunu değil; insanların yaşamlarını, duygularını ve gelecek planlarını da derinden sarsar. Bu yıkımın ardından başlayan süreç, yalnızca fiziksel yaraların değil, ruhsal izlerin de onarılmasını gerektirir. Bireylerin bu içsel sarsıntının ardından yeniden ayağa kalkabilmesi, yalnızca fiziki yardımlarla mümkün değildir. Afet sonrası yürütülen iyileşme süreci, bireysel ve toplumsal düzeyde bütüncül bir yaklaşımı zorunlu kılar.

Deprem Sonrası İyileşme Süreci

Deprem sonrası iyileşme süreci; depremin yarattığı hasarı gidermeyi, yaşam koşullarını ve toplumsal düzeni yeniden tesis etmeyi amaçlayan çok boyutlu bir süreçtir. Bu süreç yalnızca fiziksel inşa ile sınırlı olmayıp bireylerin psikolojik, sosyal ve ekonomik olarak güçlenerek yeniden ayağa kalkabilmesini içerir. Yaşanan afetin türü veya coğrafi konumu fark etmeksizin her toplum iyileşme sürecinde birtakım zorluklar yaşamaktadır. Afet sonrası zorlukların giderilmesi, zararların karşılanması ve toparlanmanın sağlanmasına yönelik geliştirilen faaliyetler "Afet Sonrası İyileştirme Süreçleri" olarak adlandırılır (Mesken ve Kentsel Strateji, 2023).

İyileşme süreci; kısa, orta ve uzun vadeli müdahaleleri içerir. İlk aşamada barınma, gıda ve su gibi temel ihtiyaçlara yönelik bir müdahale yapılırken ikinci aşamada kalıcı konutlar, eğitim ve sağlık hizmetlerinin devamlı biçimde sağlanması hedeflenir. Uzun vadede bakıldığında toplumsal dayanıklılığı arttırmaya ve travmatik etkileri azaltmaya yönelik psikososyal destek hizmetleri sağlanması amaçlanır. Her bölgede altyapı kapasitesi, kamu kaynakları, afet yönetim planlarının etkinliği ve toplumun dayanıklılığına bağlı olarak iyileşme süreci farklılık gösterir.

Günümüzde gelişim gösteren teknolojik ilerlemelere karşın bireyler, doğanın getirdiği afetler karşısında savunmasız kalmaktadır. Bu gelişimler insanın doğaya karşı mutlak bir üstünlük kurduğu yanılgısını yaratır ancak doğa, özellikle depremler aracılığıyla insanın ne kadar kırılgan ve hazırlıksız olabileceğini yeniden hatırlatmaktadır. Bu noktada depremin bir doğa olayı olduğunu kabul etmek ve gerekli önlemleri alarak vereceği zararı ve tahribatı azaltmaya

yönelik müdahaleler yapmak gerekmektedir.

Afet yönetimi kavramı bu bağlamda ortaya çıkmaktadır. AFAD'a göre (2025) "Afetlerin önlenmesi ve zararlarının azaltılması amacıyla, afet öncesi, sırası ve sonrasında alınması gereken önlemler ve yapılması gereken çalışmaların planlanması, yönlendirilmesi, koordine edilmesi, desteklenmesi ve etkin olarak uygulanabilmesi için toplumun tüm kurum ve kuruluşlarıyla, imkân ve kaynaklarının belirlenen stratejik hedefler ve öncelikler doğrultusunda kullanılmasını gerektiren, çok yönlü, çok disiplinli ve çok aktörlü, dinamik ve karmaşık bir yönetim süreci" olan afet yönetimi; önleme/zarar azaltma, hazırlık, müdahale ve iyileştirme olmak üzere dört temel aşamadan meydana gelmektedir. Afet yönetiminin temel hedefleri arasında; toplumun can ve mal güvenliğini sağlamak, doğrudan etkilenen bireylerin kurtarılması ve iyileştirilmesi, çevresel ve kültürel mirasın korunması, yaşamın en kısa sürede normale dönmesi, kamu hizmetlerinde sürekliliğin sağlanması ve sürdürülebilir kalkınmanın desteklenmesi yer almaktadır.

Önleme/zarar azaltma; afet meydana gelmeden önceki zararı önlemeyi ya da en aza indirgemeyi amaçlayan faaliyetleri içermektedir. Bu aşama; afet öncesi, sırası ve sonrasında uygulanabilecek stratejileri kapsamakta olup olası zararların en aza indirilmesi amacıyla bütüncül bir yaklaşımla ele alınmalıdır. Afet riskini azaltmaya yönelik başlıca önleyici adımlar şu şekilde sıralanabilir:

- Fay hatlarının bulunduğu riskli bölgelerde yapılaşmadan kaçınılması,
- Deprem yönetmeliklerine uygun, dayanıklı yapıların inşa edilmesi ve yapı denetimlerinin etkin biçimde sürdürülmesi,
- Toplumda afet bilinci oluşturmak amacıyla farkındalık kampanyaları ve eğitim programlarının düzenlenmesi,
- Erken uyarı sistemlerinin kurulması ve mevcut sistemlerin iyileştirilmesi,
- Zorunlu deprem sigortası gibi maddi güvence sağlayan önlemlerin yaygınlaştırılması.

İkinci evre olan hazırlık evresi; afet öncesi zarar azaltma çalışmalarından hareketle afetin etkisiyle oluşacak olan olası ihtiyaçları belirleme ve acil eylem planının hazırlanmasıdır (Şahin, 2019). Afet anında toplumun, kurumların ve bireylerin nasıl bir yol izleyeceğini belirleyen hazırlık aşaması, risklerin azaltılması ve müdahale kapasitesinin artırılması açısından kritik bir rol

oynamaktadır. Bu aşamada uygulanabilecek başlıca önleyici adımlar şunlardır:

- Okullar, kamu kurumları ve yerel yönetimlere özel afet planlarının hazırlanması,
- Düzenli aralıklarla tatbikatların yapılması ve afet farkındalığına yönelik eğitimlerin verilmesi,
- Acil durum çantalarının bireysel ve kurumsal düzeyde hazır bulundurulması,
- Afet bilgilendirme sistemlerinin geliştirilmesi (mobil uygulamalar, SMS uyarı sistemleri gibi dijital araçlarla),
- Gönüllü arama-kurtarma ekiplerinin eğitilerek sahaya hazır hâle getirilmesi.

Müdahale evresi; afetten hemen sonra oluşan kargaşa ortamında yürütülen, can ve mal kaybını en aza indirgemeye ve temel ihtiyaçları karşılamaya yönelik kurtarma çalışmalarını içermektedir. Bu evrede atılması gereken en önemli adım hızlı bir ihtiyaç ve hasar değerlendirmesi yapmaktır. Müdahale aşamasında uygulanabilecek başlıca önleyici adımlar şunlardır:

- Profesyonel ve gönüllü ekipler tarafından yürütülen arama-kurtarma çalışmaları,
- Yaralılara yönelik ilk yardım uygulamaları ve kapsamlı sağlık hizmetlerinin sunulması,
- Geçici barınma alanlarının kurulması, gıda ve temiz su temininin sağlanması,
- Afet bölgelerinden güvenli tahliye işlemlerinin gerçekleştirilmesi ve ihtiyaç sahiplerinin uygun alanlara yerleştirilmesi,
- Kriz yönetimi ekiplerinin koordinasyonu sağlayarak müdahale sürecini organize etmesi.

Afet yönetiminin son aşaması olan iyileştirme evresi; afetin gerçekleştiği toplumu afet öncesinden daha iyi bir durumu getirmek için yapılan uzun vadeli çalışmaları kapsamaktadır. Bu evrede yürütülen faaliyetlerin temel amacı, afeti yaşayan toplulukların hayati aktivitelerinin minimum düzeyde karşılanabilmesi için gerekli olan çalışmaları yapmaktır. Temel düzeyde alınabilecek önlemler

şunlardır:

- Kalıcı ve depreme dayanıklı konutların inşa edilmesi,
- Yol, su, elektrik gibi temel altyapı sistemlerinin onarılması ve güçlendirilmesi,
- Afetzedelere yönelik bireysel ve toplumsal düzeyde psikososyal destek hizmetlerinin sunulması,
- Ekonomik kayıpların telafisi amacıyla maddi destek sağlanması ve yerel ekonominin yeniden yapılandırılması,
- Toplum temelli programlarla toplumsal dayanıklılığın artırılması, afetlere karşı hazırlıklı ve dirençli bir toplum yapısının inşa edilmesi.

En yıkıcı afet türlerinden biri olan depremin ardından yürütülen iyileşme süreci, yalnızca bireysel çabalarla değil kolektif bir dayanışma ve iyi planlanmış bir koordinasyonla mümkün olabilmektedir. Bu sürecin sağlıklı bir şekilde işlemesi; kamu kurumları, sivil toplum kuruluşları ve toplumun tüm kesimlerinin iş birliğine dayalı olarak hareket etmesini gerektirir. Ancak tüm bu planlamalara karşın sahada pek çok zorluk ve engelle karşılaşılmaktadır. Bu noktada araştırmanın amacı ön plana çıkmakta; karşılaşılan yapısal, ekonomik, psikososyal engellerin tespiti ve çözüm yollarının geliştirilmesi büyük önem taşımaktadır.

Deprem Sonrası Karşılaşılan Engeller

Oldukça travmatik bir deneyim olan depremin ardından gerçekleştirilen müdahaleler, iyileşme sürecinin etkinliğini belirlemektedir. Bu süreçte karşılaşılan yapısal, ekonomik, psikososyal ve organizasyonel engeller; yardımın zamanında ulaşmasını zorlaştırmakta, bireylerin yeniden güvenli bir yaşam kurmalarını geciktirmekte ve toplumsal dayanıklılığı olumsuz yönde etkilemektedir. Her bir engel türü, sürecin farklı boyutlarında aksamalara neden olmakta ve müdahale planlarının sürdürülebilirliğini tehdit etmektedir. Bu nedenle, afet sonrası iyileşme sürecinin başarıya ulaşabilmesi, yalnızca fiziksel müdahalelerle değil, aynı zamanda bu engellerin doğru biçimde tanımlanması ve çözüm odaklı politikalarla aşılmasıyla mümkündür.

Yapısal engeller; depremin ardından altyapı sistemlerinin (yol, su, elektrik, iletişim) zarar görmesi ile ilgilidir. Bu alanlarda oluşan hasarlar arama kurtarma çalışmalarını ve yardımın ulaşmasını geciktirmektedir. Geçici barınma alanları-

nın eksikliği ise güven duyguları derinden sarsılmış depremzedelerin temel ihtiyaçlarının karşılanmasını zorlaştırmaktadır. Bu noktada afet öncesi dönemde riskli bölgelerde plansız yapılaşma ve denetimsiz inşaatların engellenmemesi fiziksel yıkımın şiddetini arttırmaktadır.

Ekonomik engeller hem bireylerin hem de toplumun deprem sonrası maddi olarak toparlanmasını engelleyen etmenleri kapsamaktadır. İş yerlerinin, tarım alanlarının, geçim kaynaklarının zarar görmesi, yardım kaynaklarının yetersizliği, mevcut kaynakların adil dağıtılamaması ve sigortalılık oranlarının düşük olması iyileşme sürecini oldukça zorlaştırmaktadır.

Psikososyal engeller depremin bireyler üzerindeki ruhsal ve sosyal etkileriyle ilişkilidir. Psikososyal destek hizmetlerine erişimin kısıtlı olması, toplumsal dayanışmada görülen zayıflık ve sosyal izolasyon gibi durumlar bireylerin ruhsal iyileşme süreçlerini olumsuz etkilemektedir. İşlevsellikleri doğrudan etkilenen bireylerin; deprem sonrası hissettikleri yoğun kaygı, bunaltı, korku, bedensel anlamda nefes alamama, depremi tekrar yaşıyormuş gibi hissetme, kabuslar görme gibi semptomlarının uzun vadede Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), Kaygı Bozuklukları, Depresyon ve Uyum Sorunlarına evrildiği gözlemlenmektedir.

Kurumsal ve Organizasyonel engeller ise deprem sonrası uygulanan afet yönetimi sürecindeki koordinasyon eksikliklerine işaret eder. Yardım kurumları arasında görev ve sorumluluk paylaşımında net olunmaması, bürokratik süreçlerin iletişim güçlüklerinden dolayı yavaş işlemesi, sahada görev alan personellerin afet müdahalesi konusundaki yetersizliği müdahale ve iyileştirme süreçlerinin etkinliğini azaltmaktadır. Deprem sonrası süreçte yardım faaliyetlerini gerçekleştiren kamu kurumlarına yönelik güven duygusunun zayıflaması da iyileşme sürecinin başarısını etkilemektedir.

Deprem sonrası iyileşme sürecinde karşılaşılan bu engellerin doğru biçimde tanımlanması, etkin çözüm önerileri geliştirilmesi ve sahadaki uygulamaların koordineli ve bütüncül bir yaklaşımla yürütülmesi büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda deprem sonrası iyileşme sürecinde karşılaşılan üç temel sorun detaylı şekilde aşağıda ele alınmıştır.

Barınma

Barınma, Türkiye İnsan Hakları ve Eşitlik Kurumu'na (TİHEK) göre, yaşamın sürdürülebilirliği için belli standartlardan ödün verilmeksizin karşılanması gereken en temel insan haklarından biridir (TİHEK, 2023). İnsanın güvenlik,

mahremiyet, aidiyet ve psikolojik iyilik halini sürdürebilmesi için vazgeçilmez bir yaşam alanı olan barınma; bireye dinlenme, korunma, beslenme ve sosyalleşme gibi temel gereksinimlerini karşılayabildiği bir ortam sunar. Bu bağlamda barınmanın bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığını doğrudan etkileyen bir unsur olduğu görülmektedir.

Güvenli ve sağlıklı barınma ortamı bireyin stres düzeyini azaltıp duygusal dayanıklılığını arttırırken güvensizlik ve belirsizlik içeren koşullar kaygı, depresyon ve travma gibi birtakım psikolojik sorunların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Buradan hareketle barınmanın yalnızca konut politikası değil, aynı zamanda bir halk sağlığı ve insan hakları meselesi olduğunu söylemek mümkündür.

Deprem gibi yıkıcı doğal afetler barınmanın önemini daha görünür kılmaktadır. Deprem sonrası en temel haklardan biri olan barınma hakkına erişimde yaşanan güçlükler hem fiziksel güvenliği hem de psikolojik iyilik halini ciddi biçimde tehdit etmektedir. Bu nedenle afet sonrası oluşan ihtiyaçlar incelendiğinde bireylerin yaşamlarını yeniden oluşturabilmeleri için öncelikle güvenli barınma alanlarının sağlanması afet yönetimi açısından oldukça önemlidir (Dayanır ve ark, 2022).

Türkiye'de yaşanan büyük depremler sonrasında gözlemlenen barınma sorunları; afet yönetiminin organize bir şekilde yürütülememesi, yeterli sayıda geçici barınma alanının oluşturulamaması, mevcut çadırların iklim koşullarına uygun olmaması, çeşitli sivil toplum kuruluşlarının barınmaya yönelik faaliyetleriyle ilgili deprem öncesi hazırlanmış herhangi bir yönergesinin bulunmaması gibi nedenlerle daha da derinleşmektedir (Yılmaz, 2012). Özellikle kış aylarında gerçekleşen depremlerde, ısı yalıtımı olmayan çadırlar ve sınırlı ısınma olanakları, afetzedelerin hem fiziksel sağlıklarını hem de ruhsal dayanıklılıklarını olumsuz yönde etkilemektedir. Hijyen koşullarının yetersizliği, mahremiyetin sağlanamaması ve uzun süreli belirsizlik hali bireylerde yalnızca fiziksel değil aynı zamanda psikolojik travmaların da oluşmasına neden olmaktadır. Bu durum, barınmanın insanca yaşamın sürdürülebilmesi için vazgeçilmez bir koşul olduğunu bir kez daha gözler önüne sermektedir.

Depremde çok sayıda konutun yıkılması sonucunda ortaya çıkan barınma sorunu gibi durumlarda; karşılaşılan zararların giderilmesine yönelik çalışmak, konutları yıkılmış ve açıkta kalmış yurttaşlara konut yaptırmak veya konut yapımında kendilerine yardımcı olmak Anayasa Mahkemesi'ne (1973) göre, devletin başta gelen görevlerinden biridir. Türkiye'de buna yönelik yapılan çalışmalarda barınma sorunları; acil yardım aşaması (çadır kentler), iyileştirme

(geçici konutlar, kira yardımı vs.) ve yeniden yapım olmak üzere üç aşamada ele alınmaktadır. Bu yaklaşım depremzedelerin gereksinimlerini aşamalı olarak karşılamaya yöneliktir ancak ülke kaynaklarını kullanmada yetersiz kalmaktadır. Ayrıca her aşamada yasal, psikososyal, yapısal ve ekonomik sorunlarla karşılaşılmaktadır. Bu sorunların temelinde geçmişte yaşanan yıkıcı depremlerden ders çıkarılmadığı, sorunları gidermeye yönelik yeni yaklaşımların geliştirilmediği, alınacak kararların afet sonrasına bırakıldığı ve tüm bunların sonucunda afetlere karşı hazır olmanın engellendiği görülmektedir (TMMOB, 2007).

Kaynaklara Erişim

İnsan yaşamında temel haklara erişim bir ayrıcalık değil evrensel bir gerekliliktir. Yaşama, barınma, beslenme, sağlık, eğitim gibi temel haklar bireyin fiziksel ve psikolojik olarak varlığını sürdürebilmesi için vazgeçilmezdir. Yalnızca insani olmayan bu haklar anayasal bir zorunluluk niteliği taşır. Türkiye Cumhuriyeti Anayasası'nın 17. maddesinde belirtildiği üzere, "herkes, yaşama, maddî ve manevî varlığını koruma ve geliştirme hakkına sahiptir" (T.C. Anayasası, 1982). Bu bağlamda deprem gibi afetler sonrası bireylerin temel haklara erişimi yalnızca günlük ihtiyaçlarının karşılanmasıyla sınırlı değildir. Aynı zamanda anayasal bir yükümlülüğü yerine getirmek söz konusudur. Deprem gibi kriz anlarında bu hakların eksikliği ya da erişim güçlüğü bireylerin yaşam hakkını tehdit eder niteliktedir.

Deprem sonrası fiziksel altyapıda oluşan hasarlar, iletişim kanallarındaki kopukluk, yardım dağıtımında adaletin sağlanamaması gibi etmenler bireylerin en temel ihtiyaçlarının karşılanmasını zorlaştırır. Bu noktada depremzedelere kaynakları ulaştıracak olan devlet kurumları, sivil toplum kuruluşları ve yerel yönetimler arasındaki koordinasyon büyük önem taşımaktadır. Yardımların erişilebilirlik, eşitlik ve ihtiyaca yönelik şekilde insan onuruna yakışır biçimde sunulması gerekmektedir.

İyileşme sürecinde en önemli şeylerden biri somut tehdidin ortadan kalktığını bireylere göstermektir. Bireyler önce güvenliklerinin sağlandığı bir alana yerleştirildikten sonra yakınlarıyla ilişki kurması sağlanır. Daha sonra kişinin ihtiyaçlarına yönelik tespit yapılarak ilgili kaynaklara erişimi sağlanır. Burada kırılgan grupların (çocuklar, yaşlılar, engelliler, kadınlar ve göçmenler vb.) özel ihtiyaçlarının gözetilmesi sosyal eşitsizliklerin derinleşmemesi ve iyileşme sürecinin gecikmemesi açısından kritik önemdedir.

Afet sonrası dağıtılan kaynakların yalnızca ulaşılabilir olması yeterli değil-

dir; aynı zamanda güvenli ve sağlıklı olmaları da zorunludur. Depremin ardından su kaynaklarının kanalizasyonla karışması, gıda ürünlerinin uygun olmayan koşullarda saklanması gibi durumlar, ciddi sağlık risklerine yol açabilir. Bu tür kirlenme riskleri, özellikle toplu barınma alanlarında bulaşıcı hastalıkların yayılmasını hızlandırabilir. Dolayısıyla afet bölgelerinde dağıtımı yapılan her türlü kaynağın hijyen ve sağlık standartlarına uygun biçimde temin edilmesi ve ulaştırılması, bireylerin yaşam hakkını ve sağlık hakkını doğrudan etkileyen bir zorunluluktur. Denetimsiz veya kontrolsüz şekilde yapılan yardımlar, iyi niyetli olsa da uzun vadede daha büyük sorunlara neden olabilir.

Psikososyal Destek

İyileşme yalnızca temel ihtiyaçların karşılanması ile gerçekleşen bir süreç değildir. Kişinin eski yaşantısına dönebilmesi ve sağlıklı bir iyileşme süreci geçirebilmesi için psikososyal desteğe erişiminin de olması gerekmektedir. Özellikle yoğun korku, kaygı, çaresizlik, kayıp ve güvensizlik vb. duygulara neden olan deprem gibi yıkıcı olaylar sonrasında bireylerin psikolojik dayanıklılığını koruyabilmesi ve travmanın uzun vadeli etkilerinden korunabilmesi için psikososyal desteğe erişim hayati önem taşımaktadır.

Türk Kızılayı'nın (2008) tanımına göre afetlerde psikososyal destek; "afet sonrası ortaya çıkabilecek psikolojik uyumsuzlukların/bozuklukların önlenmesi, aile ve toplum düzeyinde ilişkilerin yeniden kurulması/geliştirilmesi, etkilenenlerin 'normal' yaşamlarına geri dönmesi sürecinde kendi kapasitelerini fark etmeleri ve güçlenmelerinin sağlanması, toplumda gelecekte ortaya çıkması muhtemel afet ve acil durumlarla başa çıkma/iyileşme/toparlanma becerilerinin arttırılması ve yardım çalışanlarının desteklenmesini içeren ve afet döngüsünün her aşamasında yürütülen çok disiplinli hizmetler bütünü" olarak ifade edilmektedir. Depremzedelere yönelik verilen bu hizmet, deprem sonrası şartlara adaptasyon ve normale dönme sürecini hızlandırmaktadır.

Depremin hemen ardından ortaya çıkan psikolojik semptomlar anormal bir olaya verilen normal bir tepki olarak değerlendirilmektedir (Ehlers ve Clark, 2000). Başlangıçta yaygın olarak görülen; yoğun olumsuz duygular, olayı tekrar yaşıyormuş gibi hissetme, tekrarlayıcı kabuslar, kaygı, korku, endişe, çarpıntı, nefes alma güçlükleri, duygusal donukluk, dikkatini toparlayamama, her an tetikte olma, öfke kontrol güçlükleri, aşırı uyarılmışlık hali, yoğun depresif duygudurum gibi Akut Stres Bozukluğu (ASB) belirtilerinin kişilerin olaydan ne boyutta etkilendiğine bağlı olarak zaman içinde kendiliğinden azalması

beklenmektedir. Bu belirtiler bir aydan uzun süre devam eder ve işlevselliği belirgin biçimde etkilerse tanı Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) olarak değişiklik gösterir. Özellikle depremin yıkıcı etkilerini doğrudan yaşayan bireylerde, yakınlarını kaybedenlerde, enkazdan çıkarılanlarda ya da yaşama yönelik ciddi tehlike yaşamış kişilerde TSSB gelişme riski daha yüksektir. Bu bireylere erken dönemde psikolojik ilk yardım gibi psikososyal destek sağlanması, baş etme kaynaklarının güçlendirilmesi ve gerekirse psikolojik müdahale planlarının devreye alınması ASB'nin hafiflemesi ve TSSB gelişme riskinin azaltılması açısından büyük önem taşımaktadır.

Psikolojik İlk Yardım (PİY), bireyin temel ihtiyaçları karşılandıktan sonraki süreçte daha yoğun destek gerektiren durumlarda; olayın ardından ortaya çıkan zorluklarla başa çıkmaya, sıkıntıları yatıştırmaya ve işlevselliği arttırmaya yönelik becerilerin kazandırılmasında uygulanan müdahaleler olarak ifade edilmektedir. (Başterzi ve ark. 2023). Bu konuda eğitim almış sağlık profesyonelleri tarafından uygulanan PİY, kişinin kontrol ve yeterliliğini yeniden kazandırma amacıyla uygulanmaktadır. Bu süreçte herhangi bir ilaç tedavisi, özel terapi tekniği ya da yapılandırılmış terapi yöntemi uygulanmamalıdır. İlk bir hafta içinde kendiliğinden iyileşme/doğal uyum sürecine izin vermek gerekmektedir. İlerleyen süreçte travmanın şiddetine bağlı olarak belirtilerde artış gözlemlenirse birincil ihtiyaçları giderilen depremzedeye travmayla ilişkili ruhsal bozukluklarda tedavi yöntemi olan psikoterapi uygulanabilir.

Afet sonrası psikososyal müdahaleler dört temel aşamada yapılandırılmaktadır. İlk aşamada, tüm afetzedeleri kapsayacak şekilde temel ihtiyaçların karşılanması ve güvenliğin sağlanması önceliklidir. İkinci aşama ise, olağan dışı duruma verilen normal tepkiler olarak tanımlanan psikososyal stresin yatıştırılmasına yönelik toplum temelli destekleri içermekte olup, bu süreç ihtiyaç analiziyle başlamakta ve bireylerin durumlarını anlamlandırmalarına yardımcı olacak bilgilendirme ve yönlendirme faaliyetlerini kapsamaktadır. Üçüncü aşamada, afetin ardından orta vadede travmaya bağlı sorunlar yaşayan bireylere, ailelere veya gruplara yönelik odaklanmış ve uzmanlaşmış hizmetler sunulmaktadır. Son aşamada ise, bireysel, çevresel ve afete ilişkin faktörlere bağlı olarak gelişen uzun dönemli psikopatolojilerin tedavisine yönelik müdahaleler yer almaktadır. Müdahale süreci ilerledikçe hedef kitle daralmakta, ancak uygulayıcıların uzmanlık düzeyi artmaktadır (UNICEF, 2015).

Türkiye'de afet sonrası psikososyal müdahale sisteminin mevcut yapısı, dört aşamalı modelin gerektirdiği bütüncül ve kademeli yaklaşımı tam anlamıyla yansıtamamaktadır. Özellikle ikinci aşamada yer alan ihtiyaç analizi, etkin yönlendirme ve toplum temelli destek sistemlerinin kurulması konularında belirgin

eksiklikler bulunmaktadır. Kriz anında temel ihtiyaçların karşılanmasına öncelik verilse de bireylerin yaşadıkları travmanın psikososyal boyutu çoğunlukla göz ardı edilmekte ya da geç müdahale edilmektedir.

Üçüncü ve dördüncü aşamalarda gerekli olan uzmanlaşmış psikolojik destek hizmetlerinin erişilebilirliği ise bölgesel olarak sınırlıdır; özellikle kırsal alanlarda ve afetin yoğun yaşandığı bölgelerde bu hizmetlere erişim ciddi ölçüde kısıtlıdır. Bu durum, uzun vadede travmaya bağlı psikopatolojilerin kronikleşmesine ve toplumsal iyileşme sürecinin aksamasına neden olmaktadır. Ayrıca afet sonrası sürecin tüm aşamalarında görev alacak nitelikli insan kaynağının yetersizliği, sistematik eğitimlerin eksikliği ve sürdürülebilir psikososyal destek politikalarının olmaması, Türkiye'de bu modelin uygulanabilirliğini zorlaştırmaktadır.

YÖNTEM

Veri Toplama

Araştırmada nitel yöntemlerden derinlemesine mülakat yöntemi kullanılmıştır. Deprem yaşamış bireylerle görüşülerek deprem sonrası süreçte barınma, kaynaklara erişim ve psikososyal destek konusunda karşılaştıkları engellere dair açık uçlu sorular yüz yüze ve online ortamda uygulanmıştır. Araştırma sürecinde etik ilkelere riayet edilmiştir. Çalışma için İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'na başvurulmuş ve gerekli etik onay süreci tamamlanmıştır (Karar No: 202504). Tüm katılımcılardan gönüllülük esasına dayalı olarak bilgilendirilmiş onam formu alınmış, kimliklerinin ve kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı, elde edilen verilerin sadece bu araştırma kapsamında bilimsel amaçlarla kullanılacağı taahhüt edilmiştir. Ses kayıtları ve mülakat dökümleri kodlanarak saklanmıştır, çalışmanın tamamlanmasının ardından imha edilecektir.

Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini Türkiye'de yıkıcı deprem yaşamış bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise özellikle Kahramanmaraş merkezli depremi yaşamış ve sonrasında İstanbul başta olmak üzere farklı illerde yaşamını sürdüren 20 yetişkin birey oluşturmaktadır. Katılımcılar amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilmiş olup veriler gönüllülük esasına dayanarak toplanmıştır.

Mülakat Sırasında Sorulan Sorular

Aşağıdaki sorular, deprem sonrası iyileşme sürecinde bireylerin beslenme, kaynaklara erişim ve psikososyal destek konusunda karşılaştıkları engeller ile depremin bireyler üzerindeki etkilerinin derinlemesine anlaşılmasını amaçlamaktadır.

- Deprem anını nasıl yaşadığınızı anlatabilir misiniz?
- O an zihninizden geçen ilk düşünce neydi?
- Deprem sırasında yanınızda kimler vardı? Bu sizin hislerinizi nasıl etkiledi?
- Deprem sonrası en yoğun hissettiğiniz duygular nelerdi?
- Depremden sonra barınma, gıda veya sağlık gibi temel ihtiyaçlara erişiminiz nasıldı?
- Devletin veya sivil toplum kuruluşlarının desteği size nasıl ulaştı?
- Size ulaşan yardımlar yeterli miydi? Süreç nasıl işledi?
- Bu süreçte size psikolojik destek sunuldu mu? Kimden/ne tür bir destek aldınız?
- Bu destek sizce yeterli miydi? Ne daha farklı olabilirdi?
- Günlük hayatta eskisi gibi hissedebiliyor musunuz?
- Rüyalarınız, uykunuz ya da sosyal ilişkilerinizde değişiklik oldu mu?
- "İyileştiğinizi" hissettiğiniz bir an oldu mu?
- Sizce deprem sonrası en çok ne eksikti?
- Bugün dönüp baktığınızda, süreci en çok zorlaştıran şey neydi?
- Benzer bir duruma tekrar düşecek olsanız, neyin farklı olmasını isterdiniz?

Verilerin Analizi

Bu araştırmada elde edilen nitel veriler tematik analiz yöntemi kullanılarak değerlendirilmiştir. Tematik analiz, görüşmelerden elde edilen verilerin sistematik biçimde incelenip tekrar eden anlamlı örüntülerin tespit edilerek temalar oluşturulmasını sağlayan bir yöntemdir. Çalışmada öncelikle katılımcılarla yapılan görüşme kayıtları yazılı metin haline getirilmiş, ardından bu metinler dikkatlice okunarak anlamlı ifadeler belirlenmiştir.

Belirlenen ifadeler; tekrar eden düşünce, duygu ve davranış örüntüleri baz alınarak kodlanmıştır. Örneğin, *"iletişim kopukluğu", "uyku problemleri", "beslenme ve hijyen eksikliği", "ölüm korkusu", "sosyal destek ve sağlık hizmetlerine erişim eksikliği", "sürekli tetikte olma"* ve *"geleceğe yönelik umutsuzluk"* gibi kodlar belirlenmiştir. Benzer içeriklere sahip kodlar gruplanarak temalar oluşturulmuştur. Bu vakada öne çıkan temalar aşağıdaki gibidir:

- Deprem Anı Deneyimi
- Deprem Sonrası Barınma ve Fiziksel Koşullarda Yetersizlik
- Kaynaklara ve Hizmetlere Erişim Engelleri
- Deprem Sonrası Psikolojik Tepkiler ve Travma Belirtileri
- Psikososyal Destek Yetersizliği
- Başa Çıkma ve İyileşme Süreci

Her tema altında katılımcıların yaşadığı zorluklar ve bu durumun iyileşme süreçlerine etkisi analiz edilmiştir. Son aşamada ise katılımcıların önerileri doğrultusunda çözüm yolları tematik olarak sınıflandırılarak raporlanmıştır.

VAKANIN GELİŞİMİ/SÜRECİ

Bu çalışmada ele alınan vaka, 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli meydana gelen ve Türkiye'nin birçok ilini etkileyen depremler sonrasında yaşanan süreçtir. Deprem anında yaşanan ani yıkımlar, can kayıpları ve altyapı hasarıyla birlikte ilk saatlerde müdahale yetersiz kalmış; arama-kurtarma çalışmaları koordinasyon eksikliği, iletişim problemleri ve lojistik yetersizlik nedeniyle aksaklıklarla yürütülmüştür. İlk 24 saat kritik olmasına rağmen devlet kurumları ve gönüllü kuruluşlar arasında yeterli iş birliği sağlanamamış, yardımlar ulaştırılamamış ve bilgi kirliliği halk arasında paniğe yol açmıştır.

İlk günlerde arama-kurtarma çalışmaları insan gücüyle sınırlı kalmış, ağır ekipman eksikliği ve yol kapanmaları nedeniyle müdahaleler gecikmiştir. Deprem sonrası psikososyal destek hizmetleri yeterince organize edilememiş, çadır ve barınma alanlarının yetersizliği barınma krizine yol açmıştır. İlk haftalar itibari ile bölgeye askeri güç ve merkezi yönetim desteği artmış, bazı bölgelerde konteyner kentler kurulmaya başlanmıştır. Bununla birlikte, yaşanan can kaybı ve travmanın büyüklüğü nedeniyle iyileşme süreci uzun vadeye yayılmış ve bölge halkının büyük bir kısmı başka şehirlere göç etmek zorunda kalmıştır.

Bu başlık altında, deprem sonrası müdahale sürecinde yaşanan eksiklikler ve aksaklıklar çalışmanın diğer bölümlerinde detaylı şekilde ele alınmış ve bu yaşananlardan çıkarılması gereken dersler sonuç bölümünde önerilere dönüştürülmüştür.

ANALİZ VE TARTIŞMA

Türkiye, aktif fay hatları üzerinde yer alan bir ülke olması nedeniyle tarih boyunca yıkıcı depremlerle karşı karşıya kalmış ve bu afetlerin toplum üzerinde çok boyutlu etkileri olmuştur. Depremler yalnızca fiziksel yıkımlara sebep olmakla kalmamakta; aynı zamanda bireylerin psikolojik iyilik hâlini, toplumsal dayanışma dinamiklerini, devletin hizmet sunma kapasitesini ve hukuki düzenlemelerin işlerliğini de doğrudan etkilemektedir. Bu çalışma kapsamında ele alınan 6 Şubat depremleri de benzer biçimde, bireylerin ve toplumun çok yönlü kırılganlıklarını görünür kılmıştır.

Bu bağlamda, deprem sonrası yaşananlar yalnızca bir doğal afet süreci değil; aynı zamanda sosyolojik olarak toplumsal dayanışma ve kamusal hizmetlerin yetersizliği, psikolojik olarak bireysel ve toplumsal travmanın etkileri, hukuki olarak afet sonrası hak arayışı ve hizmet sunumundaki eksiklikler, kültürel olarak travmayla başa çıkma biçimleri ve politik olarak afet yönetimi stratejilerinin eleştirisi gibi çok boyutlu değerlendirmeleri gerektirmektedir.

Sosyolojik boyutta; afetler sonrası toplumsal dayanışma, özellikle devletin ilk müdahale kapasitesinin yetersiz kaldığı durumlarda, hayatta kalma ve iyileşme sürecinin önemli bir belirleyeni hâline gelmektedir. Toplumların afet dönemlerinde komşuluk, akrabalık, gönüllü dayanışma ağları ve sivil toplum kuruluşları üzerinden örgütlenen destek mekanizmaları, toplumsal bağların yeniden inşası ve psikososyal iyileşme açısından kritik bir işleve sahiptir.

Dayanışma ve birliktelik, felaketlerin yol açtığı zorlukların aşılmasında güçlü bir motivasyon kaynağı oluşturmaktadır. Özellikle toplumsal tahribata neden olan büyük acılar, bireylerin birbirine bağlanmasını teşvik etmekte ve kolektif aidiyet duygusunu pekiştirmektedir. Dayanışma, toplumun dayanıklılığını artırmakta ve mukavemetini güçlendirmektedir. Bireyler destek sağladıkça, birbirlerinin acılarına ve ihtiyaçlarına odaklanma eğilimi göstermektedir. Toplumsal dayanışmanın temelinde, toplumun ortak çıkarları yer almaktadır. Bu bağlamda, toplumsal düzeni sarsıcı düzeyde meydana gelen felaketler, bireysel farklılıkların göz ardı edilmesini ve ortak hedefler doğrultusunda birlikte hareket etmeyi mümkün kılmaktadır (Selçuk, 2024).

Felaketler sonrasında gelişen dayanışma, yaşanan olumsuz etkilerin hafifletilmesi amacıyla bireyleri bir araya getirmekte ve dayanışma ile yardımlaşma duygularının güçlenmesine olanak sağlamaktadır. Özellikle deprem gibi büyük afetler, bireylerin birbirine destek olma, yardım etme ve ortak hareket etme gereksinimini ortaya koymaktadır. Bu tür afetler karşısında dayanışma ağlarının ve millet bilincinin önemi ön plana çıkmaktadır. Bireyler, acıya ve felakete karşı ortak bir duyarlılık geliştirmekte ve bu süreçte karşılıklı destek duyguları pekişmektedir. Söz konusu durum, toplumun bir arada kalmasını ve zorlukların üstesinden gelmesini mümkün kılmaktadır. Yapısalcı bakış açısıyla değerlendirildiğinde, yaşanan olumsuzluklar, "biz" bilincinin dayanıklılığını artırmakta ve dayanışma ile direnci güçlendiren işlevsel bir mekanizma ortaya koymaktadır (Erdem, 2023).

Psikolojik boyutta; depremler bireylerde yalnızca akut stres tepkileri değil, uzun vadeli travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), depresyon, kaygı bozuklukları ve uyum sorunları gibi ciddi psikiyatrik problemleri tetikleyebilmektedir. Özellikle çocuklar, yaşlılar ve kadınlar afet sonrası dönemde daha yüksek risk grubunu oluşturmaktadır. Bu nedenle afet sonrası dönemde bireysel ve toplumsal ruh sağlığı hizmetlerinin önceliklendirilmesi gerekmektedir. Psikososyal destek hizmetlerinin gecikmesi veya yetersiz kalması, travmanın kronikleşmesine ve gündelik yaşam işlevselliğinin bozulmasına neden olabilmektedir.

Hukuki boyutta; afet sonrası dönem, yalnızca temel ihtiyaçların karşılanması değil, aynı zamanda bireylerin barınma, sağlık, eğitim ve sosyal güvenlik gibi temel haklara erişiminin yeniden düzenlenmesini gerektiren bir süreçtir. Türkiye'de yapılan çeşitli çalışmalarda (Gökalp & Çolakoğlu, 2025) afet sonrası hukuki düzenlemelerin mevzuatta bir eksiklik olmamasına karşın uygulamada, kamu hizmetinin yerine getirilmesine ilişkin yetersizliklerinden kaynaklı sorunların yaşandığı görülmüştür. Mevzuata göre 7269 sayılı Umumi Hayata Müessir Afetler Dolayısıyla Alınacak Tedbirlerle Yapılacak Yardımlara Dair Kanun, afetler nedeniyle kamu kurumlarının yetki ve görevlerini düzenlemektedir. Bu kanun kapsamında Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı'na, afet sonrası yaşanan durumlarda afetin genel hayatı etkileyip etkilemediğini belirleme ve Cumhurbaşkanınca ilan edilen afete maruz bölgelerde yapılacak, değiştirilecek ya da onarılacak yapıların teknik şartlarını belirleme gibi pek çok görev ve sorumluluk verilmiştir.

7269 sayılı Kanun, devletin depremzedelere barınma, gıda ve temel ihtiyaçlarını karşılama yükümlülüğünü düzenlemektedir. Ancak bu yardımların ulaştırılmasında yaşanan sorunlar, afetzedelerin hukuki yollara başvurma gerekliliğini doğurabilmektedir. Deprem nedeniyle evi, iş yeri veya yakınlarını

kaybeden bireyler, sorumluluğu bulunan kamu kurumları ya da özel kişilere karşı maddi ve manevi tazminat davası açma hakkına sahiptir. Türk Borçlar Kanunu'nun 49. ve 50. maddeleri, haksız fiil sonucu meydana gelen zararların giderilmesini öngörmektedir. Özellikle müteahhitlerin standartlara aykırı inşaat yapması, yapı denetim firmalarının ya da belediyelerin denetim yükümlülüğünü yerine getirmemesi gibi durumlar, mağdurlar açısından tazminat taleplerine dayanak oluşturmaktadır (Karahan, 2024). Bu çerçevede, afet sonrası dönemde bireylerin yalnızca maddi kayıplarını değil, aynı zamanda yaşadıkları manevi zararları da hukuki yollarla talep edebilmeleri mümkündür. Ancak uygulamada, afetzedelerin hukuki süreçlere erişimlerinde çeşitli zorluklarla karşılaştığı görülmektedir. Hukuki bilgi eksikliği, ekonomik imkânsızlıklar ve psikolojik yıpranma, mağdurların adalet arayışını güçleştiren başlıca etkenlerdir. Bu nedenle afet sonrası dönemlerde, tazminat davaları ve idari başvurular gibi hukuki süreçlere ilişkin bilgilendirme ve ücretsiz danışmanlık hizmetlerinin sağlanması, bireylerin haklarını etkin biçimde kullanabilmeleri açısından büyük önem taşımaktadır.

Kültürel boyutta; toplumların travmayla başa çıkma biçimleri, kültürel değerler ve inanç sistemleriyle yakından ilişkilidir. Türkiye gibi toplulukçu kültürlerde; inanç, kader anlayışı, dualar, geleneksel destek yöntemleri gibi unsurlar afet sonrası baş etme stratejilerinin önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Bu başa çıkma biçimleri kimi zaman iyileşme sürecine katkı sağlarken, kimi zaman da travmanın bastırılmasına ve profesyonel yardım arayışının ertelenmesine yol açabilmektedir.

Politik boyutta ise afet yönetimi stratejileri ve kriz planlaması, toplumun afetlere karşı kırılganlık düzeyini belirleyen temel unsurlar arasında yer almaktadır. Ancak yapılan değerlendirmeler, afet yönetim planlarının sahada uygulama aşamasında çeşitli koordinasyon problemleri ve kaynak yetersizlikleriyle karşılaştığını ortaya koymaktadır. Devlet kurumlarının afet bölgelerine müdahalede gecikmesi, müdahalelerin parçalı ve uyumsuz yürütülmesi ile uzun vadeli yeniden inşa süreçlerinin aksaması, afet sonrası toplumsal iyileşme sürecini olumsuz etkilemektedir. Bu sorunlar, sadece fiziksel altyapının değil, aynı zamanda sosyal dokunun da zarar görmesine ve afet sonrası travmanın derinleşmesine zemin hazırlamaktadır. Dolayısıyla, etkili bir afet yönetimi için sadece planlamanın yeterli olmadığı; uygulama sürecinde koordinasyonun sağlanması, kaynakların etkin kullanımı ve kapsamlı, uzun vadeli stratejilerin geliştirilmesi gerekmektedir.

Çalışmada elde edilen bulgular, bu çok katmanlı yapının bir yansıması olarak değerlendirilmiş; katılımcıların deneyimleri, yaşadıkları psikolojik

tepkiler ve iyileşme süreçleri bağlamında anlamlandırılmıştır. Bu doğrultuda, görüşmelerden elde edilen veriler tematik olarak incelenmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

- **Deprem Anı Deneyimi: Fiziksel ve duygusal tepkiler, ölüm korkusu ve belirsizlik**

Depremin gerçekleştiği an, bireylerin hem fiziksel hem de duygusal düzeyde yoğun tepkiler verdiği, zaman ve mekân algısının bozulduğu, ölümle yüzleşmenin en çıplak hâliyle deneyimlendiği bir süreçtir. Katılımcılar, deprem anında yaşadıkları bu deneyimleri sıklıkla "hayatta kalma mücadelesi", "ölüm korkusu" ve "ne yapacağını bilememe hâli" üzerinden tanımlamıştır. Anlatılanlar, travmatik olay anının bireyin bilişsel, duygusal ve bedensel sisteminde nasıl bir şok etkisi yarattığını ortaya koymaktadır.

Görüşmelerde, deprem anına dair yaşanan hisler yalnızca korku ve panik ile sınırlı kalmamış; aynı zamanda çevresel belirsizlik, yakınlarını kaybetme endişesi ve kontrol duygusunun tamamen yitirilmesiyle derinleşen bir çaresizlik hissi de sıkça dile getirilmiştir. Katılımcıların ifadeleri, bu anın bedenlerinde bıraktığı izlerin ve zihinlerinde oluşturduğu imgelerin bugün dahi hatırlandığında kaygı yaratacak düzeyde etkili olduğunu göstermektedir.

Katılımcılardan biri yaşadığı bu deneyimi şöyle aktarmıştır: *"Dedim ki artık bitti, çabalamaya gerek yok. Buradan sağ çıkamayacağız ve öleceğiz."* (K2) Bir diğer katılımcı yaşadığı çaresizlik hissini: *"Herhalde kıyamet kopuyor ya da dünyaya meteor çarptı diye düşündüm. Gökyüzü yeryüzüne çarpmış gibiydi. Kurtuluşumuz yok dedim."* (K9) şeklinde ifade etmiştir. Yakınlarını kaybetme endişesi taşıyan başka bir katılımcı ise *"Deprem anında sağ çıkıp çıkamayacağımı merak ettiğim gibi ailemin ne durumda olduğunu da düşünüp durdum. Yanımda eşim vardı ve onu da sakinleştirmek durumundaydım."* (K13) şeklindeki ifadesiyle travmatik anlarda yalnızca kendi yaşamı değil, sevdiklerinin durumu için de derin kaygı duyduğunu belirtmiştir. Bu durum, travma anında bireyin sadece kendi hayatta kalma mücadelesi vermediğini, aynı zamanda sevdiklerini koruma ve onları sakinleştirme çabası içerisine de girebildiğini göstermektedir. Katılımcının ifadesi, travmatik olaylar sırasında bireysel ve sosyal rollerin iç içe geçtiği, kişinin hem mağdur hem de destekleyici olma durumunu deneyimlediği anlara işaret etmektedir.

Bazı katılımcılar, depremin süresi boyunca zihinsel ve bedensel felç hâli yaşadıklarını, hareket edemediklerini ve sadece yakınlarına sarılarak son anlarını

beklediklerini belirtmişlerdir: *"Deprem anında bebeğim beşikteydi. Direkt ona ulaşmaya çalıştım ve kucağıma aldığımda her şeyin bittiğini öleceğimizi düşündüm. Bebeğime sarılmayı bir an olsun bırakmadım."* (K14) Bazı katılımcılar ise deprem süresince bilinçlerinin tamamen açık olduğunu ve olay anını tüm detaylarıyla hatırladıklarını ifade etmiştir. Bu deneyimi enkaz altında kalarak yaşayan bir katılımcı şöyle aktarmıştır: *"İlk on saniyede binamız yıkıldı ve tüm yıkılma anında bilincim açıktı. Sanki bir hortumun içinde aşağı çekiliyordum. Eşim ve büyük oğlum o an vefat etti."* (K9)

Bu ifade, travmatik olay anında bilincin kapanmayıp tamamen açık kalması ve olayın tüm detaylarıyla kaydedilmesi durumunun kişide nasıl derin izler bırakabileceğini göstermektedir. Aynı zamanda bu aktarım, deprem anının fiziksel olarak nasıl deneyimlendiği, çevresel algının nasıl değiştiği ve travmatik kayıp ile ani ölümle yüzleşme temasını da ortaya koymaktadır.

- **Deprem Sonrası Barınma ve Fiziksel Koşullarda Yetersizlik**

Deprem sonrası iyileşme sürecinde en çok zorlayıcı olan unsurlardan biri, güvenli barınma alanlarının eksikliği ve temel yaşam koşullarının yetersizliğidir. Bireylerin güvende olma ve korunma duygusunu da derinden sarsan deprem sonrası evlerini kaybeden bireyler, en temel ihtiyaç olan barınma hakkına erişimde ciddi sıkıntılar yaşamış; yaşadıkları fiziksel ve duygusal travmanın yanı sıra bu koşullarla baş etmeye çalışmışlardır.

Katılımcıların ifadelerine göre, enkaz altında kalan yakınları nedeniyle bazı kişiler günlerce enkaz başından ayrılmamış, bu durum travmatik yaşantının devamlılığına ve psikolojik yıpranmaya neden olmuştur. *"Eşim ve çocuklarımla birlikte enkaz altındaydım. Kendi çabamla bir boşluk bularak enkazdan çıkmayı ve çocuklarımdan birini çıkarmayı başardım. Enkazdan yeni çıkmış halimle eşimi ve diğer çocuğumu kurtarmak için enkaza yöneldiğimde ikinci bir deprem oldu. Enkaz daha da yıkıldığı için saatlerce eşim ve çocuğumun kurtarılmasını bekledim. Ancak yalnızca cenazelerine ulaşabildim.*" (K15) ifadesi, deprem sonrası travmanın yalnızca olay anında değil, sonraki günlerde de yoğun biçimde sürdüğünü ve kişilerin sağlık gibi temel ihtiyaçlarını ikinci plana attığını göstermektedir.

Öte yandan, bazı katılımcılar arama-kurtarma çalışmalarına aktif katılım gösterdiklerinden barınma ve yardım olanaklarına ulaşmayı önemsemediklerini belirtmişlerdir. *"İlk günler ne uyku ne yemek ne de ev aradı gözümüz. Aradığımız tek şey insandı. Çarşamba gününe kadar hiç uyumadım."* (K18) ifadesi,

travma sonrası bireylerin kimi zaman kendi temel ihtiyaçlarını göz ardı ederek, anlamlı bulduğu eylemlere yöneldiğini ortaya koymaktadır.

Yardımların ancak ikinci gün ulaştırılabilmesi, özellikle soğuk hava ve zorlu iklim koşulları altında kalan depremzedeler için süreci daha da zorlaştırmıştır. Katılımcılar, güvenli barınma alanlarının eksikliğini kendi imkânlarıyla çözmeye çalışmış; şahsi araçlarını, bireysel çadırları, kapalı spor salonlarını ya da köylerdeki yakınlarının evlerini kullanmak zorunda kalmışlardır. Bir katılımcının *"Elimizde bize ait bir çadır vardı. Karın üstüne saman serip onun üstüne muşamba, naylon ve hazır kilim koyarak çadırı bunların üstüne serdik ve barınma sorununu böyle çözmeye çalıştık. Polyester çadır içinde soba yakıyorduk."* (K17) ifadesi bu durumu kanıtlar niteliktedir. Benzer şekilde başka bir katılımcının *"Yardım yoktu. Hatay'da AFAD, emniyet binası, hastane hepsi yıkılmıştı. Hava inanılmaz soğuktu. Güvenli olduğu söylenen bir kapalı spor salonuna sığındık."* (K3) ifadesi, deprem sonrası sürecin yalnızca barınma değil, aynı zamanda kamusal hizmetlerin çökmesi nedeniyle bireylerin temel yaşamsal ihtiyaçlarına erişimde yaşadığı güçlükleri de gözler önüne sermektedir. Katılımcının aktardığı gibi, mevcut yapısal kurumların işlevsiz hale gelmesi, depremzedeleri alternatif ve çoğu zaman yetersiz mekânlara yönelmek zorunda bırakmıştır.

Sürecin dayanışmayla ve bireysel çabayla yönetilmeye çalışıldığı bir katılımcının *"Mobilya ve yataklardan oluşan depomuz vardı. Sokakta gördüğümüz yaşayan insanları toplayıp bir süre kalmaları için depoya bıraktık."* (K8) ifadesinden anlaşılmaktadır. Bu durum sistematik ve hızlı bir müdahalenin eksikliğinin yaşandığını göstermektedir.

Bu tema doğrultusunda deprem sonrası süreçte barınma, yalnızca fiziksel bir ihtiyaç değil; aynı zamanda kişinin güven duygusunu yeniden kazanması ve travmayı işleyebilmesi için gerekli bir psikolojik güvenlik alanı işlevi taşımaktadır. Katılımcıların aktardığı deneyimler, bu güvenli alanlara erişimde yaşanan aksaklıkların travmanın etkisini daha da derinleştirdiğini ortaya koymaktadır.

- **Kaynaklara ve Hizmetlere Erişim Engelleri**

Deprem sonrası sürecin en çarpıcı sorunlarından biri, temel kaynaklara ve hayati hizmetlere erişimde yaşanan ciddi aksaklıklar olmuştur. Katılımcıların ifadelerinden yola çıkıldığında, depremden hemen sonra iletişim ağlarının çökmesi, yolların kapanması ve resmi yardım ekiplerinin bölgeye ancak depremin ikinci gününden itibaren ulaşabilmesi, depremzedelerin kendi imkânlarıyla hayatta kalma mücadelesi vermelerine neden olmuştur. Bu süreçte en temel insani

ihtiyaçlara bile erişim sağlanamamış, yardım dağıtımında ise ciddi bir koordinasyon eksikliği yaşanmıştır. Bu durumu bir katılımcı *"Ne su ne de yemek ilk gün hiçbir şey yoktu. Çeşmeden akan su bile çamurluydu. Yaklaşık 2 gün kadar doğru düzgün bir şey yemedim."* (K4) şeklinde ifade etmiştir.

Benzer şekilde, yardımların çoğunlukla bireysel çabalarla organize edilmesi ve dağıtım sürecinde yaşanan belirsizlikler de afetzedeleri çaresiz bırakmıştır. Katılımcılardan biri bu durumu *"Çevreden çok fazla yardım geliyordu ancak yardımı getiren tırcı bile erzakları nereye bırakacağını bilmiyordu. Hatta bir tırcı ihtiyacınız olmasa bile eşyaları boşaltın geri döneceğim dedi. Bu yüzden plansız şekilde toplanıp yollanan yardımların çoğu heder oldu."* (K17) şeklinde aktarmıştır.

Özellikle dezavantajlı grupların özel ihtiyaçlarının göz ardı edilmesi de dikkat çekici bir sorundur. Kadınlar, bebekler, yaşlılar ve kronik hastalığı olan bireyler için gerekli hijyen malzemeleri, bebek bezleri ve ilaçların sağlanamaması, deprem sonrası travmatik süreci daha da zorlaştırmıştır. Bir katılımcı bu durumu şu sözlerle dile getirmiştir: *"Lohusaydım, kanamam çoktu ancak ped yoktu. Bebeğimin bez ihtiyacı konusunda da çok sıkıntı yaşadım. 2. günün sonuna doğru başka bir depremzede kendi çocuğunun bezlerinden birini verdi."* (K14) Başka bir katılımcı ise yaşadığı güçlüğü *"Deprem olduğunda o kadar kaygı doluydum ki erken regl oldum ve kanamam çok yoğundu. Ama maalesef ped bulma şansım yoktu. Tuvaletlerimizi bile en kapalı sayılabilecek yerlere yapıyorduk. Kısacası hijyen sıfırdı."* (K1) şeklinde ifade etmiştir.

Ayrıca olumsuz hava koşulları ve kapanan yollar nedeniyle bazı köylere hiçbir yardımın ulaşamadığı, bazı bireylerin ise sadece yakınlarının getirdiği yardımlarla temel ihtiyaçlarını karşılayabildiği tespit edilmiştir. Hatta kimi depremzedeler, hayatta kalabilmek adına marketlerden zorunlu ihtiyaçları yağmaladıklarını belirtmiştir. Katılımcılardan biri bu durumu şöyle aktarmıştır: *"İkinci deprem olunca Kahramanmaraş'taki yollar tamamen kapandı ve tam donanımlı yardım ancak bir hafta sonra geldi. Yardım alabileceğimiz bir yer yoktu. Çocuklar vardı evde ve mecburen marketten biz de ürün aldık."* (K11)

Bu bulgular, afet sonrası hizmet organizasyonunun ne denli yetersiz kaldığını ve toplumun en kırılgan kesimlerinin sistematik olarak ihmal edildiğini göstermesi açısından önemlidir.

- **Deprem Sonrası Psikolojik Tepkiler ve Travma Belirtileri**

Deprem sonrasında yaşanan psikolojik etkiler, felaketi yaşayan her birey

için aynı şekilde seyretmemiştir. Enkaz altında kalan, yakınlarını kaybeden ya da evini yitiren bireyler ile sadece sarsıntıyı hisseden, ailesi sağ kalan ya da maddi kayıp yaşamayan bireylerin deneyimleri farklı olmuş, bu durum psikolojik tepkilerin çeşitlenmesine neden olmuştur. Katılımcıların ifadeleri, travmanın kişisel deneyim ve kayıplara bağlı olarak farklılaştığını açıkça ortaya koymuştur.

Katılımcıların büyük bölümünde ortak olarak gözlemlenen psikolojik tepkiler ise şu şekilde öne çıkmıştır: Uykuya dalmada ve uykuda kalmada güçlük, sürekli sarsıntı hissi, nefes alamama, yoğun öfke patlamaları, panik ataklar, her gece deprem saatine yakın alarm kurup uyanma davranışı, yıl dönümlerinde atakların tekrarı, kalp çarpıntısı, donuklaşma, hayattan keyif alamama, unutkanlık, odaklanamama, dikkatte azalma, ikircikli duygular, ağlama krizleri ve madde kullanımına yönelme gibi birçok travmatik belirti sıkça bildirilmiştir.

Bu durumu özellikle ağır yaşayan katılımcılardan biri, Hatay'dan taşınmak zorunda kaldıktan sonra yaşadığı süreci şu sözlerle aktarmıştır: *"Bir sene boyunca işe gidemedim. Uykularımdan sıçrayarak uyandım. Sosyal medyada her deprem haberi gördüğümde, aynı anı tekrar yaşıyordum. Yoğun öfke patlamaları ve ağlama krizleri geçiriyordum. İstanbul gibi kalabalık ve deprem riski taşıyan bir şehirde yaşamak, kaygılarımı iki kat artırdı. Yüksek binaların yanından geçemedim, tek başıma dışarı çıkamadım. Toplu taşımaya binemedim. Panik ataklarım arttı. En kötüsü de kimsenin beni anlayamamasıydı. Sonra ölüm haberleri geldikçe hiçbir şeyden keyif alamadım, her şey anlamsızdı. 'Benim hayatım bitti, bir daha eskiye dönemeyeceğim.' dedim."* (K1) Bu ifade, travmatik deneyimlerin bireylerin hayatla bağ kurma biçimini nasıl kökten değiştirdiğini ve iyileşmeye dair umutlarını nasıl törpülediğini göstermesi açısından çarpıcıdır.

Benzer şekilde birçok katılımcı, yaşadığı kaygı ve travmatik belirtiler nedeniyle gündelik hayatlarında ciddi zorluklar yaşadıklarını, geçmişte keyif aldıkları hiçbir şeyden eskisi gibi haz duyamadıklarını, en ufak sarsıntı hissinde bile panik atak geçirdiklerini belirtmişlerdir. Bu bulgular, deprem sonrası psikolojik desteğe duyulan ihtiyacın yalnızca kısa vadeli değil, uzun vadeli bir süreç olarak ele alınması gerektiğini de ortaya koymaktadır.

- **Psikososyal Destek Yetersizliği**

Deprem sonrası psikososyal destek hizmetlerinin yetersizliği, katılımcıların ifadelerinde sıkça dile getirilen önemli bir sorun olmuştur. Katılımcıların bir

bölümü, yaşanan yıkım ve temel ihtiyaçların karşılanmasına öncelik vermeleri nedeniyle psikososyal desteği ikinci plana attıklarını belirtirken, diğer bir bölümü böyle bir hizmetin sunulduğundan dahi haberdar olmadıklarını ifade etmiştir. Psikolojik desteğe özellikle çocukları için ihtiyaç duyduklarını aktaran katılımcılar da olmuş, ancak bu konuda yeterli hizmet ve bilgilendirme yapılmadığı belirtilmiştir.

Katılımcılardan bazıları, depremin üzerinden 2-3 ay geçtikten sonra bazı belediyeler tarafından psikososyal destek hizmetlerinin açıldığını, ancak bu hizmetlere erişimin de ulaşım zorlukları nedeniyle sınırlı kaldığını aktarmıştır. Dört katılımcı ise kendi imkanlarıyla bir psikoloğa gittiğini bildirmiştir. Bu kişilerden ikisi yaşadıklarını ve hislerini paylaşmanın kendilerine iyi geldiğini ifade ederken, biri psikolojik desteğin kendisi için anlamlı bir fark yaratmadığını belirtmiştir. Bir diğer katılımcı (K1) ise iki farklı psikoterapistle belli aralıklarla tek seferlik görüşmeler gerçekleştirdiğini, ancak travma alanında yeterli bilgi ve deneyime sahip olmadıklarını düşündüğü için terapötik bağ kuramadığını aktarmıştır. Özellikle terapistlerden birinin kendisine "Hepimizin dertleri var, dünyada ne sıkıntılar var." şeklindeki yaklaşımı, katılımcının yaşadığı büyük travmanın küçümsendiğini hissetmesine ve *"Sana kendinden başka kimse yardım edemez."* düşüncesine kapılmasına neden olmuştur. Bu ifade, travma gibi büyük felaketlerde psikososyal destek sağlayacak uzmanların, travma psikolojisi ve psikolojik ilk yardım konularında yeterli donanıma sahip olması gerektiğini çarpıcı biçimde ortaya koymaktadır.

Bir diğer katılımcı (K14) ise yalnızca psikososyal desteğin sunulmaması değil, sürecin yönetiliş biçiminin de psikolojik etkilerini derinleştirdiğini şu sözlerle ifade etmiştir: *"Psikolojik destek sağlamadıkları gibi, psikolojimizi kendimizin toparlamasına bile fırsat tanınmadı. Ölülerimize bile üzülemedik, yas süreci yaşayamadık. Acımıza odaklanamadık. Hemen hayatta kalma ve hayat mücadelesine girişmek zorunda kaldık."* (K14) Bu ifade, yalnızca psikososyal desteğin eksikliğine değil, aynı zamanda toplumun yas ve travma süreçlerini sağlıklı bir şekilde yaşayabileceği alan ve zamanı bulamamasının bireysel psikolojik iyilik halini ne denli olumsuz etkilediğini gözler önüne sermektedir.

- **Başa Çıkma ve İyileşme Süreci**

Deprem sonrası başa çıkma ve iyileşme sürecinin de her birey için farklı seyrettiği katılımcı ifadelerinden anlaşılmaktadır. Katılımcıların bir bölümü, yaşadıkları kayıplar ve tamamen değişen hayat düzenleri nedeniyle hâlâ iyi-

leştiklerini hissetmediklerini, yalnızca yaşananlara alışmaya çalıştıklarını ifade etmiştir. Bu kişiler, hayatlarını artık depreme göre planladıklarını ve hiçbir zaman deprem öncesindeki gibi hissetmediklerini belirtmişlerdir. Bir katılımcının ifadesi bu durumu şöyle özetlemektedir: *"İyileştiğimi düşündüğüm bir an olmadı. Hâlâ sarsıldığımı hissettiğim anlar oluyor. Gece uyurken sürekli 'ya tavan yıkılırsa ya deprem olursa' diye düşünüyorum. Tüm hayatım resmen kaygı, korku ve deprem olma düşüncesiyle dolu. Hayat çok boş."* (K2)

Bazı katılımcılar ise, hissettikleri acıyla yakın çevrelerinden güç alarak başa çıkmaya çalıştıklarını ifade etmiştir. Özellikle deprem bölgesinden temelli taşınmanın, kimi katılımcıların iyileşme sürecine olumlu katkı sağladığı görülürken; bazı katılımcılar ise, kendileriyle aynı travmayı yaşayan bireylerle bir arada bulunmanın ve ortak acıyı paylaşmanın başa çıkma süreçlerini kolaylaştırdığını belirtmiştir. Bu kişiler, aynı deneyimi yaşamış insanlarla kurdukları duygusal bağın iyi hissettirdiğini ve anlaşılma hissini güçlendirdiğini aktarmıştır.

Anne olan depremzedeler, çocuklarıyla vakit geçirmenin ve onların varlığının kendilerini güçlü hissettirdiğini paylaşırken; bazı katılımcılar da mesleklerine ve eğitimlerine devam etmenin, para kazanmaya başlamanın ve sosyal ortamlarda bulunmanın başa çıkma süreçlerinde etkili olduğunu ifade etmiştir. Bir katılımcının *"İstanbul'a üniversite için gelmek bana iyi geldi. Sürekli bir şey yapmak, yeni insanlarla tanışmak, derslere odaklanmak depremi düşünmemi engelliyordu. Zamanla normal bir genç kız gibi hissetmeye başladım ve belirtilerin azaldığını fark ettim."* (K10) ifadesi, bu durumu somut biçimde yansıtmaktadır.

Tüm bu ifadeler, başa çıkma ve iyileşme sürecinin kişisel, sosyal ve çevresel faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösterdiğini, aynı olayı yaşayan bireylerin bile birbirinden çok farklı psikolojik süreçler geçirdiğini göstermektedir.

Aşağıdaki bölümde, çalışmanın tematik analiz yöntemiyle ulaştığı bulguları desteklemek ve sürecin bireysel düzeydeki etkilerini somutlaştırmak amacıyla görüşme yapılan katılımcılardan iki kişinin yaşantısına yer verilmiştir. Örnek vaka olarak seçilen katılımcıların deneyimleri, deprem sonrası yaşanan kaynak yetersizlikleri, psikososyal destek eksikliği ve başa çıkma süreçlerini anlamak açısından önemli ipuçları sunmaktadır.

Örnek Vaka 1- T.B. (35), Hatay

Katılımcı T.B., 35 yaşında, deprem öncesinde Hatay'da kadın kuaförlüğü yapan ve üç çocuk annesi bir kadındır. 6 Şubat 2023 tarihinde gerçekleşen,

Kahramanmaraş merkezli 7.7 ve 7.6 büyüklüğündeki depremlere, çocuklarıyla birlikte yaşadığı beş katlı apartmanın en üst katında yakalanmıştır.

Depremden yaklaşık üç ay önce boşanmış olan T.B., deprem anını *"kıyamet günü gibiydi"* sözleriyle ifade etmiş; yoğun sarsıntı sırasında elektriklerin kesildiğini, yürümekte zorlandığını ve başını kapıya çarptığını belirtmiştir. Yatağa devrilen gardırop nedeniyle çocuklarına ulaşmakta zorlanması, felaket anında barınma koşullarının doğrudan can güvenliği üzerindeki etkisini gözler önüne sermektedir.

Katılımcı, deprem anında büyük oğlunun şoka girerek gülmeye başladığını, diğer oğlunun ise deprem boyunca uyanmadığını aktarmıştır. Bu durum, travmatik deneyimler karşısında bireylerin ve çocukların farklı tepkiler gösterebileceğinin çarpıcı bir örneğidir ve çalışmanın travma sonrası psikolojik etkiler ve başa çıkma süreçleri temasıyla örtüşmektedir.

Dolabı iterek kendi imkânlarıyla çocuklarını kurtaran T.B., eline geçen ilk giysilerle çocuklarını giydirdiğini ve panik halinde dışarı çıkmaya çalıştığını ifade etmiştir. Merdivenlerden güçlükle indiklerini, bu sırada binanın duvarlarının çökmeye başladığını belirtmiştir. Dışarı çıktığında, mahallenin büyük bir kısmının yıkıldığını ve ortamın yoğun tozla kaplandığını "Tüm mahalle yok olmuştu. Yol yoktu, binalar üst üste yıkılmaktan dağ olmuştu." sözleriyle betimleyen T.B., afet bölgesinde yaşanan altyapı yetersizliklerini somut bir biçimde ortaya koymuştur.

Ayrıca, deprem sonrası kesilen iletişim hatları nedeniyle telefonların çalışmaması, depremi yaşayan bireylerin yakınlarıyla irtibat kuramaması, çalışmanın kaynaklara erişim ve kriz yönetimi teması altında değerlendirilen önemli bulgulardan biridir. Katılımcı, bu eksikliği *"Telefonlar hiçbir şekilde çekmiyordu, aileme ulaşamıyordum. Yaşıyor olduklarından emin değildim. Üstelik telefonumun şarjı da yoktu. Sanki bir korku filminin içindeydik."* sözleriyle ifade etmiştir.

Yaklaşık üç saat boyunca çocuklarıyla birlikte yağmur altında beklediklerini, bu süre zarfında enkaz altından gelen yardım çağrılarını duyduklarını ve bazı kişilerin binadan atlamaya çalıştığını aktarması, güvenli toplanma alanlarının eksikliği ve kriz müdahale ekiplerinin gecikmesinin bireyler üzerinde yarattığı travmatik etkileri gözler önüne sermektedir.

Sonrasında, tanımadığı birinin aracıyla yardım beklemeye devam eden T.B., yolların kapanması nedeniyle insanların çıplak elleriyle yolları açmaya çalıştığını ve bazı kişilerin yaralı olduklarının farkında bile olmadıklarını belirtmiştir. Bu anlatım, arama kurtarma çalışmalarındaki yetersizlik ve profesyonel ekip

eksikliğinin, halkı çaresizlik içinde kendi imkânlarıyla mücadele etmeye zorladığını göstermesi açısından önemlidir.

Depremin hemen ardından eski eşinin kendilerini almasıyla çocuklarıyla birlikte köydeki evlerine gitmişlerdir. Burada iki gün boyunca temel ihtiyaçlara erişimde ciddi sıkıntılar yaşadıklarını, içme suyu bulamadıklarını ve çeşmeden akan suyun çamurlu olduğunu paylaşmıştır. Katılımcının aktardığına göre, yardımların ulaşmaması nedeniyle insanlar market ve bakkalları yağmalayarak su ve yiyecek temin etmeye çalışmıştır. Bu durum, kriz yönetimi ve afet sonrası temel ihtiyaçların karşılanmasındaki gecikmenin, halk üzerindeki doğrudan etkisini göstermesi bakımından çalışmanın kaynaklara erişim temasıyla örtüşmektedir.

Yardımların oldukça geç ulaştığını belirten T.B., Hatay'da devam eden artçı sarsıntılar nedeniyle çocuklarıyla bir süreliğine Mersin'e gittiklerini, bu süreçte ise birçok yakınının cenazesine katılamadığını dile getirmiştir. Özellikle sivil toplum kuruluşlarından sağlanan yardımların kendileri için yaşamsal öneme sahip olduğunu vurgulaması, devlet kurumlarının yardım ulaştırma ve saha organizasyonu konusunda yetersiz ve gecikmeli kalmasının, afet sonrası süreçte sivil toplum kuruluşlarının hem psikososyal hem de maddi destek sağlama işlevini ne denli kritik hâle getirdiğini ortaya koymaktadır.

Barınma sorununu uzun bir süre kendi imkânlarıyla çözmeye çalışan T.B., ailesinin yanında tek bir odada kalabalık şekilde yaşadıklarını, yaklaşık 2-3 ay sonra kurumlara konteyner talebinde bulunduğunu ancak bu talebinin reddedildiğini ifade etmiştir. Bir yurt müdürüyle görüşerek yaşadığı çaresizliği dile getirmesi üzerine geçici süreyle bir oda sağlanmış, depremin ardından aylar geçtikten sonra Hatay'da iş bulmuş ve sonrasında kendisine bir konteyner tahsis edilmiştir. Halen çocuklarıyla birlikte bu konteynerde yaşamını sürdüren katılımcı; ulaşım, su, elektrik ve internet gibi temel hizmetlere erişimde zorluk yaşadıklarını, konteyner kentin hayvanların yaşam alanına kurulması nedeniyle fare ve yılan gibi hayvanlardan korkarak yaşadıklarını ve şiddetli yağışlarda mağduriyet yaşadıklarını belirtmiştir. Bu anlatılar, çalışmanın barınma problemleri ve yaşam koşullarının iyileştirilmesi ihtiyacı temasını destekler niteliktedir.

T.B., deprem sonrası dönemde tansiyon problemleri, saç dökülmesi ve cilt rahatsızlıkları yaşadığını, yaklaşık sekiz ay boyunca sürekli sarsıntı hissine kapıldığını ve uyku problemleri yaşadığını ifade etmiştir. En küçük çocuğunun ise panik atak, uykudan ağlayarak uyanma, sürekli gergin ve öfkeli olma, derslerine ilgisizlik gibi psikolojik belirtiler geliştirdiğini aktarması, travma sonrası

çocuk ve ergenlerde psikososyal destek yetersizliğinin doğrudan sonuçlarına işaret etmektedir.

Deprem sonrası yaşadıklarıyla başa çıkmada yakın çevresinin ve çocuklarının iyileştirici gücünden bahseden depremzede, buna rağmen yaşamın anlamsız gelmesi ve artık mutlu olamama hissinin sürdüğünü belirtmiştir. Bu durum, afet sonrası travmanın yalnızca fiziksel değil, uzun süreli psikolojik ve varoluşsal boyutlara da sahip olduğunu; bireylerin kimi zaman sosyal destek unsurlarına rağmen anlam arayışında zorlandığını ve psikososyal müdahale ihtiyacının sürekliliğini gözler önüne sermektedir.

Görüşme sırasında zaman zaman gözyaşlarına hâkim olamayan T.B., bu görüşmenin kendisine iyi geldiğini ve eğer deprem sonrası profesyonel psikososyal destek sağlanmış olsaydı hem kendisinin hem de çocuklarının çok daha hızlı toparlanabileceğini düşündüğünü dile getirmiştir. Bu ifade, çalışmada sıkça vurgulanan psikolojik destek ihtiyacının bireysel düzeydeki yansıması olarak değerlendirilebilir.

Sonuç olarak, bu vaka çalışması; afet sonrası dönemde barınma, kaynaklara erişim ve psikososyal destek eksikliğinin, bireylerin uzun vadeli fiziksel ve psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisini ve temel yaşam ihtiyaçlarına erişimde yaşanan güçlüklerin iyileşme süreçlerini nasıl olumsuz etkilediğini doğrudan ortaya koymaktadır.

Örnek Vaka 2- M.B. (26), Hatay

Katılımcı M.B., 26 yaşında, üniversite mezunu bir kadındır. 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen, merkez üssü Kahramanmaraş olan 7,7 ve 7,6 büyüklüğündeki depremlere Hatay'da annesiyle birlikte yakalanmıştır. Depremin ardından ailesiyle İstanbul'a taşınan katılımcı ile görüşme bireysel ve yüz yüze gerçekleştirilmiş, yaklaşık 60 dakika sürmüştür.

Deprem anını hatırlamakta bazen güçlükler çektiği görülen katılımcı, depreme dört katlı bir binanın en üst katındaki dairelerinde yakalandıklarını belirtmiştir. Deprem anında kapının önüne düşen portmanto nedeniyle dışarı çıkamayan depremzede; mahsur kaldıkları süre boyunca yoğun baş dönmesi, mide bulantısı ve endişe hissettiğini aktarmıştır. Babası ve erkek kardeşinin İstanbul'da bulunması nedeniyle o an yalnızca annesiyle birlikte olduğunu ifade etmiş, yaşadığı duyguları *"Artık her şey bitti, burada öleceğiz ve kurtulamayacağız. Yaşamının sonuna geldin."* düşünceleriyle tanımlamıştır. Artçı depremlere de mahsur kaldıkları evlerinde yakalanan M.B., amcasının kendilerini kurtarmak

için gelmesi ile daireden çıkabildiklerini, merdivenlerden inerken yoğun baş dönmesi yaşadığını, o esnada başına bir şey düştüğünü fark ettiğini, şubat ayında olmaları sebebiyle kar yağışının olduğu bölgenin *"adeta mahşer alanı gibi"* olduğunu ifade etmiştir.

Deprem sonrasında binayı tahliye ettikten sonra amcasının aracına sığındıklarını ve İstanbul'dan babası gelene kadar yaklaşık iki gün boyunca bu araçta beklediklerini aktaran depremzede; bölgedeki yakınlarından haber alamadığını, yardım ekiplerinin ulaşamaması nedeniyle pek çok kişinin donarak yaşamını yitirdiğine tanıklık ettiğini ve beslenme ihtiyacını karşılamak için amcasının risk altında olan binaya girip donmuş yiyecekler temin etmek zorunda kaldığını belirtmiştir. Tuvalet ihtiyacının yol kenarlarında giderildiğini, artçı sarsıntılar nedeniyle güven duygusunun derinden sarsıldığını ve arabada uyuyamadıklarını ifade etmiştir.

Katılımcı, yaşadığı kaygı nedeniyle erken regl olduğunu ve hijyen koşullarının sağlanamadığını, bu tür durumlarda özellikle kadınlar gibi dezavantajlı grupların ihtiyaçlarının öncelikli olarak karşılanmasının önemini vurgulamıştır. *"Şahsi arabası olanlar şanslıydı. Dışarda kalanların yaşama şansı yok gibiydi. Benim Hatay'da kaldığım iki gün boyunca ne çadır ne başka bir barınma ya da beslenme desteği gelmedi."* ifadesiyle depremin hemen ardından barınma ve temel ihtiyaçların karşılanmasındaki yetersizliklere dikkat çekmiştir.

İtfaiye, polis ve hastanelerin yıkıldığı haberini aldıklarını, yolların yürünebilir durumda olmadığını ve Hatay'ın çevresinden habersiz oldukları için hareket etmekten korktuklarını ifade eden M.B., babalarının araçla almaya gelmesi sayesinde şehirden çıkabildiklerini aktarmıştır. *"Babam bizi araçla almaya geldiğinde şehirlerarası yolların açık olduğunu belirtti. İnsanlar yoğun korkudan dolayı asla şehir dışına çıkamadı."* ifadesi, deprem sonrası yaşanan bilgi eksikliği ve iletişim yetersizliklerinin yaratmış olduğu belirsizlik ortamını göstermektedir.

Katılımcı, İstanbul'a geldikten sonra bir yıl boyunca işe gidemediğini, sık sık uykularından sıçrayarak uyandığını, sosyal medyada gördüğü her deprem haberiyle birlikte deprem anında hissettiği yoğun kaygı ve çaresizlik duygularını tekrar yaşadığını belirtmiştir. Kalabalık ve deprem riski taşıyan İstanbul'da yaşamanın kaygılarını artırdığını, yüksek binaların yanında yürüyemediğini, toplu taşımaya binemediğini ve çok sayıda panik atak geçirdiğini ifade etmiştir. Yakın çevresinden gelen ölüm haberleri sonrasında ise "*hiçbir şeyden keyif alamama"* ve *"hayatın anlamsız olduğu"* düşüncelerine kapıldığını paylaşmıştır. *"Benim hayatım bitti, bir daha eskiye dönemeyeceğim."* ifadesi, sarsıcı travma-

tik deneyimlerin ardından bireylerin iyileşme umutlarının nasıl zedelendiğini göstermektedir.

Deprem sonrası iyileşme sürecinde katılımcı özellikle ilk 4-5 ay yaşadığı duyguların çok yoğun olduğunu, kendisine iyi gelen şeylerin İstanbul'daki akrabaları ile görüşmek ve onların evinde kalmak olduğunu ifade etmiştir. İstanbul'da geldikten bir süre sonra yaşadığı duygularla baş edemeyen M.B. psikiyatriste gittiğini belirtmiştir. Görüşme yaptığı psikiyatrist tarafından kendisine yaşadığı duyguların ilk 3 ay normal olduğu, ilaç almaması gerektiği, belirtiler devam ettiği takdirde ilaç desteği almasının daha makul olacağı paylaşılmasına rağmen depremzede, bir yakının başka bir psikiyatrik tanı sonucu verilen ilacını tek seferlik kullanmış ve sonucunda daha kötü semptomlar (benlikten kopma, yerinde duramama, panik atak) yaşamaya başlamıştır. Bu durum travmatik deneyimlerin ardından ilk süreçte duyguların deneyimlenmesine müsaade edilmediği takdirde daha kötü sonuçlarla karşılaşılabileceğini göstermektedir.

İlaç kullanımına karşı olumsuz bir tutum geliştiren katılımcı, bu kez iki farklı psikoterapistle tek seanslık görüşmeler yaptığını, ancak terapistlerin travma ve psikolojik ilk yardım konusunda yeterli donanıma sahip olmadığını düşündüğünü belirtmiştir. Özellikle terapistlerden birinin *"Hepimizin derdi var."* şeklindeki yaklaşımının yaşadığı travmanın küçümsendiğini hissettirdiğini ve kendisini anlaşılmamış hissetmesine neden olduğunu aktarmıştır. Bu deneyim, travma yaşayan bireylerle çalışacak uzmanların gerekli bilgi ve duyarlılığa sahip olmalarının önemini ortaya koymaktadır.

Kendisini *"eski M. ve yeni M."* şeklinde değerlendiren katılımcı; iyileşme isteği ile özellikle başlarda çok zorlansa da yanına birilerini alarak (benzer travmaya sahip annesi) yürüyüş yapmaya başladığını, AVM gibi daha geniş-yüksek tavanlı mekanlara girdiğini, eskiden yapmayı sevdiği davranışları (alışveriş, yemek yapma vb.) sergilemeye özen gösterdiğini, aşama aşama gittiği yerlerin mesafesini arttırdığını, sık sık akrabaları ile görüştüğünü, bir yıllık süre içerisinde başlarda zorla/iyileşme isteğiyle yaptığı davranışların zamanla kendisine "yeniden keyif vermeye" başladığını belirtmiştir. *"Ne zaman yaşadığım duyguların normal olduğunu kabul ettim o zaman korkmamaya başladım ve her seferinde telkinlerde bulundum. Bir süre sonra yaşadıklarım aklıma daha az gelmeye başladı mesela artık sallanmadım."* tarzındaki ifadeleri de iyileşme sürecinde sık başvurulan inkâr yönteminin iyileştirmeyi geciktirdiğini, yalnızca zamana ihtiyacı olan bireylerin büyük çoğunluğunda semptomların kendiliğinden geçeceğinin fark edilmesi açısından önemlidir.

Katılımcı ölümle yüzleşerek hayatını derinden tehdit eden deprem sonrası

"Hayatta her an değerli ve dolu dolu geçmeli." şeklindeki düşünce yapısından hareketle hayata tutunmaya çalıştığını ancak depremi yaşadığı Hatay'a gidecek cesaretinin olmadığını paylaşmıştır. Depremin üstünden 2 yıl geçmiş olmasına rağmen Hatay'ın hala *"eskisi gibi olmadığını",* ulaşım, altyapı sorunlarının devam ettiğini, sosyalleşebilecekleri bir alan olmadığını vurgulamıştır. Şu anda deprem hakkında daha kolay konuşabildiğini ifade eden M.B. depremle ilgili en büyük pişmanlığının *"herkese yardım edememek"* olduğunu paylaşmıştır.

Katılımcının yaşadığı deneyimler, deprem sonrası iyileşme sürecinde temel ihtiyaçlara erişimde yaşanan aksaklıkların ve psikososyal desteğin önemini açıkça ortaya koymaktadır. Türkiye gibi deprem riski yüksek bir ülkede, yaşanan her büyük felaketten sonra benzer sorunların tekrarlanması, bireysel ve kurumsal anlamda alınması gereken önlemlerin yeterince hayata geçirilmediğini ve toplumun kısa sürede "kendi normallerine" dönme eğiliminde olduğunu göstermektedir. Özellikle dezavantajlı grupların özel ihtiyaçlarının öncelikli olarak değerlendirilmesi ve travma yaşayan bireylerle çalışacak uzmanların bu alanda yeterli eğitim ve donanıma sahip olması gerekliliği bir kez daha önem kazanmaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma kapsamında derinlemesine görüşme yöntemiyle depremi deneyimleyen bireylerin yaşantıları, travma sonrası psikolojik etkileri, kaynaklara erişim engelleri, barınma sorunları, psikososyal destek eksiklikleri ve başa çıkma süreçleri incelenmiş; elde edilen bulgular doğrultusunda deprem sonrası müdahale süreçlerinin yeterliliği ve toplumun psikososyal ihtiyaçları değerlendirilmiştir. Katılımcıların ifadeleri hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli eksiklikleri ve ihtiyaçları ortaya koymuştur.

Öncelikle yaşanan yıkıcı depremlerde en kritik süreç olan ilk 24 saatteki müdahalelerin yetersizliği, organizasyon eksikliği ve koordinasyon problemleri dikkat çekmiştir. AFAD, belediyeler, askeri güçler ve gönüllü kuruluşlar arasında sağlıklı bir iş birliği kurulamadığı; merkezi bir kriz yönetim komitesinin bulunmaması nedeniyle bilgi akışının sağlanamadığı belirlenmiştir. Sosyal medyada yayılan bilgi kirliliği, yanlış haberlerin ve düzensiz iletişimin halk arasında panik ortamını artırdığı gözlemlenmiştir.

Altyapı ve lojistik yetersizlikler nedeniyle yardım ve arama-kurtarma çalışmalarında ciddi aksaklıklar yaşanmış; iş makinelerinin eksikliği nedeniyle bir-

çok arama çalışması çıplak elle ve insan gücüyle yürütülmek zorunda kalmıştır. Gönüllü kuruluşları yönlendirecek merkezi bir yapı olmaması, yardıma gelen kişilerin de mağduriyet yaşamasına yol açmıştır. Kamu otoriteleri ve gönüllüler arasında yaşanan anlaşmazlıklar sürecin daha da karmaşık hale gelmesine neden olmuştur. Nitekim bu durum, "Kontrol edilemeyen güç, güç değildir." ifadesini doğrular niteliktedir.

Yardım malzemelerinin güvenli şekilde ulaştırılamaması, yağmalamalar ve plansız dağıtımlar nedeniyle ciddi kaynak israfı yaşanmış; çadır sayılarının yetersizliği ve uygun olmayan yaşam koşulları mağduriyeti artırmıştır. Belediyeler ve yerel yönetim binalarının da hasar görmesi, merkezi yönetime olan ihtiyacı artırırken; askeri gücün sürece geç dahil olması arama kurtarma ve güvenlik önlemlerinde aksamaya yol açmıştır.

Altyapının zarar görmesi sonucu su, doğalgaz, yol ve köprü sistemlerinde ciddi sorunlar oluşmuş; yangınlar ve su baskınları kontrol altına alınamamıştır. Ayrıca, deprem bölgesinde üretim tesislerinin yıkılmasıyla birlikte işsizlik oranı artmış, psikolojik travma nedeniyle bazı kişiler iş imkânı bulsa dahi uzun süre çalışma hayatına dönmekte zorlanmıştır.

Alınması gereken önlemler ve çözüm önerileri açısından hem katılımcıların gözlemleri hem de literatürdeki çalışmalar değerlendirildiğinde, deprem sonrası süreçlerde yaşanan aksaklıkların giderilmesi ve olası felaketlere hazırlık amacıyla aşağıdaki öneriler sunulmaktadır:

- Altyapı güvenliği sağlanmalı, mevcut yapılar güçlendirilerek sağlam olmayan binalar yıkılmalıdır.
- Deprem yönetmeliğine uygun olmayan yapıların sayısı belirlenmeli, uygunsuz imar ve iskân izinleri iptal edilerek kentsel dönüşüm süreci hızlandırılmalıdır.
- Deprem sonrası toplanma alanları belirlenmeli, sayısı artırılmalı ve bu alanların rant projelerine açılması kesinlikle önlenmelidir.
- Acil müdahale ekipleri güçlendirilip eğitilmeli, kriz anında görev dağılımları önceden belirlenmiş ekipler hızlıca bölgeye sevk edilmelidir.
- Yerel yönetimler ve merkezi yönetim iş birliğiyle çalışmalı, gönüllü kuruluşlar merkezi bir organizasyon çatısı altında yönlendirilmelidir.
- Ailelerin afet anında ve sonrasında bir araya gelebileceği toplanma planları önceden yapılmalı, halk bu konuda bilgilendirilmelidir.
- Stratejik afet ve kriz yönetim planları hazırlanmalı ve düzenli tatbikatlar-

la güncelliği sağlanmalıdır.

- Halk afet bilinci ve ilk yardım eğitimi konusunda bilinçlendirilerek, deprem öncesi, anı ve sonrası için uygulanabilir bilgiler paylaşılmalıdır.
- Psikolojik ilk yardım ve psikoeğitim programları yaygınlaştırılmalı, depremzedelerin psikososyal desteklere erişimi sağlanmalıdır.
- İnsani yardım yönetimi konusunda eksiklikler giderilmeli, yardım malzemeleri güvenli ve düzenli şekilde bölgeye ulaştırılmalıdır.
- Arama kurtarma ekiplerine, maden işçileri gibi bu alanda deneyimli personel dahil edilmelidir.
- İletişim altyapısı güçlendirilmeli, afet anında haberleşme kesintilerine yönelik önlemler alınmalıdır.
- Deprem sonrası konteyner kentler ve geçici yaşam alanları oluşturulmalı, riskli bölgelerdeki halk güvenli alanlara tahliye edilmelidir.
- Her birey yaşadığı binanın sağlamlık raporunu almalı, gerekli durumlarda yapı güçlendirilmesi ya da bina değişimi yapılmalıdır.
- Deprem vergisi ve sigortası konusunda halk bilinçlendirilmeli, uygulamalar teşvik edilmelidir.

Sonuç olarak; afet sonrası yaşanan travmalar yalnızca fiziksel kayıplarla sınırlı kalmamakta, toplumsal yapıyı, ekonomiyi ve psikolojik dayanıklılığı doğrudan etkilemektedir. Bu nedenle hem devletin hem de bireylerin sorumluluk alması; bilinçli, dayanıklı ve hazırlıklı bir toplum yapısının oluşturulması gerekmektedir. Unutulmamalıdır ki; "Önlemek, ödemekten daha kolaydır."

KAYNAKÇA

AFAD. (2025). *Açıklamalı Afet Yönetimi Terimleri Sözlüğü.* https://www.afad.gov.tr/aciklamali-afet-yonetimi-terimleri-sozlugu

Anayasa Mahkemesi. (1973). E: 1973/1, K: 1973/18; 17.04.1973 tarihli ve 14640 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanan karar. T.C. Resmî Gazete.

Boğaziçi Üniversitesi Kandilli Rasathanesi ve Deprem Araştırma Enstitüsü. (2025). *Deprem nedir?* http://www.koeri.boun.edu.tr/sismo/bilgi/depremnedir/

Büyükkaraciğan, N. (2016). *Türkiye'de Yerel Yönetimlerde Kriz ve Afet Yönetim Çalışmalarının Değerlendirilmesi.* Selçuk Üniversitesi Sosyal ve Teknik Araştırmalar Dergisi,3(12), 195-219.

Dayanır, H., Çınar, A.K., Akgün, Y. ve Çorumluoğlu, Ö. (2022). *Delphi yöntemi kullanarak afet sonrası geçici barınma alanı seçimi ve planlaması ölçütlerinin belirlenmesi: İzmir/Seferihisar örneği.* Doğal Afetler ve Çevre Dergisi, 8(1), 87-102.

Edemen, M., Okkay, M., Tugrul, R., Kurt, M. Ş., Bircan, O., Yoldaş, H., ... & Aslan, A. (2023). *Deprem Nedir? Nasıl Oluşur? Türkiye'de Oluşmuş Depremler ve Etkileri Nelerdir? Depremlere Karşı Alınabilecek Tedbirler Hususunda Öneriler.* International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR), 10(93), 719-734.

Ehlers A, Clark DM. (2000). *A Cognitive Model of Posttraumatic Stress Disorder*. Behav Res Ther 38: 319-45.

Erdem, T. (2023). *6 Şubat 2023 Depremini Sosyolojik Açıdan Okumak.* https://www.sde.org.tr/tevfik-erdem/genel/6-subat-2023-depremini-sosyolojik-acidan-okumak-kose-yazisi-29631

Etimoloji Türkçe. (2025). *Türkçe Etimoloji Sözlüğü*. https://www.etimolojiturkce.com

Gökalp, S. S., & Çolakoğlu, M. (2025). *Afet Yönetimi; Devletin Pozitif Yükümlülüğü ve İdarenin Sorumluluğu.* Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi, 29(1), 111-157. https://doi.org/10.34246/ahbvuhfd.1562909

Karahan, F. (2024, Nisan). *Deprem ve hukuki haklar: Bireylerin ve toplumun korunması için bilinmesi gerekenler.* Faruk Karahan Hukuk Blogu. https://www.farukkarahan.com/deprem-ve-hukuki-haklar-bireylerin-ve-toplumun-korunmasi-icin-bilinmesi-gerekenler-nedir/

Mesken ve Kentsel Strateji. (2023). *Deprem Sonrası İyileştirme ve Yeniden Yapılaşma Stratejileri*. https://www.mesken.org.tr/upload/Node/46756/files/Deprem_Sonrasi_I_yiles_tirme+4.pdf

Selçuk, N. (2024). *Deprem Sonrası Ortaya Çıkan Dayanışma Ağları ve Gerilim Hatlarının Sosyolojik Analizi: 6 Şubat Depremleri Örneği*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (53), 21-35. https://doi.org/10.52642/susbed.1335814

Şahin, Ş., (2019). *Türkiye'de bütünleşik afet yönetiminin geliştirilmesi.* International Science and Engineering Applications Symposium on Hazards 2019, 25-27 Eylül, Karabük, 351-359.

T.C. Anayasası. (1982). *Türkiye Cumhuriyeti Anayasası*. Resmî Gazete, 9 Kasım 1982, Sayı: 17863.

TMMOB. (2007). *Afet Sempozyumu Bildiriler Kitabı* (5-7 Aralık 2007, Ankara). Türk Mühendis ve Mimar Odaları Birliği. https://www.tmmob.org.tr/sites/default/files/dea61eed4bceec5_ek.pdf

Türk Dil Kurumu. (2025). *Güncel Türkçe Sözlük*. https://sozluk.gov.tr

Türk Kızılayı. (2008). *Afetlerde Psikososyal Destek Uygulama Rehberi.* Ankara: Türk Kızılayı Yayınları.

Türkiye İnsan Hakları ve Eşitlik Kurumu. (2023). *Deprem Sonrası Yaşananlara İlişkin İnsan Hakları ve Ayrımcılık Hukuku Bağlamında İzleme Raporu*. https://www.tihek.gov.tr/kategori/pages/Deprem-Sonrasi-Yasananlara-iliskin-insan-Haklari-ve-Ayrimcilik-Hukuku-Baglaminda-izleme-Raporu-

UNICEF (2015). *Van Erciş depremleri sonrası yürütülen psikososyal destek programlarının değerlendirilmesi*. https://www.unicef.org/turkiye/media/5471/file/VAN%20ERCİŞ%20Depremleri%20Sonrası%20Yürütülen%20Psikososyal%20Destek%20Programlarının%20Değerlendirilmesi%202015.pdf

Yıldız, M. İ., Başterzi, A. D., Yıldırım, E. A., Yüksel, Ş., Aker, A. T., Semerci, B., ... & Hacıoğlu Yıldırım, M. (2023). *Deprem Sonrası Erken Dönemde Koruyucu ve Tedavi Edici Ruh Sağlığı Hizmeti-Türkiye Psikiyatri Derneği Uzman Görüşü*. Turkish Journal of Psychiatry, 34(1).

Yilmaz, A. (2012). *Türkiye'de afetlerde karşılaşılan sorunlar.* Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi, 1(1), 61-81.

İrem ÖZER
Nişantaşı Üniversitesi Yüksek Lisans Enstitüsü
Psikoloji
psk.dan.iremozer@gmail.com

VAKA ADI:

ROMANTİK İLİŞKİLERDE FEDAKARLIK DAVRANIŞLARININ BAĞLANMA STİLLERİ İLE İLİŞKİSİ: ÇOKLU VAKA ANALİZİ

ÖZET

Bu araştırma, romantik ilişkilerde fedakârlık davranışlarının bireylerin bağlanma stilleriyle ilişkisini betimleyici nitel araştırma yöntemiyle incelemeyi amaçlamaktadır. Psikoterapi sürecine dâhil olmuş ve geçmiş romantik ilişkilerinde belirgin düzeyde fedakârlık sergilemiş 32 bireyden elde edilen veriler, çoklu vaka analizine dayalı tematik analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir. Örneklem grubunu 20–45 yaş aralığında, 22 kadın ve 10 erkek oluşturmuştur. Veri toplama süreci, doğal terapötik görüşmeler ve seans notlarına dayalı yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla yürütülmüştür. Analiz sürecinde "suistimal edilen fedakârlık", "benliğin kaybolması", "ayrılığın ertelenmesi" ve "toplumsal rol baskısı" gibi temalar ön plana çıkmıştır. Bulgular, özellikle kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde fedakârlığın bir tür ilişkiyi sürdürme stratejisi olarak işlev gördüğünü; bireyin özdeğer algısının, partnerin memnuniyetine koşullu hâle geldiğini ortaya koymaktadır. Araştırma, bağlanma stillerinin yalnızca ilişkisel yakınlığı değil, bireyin ilişkideki davranışsal sınırlarını ve duygusal direncini de belirlediğini göstermektedir. Bu bağlamda çalışma, romantik ilişkilerde fedakârlık eğilimlerinin, bireyin erken dönem bağlanma

**Tüm katılımcıların kimlikleri gizli tutulmuş, veriler anonimleştirilmiştir.

deneyimleriyle doğrudan ilişkili olduğunu vurgulamakta; psikodinamik bir perspektiften özgün ve niteliksel bir katkı sunmayı hedeflemektedir.

Anahtar Kelimeler

Fedakârlık, Bağlanma Stilleri, Romantik İlişkiler, Tematik Analiz, Psikodinamik Kuram, Nitel Araştırma, Çoklu Vaka Analizi, Özdeğer, Duygusal Bağımlılık

GİRİŞ

Romantik ilişkilerde sergilenen fedakârlık davranışları, bireyin bağlanma örüntüleri ve erken dönem bakım veren figürlerle kurduğu ilişkisel dinamiklerin süreğen bir yansıması olarak değerlendirilebilir. Bowlby'nin bağlanma kuramına dayalı olarak geliştirilen güvenli, kaygılı ve kaçıngan bağlanma stilleri; bireylerin ilişki içerisinde kendilerini konumlandırma biçimlerini, sınır belirleme kapasitelerini ve öz-değer algılarını biçimlendirmektedir. Bu bağlamda, özellikle duygusal yakınlık ihtiyacının yoğun olduğu bağlanma stillerinde, bireylerin ilişkiyi sürdürebilmek adına duygusal, fiziksel ve ekonomik alanlarda özveride bulunmaları sıkça gözlemlenen bir durumdur. Fedakârlık davranışı, her birey için yapısal olarak benzer bir içeriğe sahip olmasa da, bağlanma biçimlerinin etkisi altında ilişki dinamikleri içerisinde belirli örüntüler çerçevesinde ortaya çıkmaktadır.

Bu çalışmada, biri erkek ikisi kadın olmak üzere toplam üç yetişkin danışanın romantik ilişkilerinde gösterdikleri fedakârlık davranışları, çoklu vaka analizi yöntemi ile incelenmiştir. Betimleyici nitel araştırma deseni kapsamında yürütülen çalışmada, danışanlarla yapılan yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilen veriler, tematik analiz yöntemiyle çözümlenmiştir. Elde edilen bulgular, danışanların ilişki içerisinde duygusal, fiziksel ve ekonomik boyutlarda çeşitli düzeylerde fedakârlık davranışları sergilediklerini ortaya koymuştur. Bu davranışların, bireylerin bağlanma stilleriyle doğrudan ilişkili olduğu; özellikle kaygılı bağlanan bireylerde terk edilme korkusu ve onay arayışı ile tetiklendiği; kaçıngan bağlanan bireylerde ise yakınlık ihtiyacına karşı geliştirilen mesafeli ve bağımsızlık temelli tutumlarla farklılaştığı gözlemlenmiştir. Çalışma, fedakârlık davranışlarını sadece ilişkisel bir tercih olarak değil, aynı zamanda bireyin içsel bağlanma temsillerini dışa vuran dinamik bir süreç olarak ele almaktadır.

PROBLEMİN TANIMI

İnsan, sosyal bir varlıktır tanımlaması kişilerarası yakın ilişkilerin bireyin yaşam doyumu, kimlik gelişimi ve sosyal işlevsellikleri bakımdan temel bağlamları oluşturmaktadır. İlişkiler bağlanma ile başlar ve henüz erken çocukluk dönemindeyken elde edilen deneyimler güven, yakınlık ve sadakat gibi dinamikleri şekillendirir. Bu dinamikler ise yetişkin hayatta romantik bağlarla kendisini gösterme fırsatı yakalar. Romantik ilişkiler olumlu duygularla tanımlandığı gibi beklenti, çatışma, hayal kırıklığı ve uyuşmazlık gibi duyguları da barındırmaktadır. Bu bağlamda fedakarlık kavramını ele aldığımızda ilişkilerin sürdürülebilirliğinde kritik öneme sahip olurken aynı şekilde bireyin psikolojik sınırlılığı ve özdeğeri üzerindeki etkileri dikkat çekicidir.

Fedakarlık Kavramının Psikolojik Arka Planı

Fedakarlık, kişinin kendi beklenti ve çıkarlarını ikinci plana atarak öncelikli olarak karşısındaki kişinin yararını gözetmesi olarak tanımlanabilir. Araştırmacılar fedakarlığın aktif (olumlu) ve pasif (olumsuz) olacak şekilde iki türünü tanımlamıştır (Van Lange vd., 1997). Romantik ilişkilerde çoğunlukla zaman, emek, maddi manevi destek ve duygusal yatırımlar yapılmaktadır. Aktif fedakarlık gösteren kişi kendisini planlama konusunda özellikle yapmak istediği bir şey olmadığında bu boşluğu partneri ile aktivite içinde ya da onun uğruna bir şeyler yaparak geçirmektedir. Aktif fedakarlık türünde kişide isteklilik ve bir doyum söz konusudur. Bu bağlamda ilişkinin doyumu da bu oranda artış göstermektedir. Pasif fedakarlıkta ise kişinin partneri için kendisine ait durumlardan ve kurallardan vazgeçişi veya istenmeyen bir duruma partneri için maruz kalma durumu vardır. (Van Lange et al., 1997) Literatürde yapılan fedakarlıkların güvenli bağlılık ve karşılıklı olması durumunda ilişkinin doyumunu artırıcı etkisi varken fedakarlık tek yönlü olduğunda kişisel sınırlar ihlal edildiğinde kişinin özdeğeri zarar görmektedir. Özellikle pasif fedakarlığın çoğunlukla taraflardan biri tarafından yapılması, o kişinin tükenmişlik ve kaygı hissetmesine , düşük benlik algısı ve bağımlılık geliştirmesine uzun vadede ise depresyon yaşamasına neden olmaktadır. (Jordan, 1991; Whitton, Stanley ve Markman, 2007).

Fedakarlık Kavramının Bağlanma Kuramı ile İncelenmesi

Kişilerarası ilişkilerdeki becerileri edinmek sosyal insan yaşamının en önemli görevleri arasında yer almaktadır. Erikson ve Sullivan da, ergenlik

ve erken yetişkinlik dönemlerinin en önemli görevlerini anlamlı ilişkiler kurmak olduğunu savunmuştur (Burger, J., 2016). Bazı ilişkiler kişiye kendisini güvende ve huzurlu hissettirirken bazıları boğulmuş, hayal kırıklığına uğramış, ilgisiz kalmış ya da tehlikede hissettirmektedir. İlişkilerin yürümemesinin pek çok nedeni olabileceği gibi bizim ele alacağımız konu erken çocukluk dönemlerinde bireyin bağlanma stilleri ile oluşan kişilik örgütlenmesidir. Pek çok küçük ayrıntı ile bebek bakım vereniyle güvenli bağ kurmaya çalışır. Ebeveynin ağladığında onu hemen doyurması, rahatsızlığını fark etmesi ve yatıştırmaya çalışması ile yalnızlık duygusu giderilir. Bu davranışların sık ve doğru zamanlama ile yapılması bebeğin anne babasını gördüğü zaman mutlu olma duygusu beslenir. (Miller, 2004). Bağlanma, bir durumu açıklamak için metafor olarak kullanılır. Bir duygu olmamakla birlikte ihtiyaç duymayı barındıran bir iletişim süreci olduğu bilinmektedir. (Topkara, 2021). Bowlby'nin bağlanma kuramı, bireyin ilk ilişkilerinde kurduğu bağlanma stilinin yetişkin hayatında yaşayacağı ilişkilerinin de gidişatını belirleyeceğini savunmaktadır. Örneğin bakım vereni ile kaygılı bağlanma gerçekleştiren bireylerin ilişkilerinde daha fazla fedakarlık yaptığı ve sınırlarının ihlal edilmesini tolere ettiği görülmektedir. (Mikulincer & Shaver, 2007).

Koşulsuz sevilme deneyimi olmayan kişilerde sevilmek için ancak feda etmesi gerektiği inancı gelişmiştir. Yine bu kişilerde ilişkilerin bitmesi yoğun kaygı, panik ve yetersizlik duygularının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Dolayısıyla bu örüntüye sahip bireylerin işlevsiz ilişkileri sürdürmeye daha yatkın olduğunu, genellikle sonlandırma kararını veremediğini ve ayrılık sonrası bağımlılık yaşadığını söylemek mümkündür.

Bağlanma stilleri, literatürde çoğunlukla güvenli, kaygılı ve kaçıngan olmak üzere üç temel başlık altında sınıflandırılmaktadır. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, duygusal yakınlık kurma kapasitesi gelişmiş, kendi ihtiyaçlarını ifade ederken karşısındakinin sınırlarına da saygı gösteren, karşılıklılık temelli ilişkisel dinamikler geliştirme eğilimindedir. Bu bireyler için fedakârlık, ilişkinin sürdürülebilirliği adına işlevsel bir araçtır; özveride bulunurken benlik sınırlarını koruyabilir, partnerine olduğu kadar kendisine de duyarlı kalabilir. Dolayısıyla güvenli bağlanmada fedakârlık, sağlıklı bir paylaşım ve bağlılık göstergesi olarak değerlendirilmekte; duygusal doyum ile birlikte bireyin özdeğerini destekleyen bir unsur hâline gelmektedir.

Buna karşın kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde fedakârlık davranışları çoğunlukla bir kontrol ve ilişkiyi elde tutma aracı olarak devreye girmektedir. Bu bireyler, partnerlerinin onayını alabilmek, terk edilme olasılığını azaltmak ve sevilmeye değer olduklarını kanıtlamak için yoğun özverilerde bulunurlar.

Fedakârlık, bu bağlamda bireyin özdeğerini yeniden üretme çabası olarak işlev görmekte ve zamanla partnerin sınır aşımı ya da taleplerini karşılıksız biçimde kabul etme eğilimine dönüşmektedir. Literatürde bu tür fedakârlıktan, "ilişkiye tutunma stratejisi" olarak bahsedilmektedir. Bu durum, bireyin benliğini partnerin memnuniyetine koşullu hâle getirerek uzun vadede tükenmişlik, düşük öz saygı ve duygusal bağımlılık geliştirmesine zemin hazırlamaktadır.

Kaçıngan bağlanma stilinde ise bireyler yakın ilişkilerde duygusal yoğunluktan kaçınmakta, özerkliklerini tehdit eden durumlara karşı mesafe koyma eğilimi göstermektedir. Bu bağlanma biçimine sahip bireyler, ilişkilerde fedakârlığı bir tehdit ya da yük olarak algılayabilir; zira fedakârlık, onlar için başkalarına bağımlılığı ve kontrol kaybını çağrıştırır. Dolayısıyla kaçıngan bireyler, özveride bulunmak yerine çoğunlukla kişisel sınırlarını korumayı, duygusal taleplerden uzak durmayı ve ilişkide mesafeyi tercih eder. Bu durum, karşılıklı bağlılığın gelişmesini engellemekte; partnerin ihtiyaçlarına duyarsız ya da mesafeli bir ilişki dinamiği oluşturmaktadır. Literatürde bu yapı "korunma odaklı bağlanma" olarak da tanımlanmaktadır.

Özetle, bağlanma stilleri fedakârlık davranışının niteliğini ve motivasyon kaynağını doğrudan belirleyen temel etmenlerden biridir. Güvenli bağlanmada fedakârlık sağlıklı ve dengeli bir ilişkisel yatırım aracı iken; kaygılı bağlanmada özdeğeri korumaya yönelik savunmacı bir stratejiye, kaçıngan bağlanmada ise tehdit algısı nedeniyle bastırılan bir ilişki davranışına dönüşebilmektedir. Bu farklılıklar, bireyin hem fedakârlığı nasıl tanımladığına hem de onu hangi ihtiyaçları karşılamak üzere devreye soktuğuna dair önemli ipuçları sunmaktadır.

Toplumsal Cinsiyet Rolleri ve Fedakarlık

Toplum, cinsiyetlere belli roller atfetmiştir. Sosyal yaşam içerisinde birey bu rollere göre davranarak benlik algısını oluşturmaktadır. Kadına biçilen roller genellikle sabreden, veren, anlayış ve özveri gösteren şeklinde olduğundan özgecilik teması gizil olarak kadından beklenmektedir. Erkeklerin ise geçimi üstlenme, kazancı paylaşma ve evi yönetme davranışları maddi fedakarlıkları kapsamaktadır. Bu kültürel kodlar zaman içerisinde bir görev bilincine neden olmaktadır bu sebeple bireyler ilişkiden ayrılma noktasında zorluk çekmektedir. Çünkü kişiler emeklerinin boşa çıkması ile ilişkinin bitmesini bir başlıkta değerlendirmektedir. Bu değerlendirme başarısızlık duygusunu meydana getirmektedir. Bireyler zaman içerisinde romantik ilişkisindeki kimliğini feda ettikleri ve sağladığı fayda ile eşleştirerek ilişkinin sonlanmasıyla değerini yitirme hissine kapılmaktadır. Sevgi ifade edim yollarından biri olan fedakarlık

boyut değiştirerek kimliği niteleyen bir tanım haline geldiğinden psikolojik kırılganlığa neden olmaktadır. Şerif (1966), ihtiyaçların karşılanması noktasında karşılıklı bağlılığın, bireyler arasında etkileşim ve birlikte hareket etme eğilimini teşvik ettiğini öne sürer. (Arkonaç, 1993).

Cinsiyet Karşılaştırmaları

Çalışmamız terapi almaya karar veren 32 bireyden oluşmaktadır. 10'unu erkeklerin 22'sini kadınların oluşturduğu grubumuzdan elde ettiğimiz veriler sonucu erkek ve kadınların fedakarlık türlerinin farklılık gösterdiği gözlenmiştir. Erkeklerde daha çok aktif fedakarlık, maddi destek ve zaman yönetimi bağlamında ortaya çıkarken kadınların fedakarlığı pasif olup duygusal destek, sınırlarından ödün verme, kendini geri planda bırakma gibi durumlarla kendini göstermektedir. Ancak her iki cinsiyette de pasif fedakarlık sergileyen kişilerin ilişkiyi bitirme konusunda zorlandığı, ayrılığı kabullenme süreçlerinin uzadığı gözlenmiştir.

Literatürdeki Boşluklar

Yapılan literatür taramasında fedakarlık kavramının çoğunlukla ilişkinin doyumu ve bağlılık temalarında ele aldığı gözlenmiştir. Çalışmalarda yeterince fedakarlık davranışının ayrılık sürecine ve bireyin özdeğerine etkisine yer verilmemiştir. Özellikle bağlanma kuramıyla açıklanan çoklu vaka analizlerine dayanan çalışmaların sayısı oldukça azdır. Bu nedenle gerek vaka sunması gerekse ayrılık sonrası yaşanan hislerin bir açıklaması olması nedeniyle yapılan değerlendirmelerin literatüre katkı sunması hedeflenmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışma, bireylerin romantik ilişkilerini sürdürmede fedakarlık düzeylerinin motivasyonları üzerinde ne derece etkili olduğunu ve ilişki bitirme kararlarını vermedeki önemini ve ayrılığı kabullenme niteliği görmek aynı zamanda psikodinamik temele dayandırmayı amaçlamıştır. Araştırma, psikoterapi almaya karar vermiş ve terapötik süreçte romantik ilişkilerinde sergiledikleri fedakarlık örnekleri işlenmiş kişilerin gizliliği korunarak ve vaka analiziyle zenginleştirilerek nitel bir içerik sunmayı amaçlamaktadır.

VERİ TOPLAMA VE ANALİZ ETME

Araştırma Yöntemi ve Bilimsel Yaklaşım

Bu çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden çoklu vaka analizi tekniği ile oluşturulmuştur. Yorumlayıcı paradigma benimsenerek bireylerin duygu, düşünce ve deneyimleri incelenmiştir. Kişinin dünyayı deneyimler ile algıladığını savunan bu yaklaşım duygusal süreçleri ve romantik ilişkideki bireysel algıları ele aldığından bizim çalışmamıza en uygun yaklaşım olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda kişisel hikayeler derinlemesine ele alınacağından çoklu vaka analizi yöntemi tercih edilmiştir.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Bu araştırma 22 kadın ve 10 erkek olmak üzere 32 danışandan alınan bilgiler ile oluşturulmuştur. Araştırmanın örneklemini 20-45 yaş aralığında olan ve geçmişte romantik ilişkilerinde belirli düzeylerde fedakarlık yapmış bireyler oluşturmaktadır. Araştırma grubunda bireylerin romantik ilişkilerinde bağımlılık geliştirmiş olması veya ayrılık kararında direnç göstermesi ölçüt olarak alınmıştır. Katılımcılar, araştırmacının kurucusu olduğu özel psikolojik danışmanlık merkezine başvurmuş ve farklı nedenlerle danışmanlık sürecine katılmış kişilerdir. Bu kişilerin görüşmeleri, danışmanlık süreci içerisinde doğal olarak gerçekleştirilmiş ve etik kurul onayı alınarak araştırma kapsamında analiz edilmiştir.

Danışan profiline dair bazı temel bilgiler:

Katılımcıların eğitim durumu değerlendirildiğinde 4 kişi üniversite, 1 kişi ortaokul, 27 kişinin lise eğitimlerini tamamlamışlardır. Araştırmada katılımcıların 12'si bekar, 9'u evli, 7'si çocuk sahibi, 5'i boşanma sürecinde ve 6'sı boşanmış olduğu belirtilmiştir. Çoklu vaka analizinde ise bekar bir kadın, boşanma sürecinde olan çocuksuz bir erkek ve boşanmış çocuk sahibi bir kadın vakası olmak üzere toplam üç vaka ele alınmıştır.

Veri Toplama Süreci

Veriler, çeşitli nedenlerle terapi sürecine başvurmuş danışanlar ile terapötik sürecinde yarı yapılandırılmış görüşme notları, seans esnasında ve sonrasında danışan değerlendirmeleri üzerinden toplanmıştır. Elde edilen veriler tematik kodlamalar ile işlenmiş her vaka kendi içerisinde bireysel bağlamda analiz edilmiştir.

Analiz sonucu üzerinde durulacak başlıklar şu şekildedir:

- Suistimal edilme, değersizleşme, yıpranma semptomları
- Fedakarlığın ilişki içerisinde algılanış biçimi
- Ayrılık kararının alınmasındaki erteleme ve direnç
- Toplumsal rol baskısının fedakarlığa etkisi

Veri Analizi: Tematik Kodlama

Veri analizi sürecinde kullanılan yöntem, tematik analizdir. Seans sonrası tüm danışan görüşmeleri, alınan notlar okunmuş tekrarlı tema ve örüntüler belirlenerek kodlanmıştır. Kodlar sonucu oluşturulan tematik kümeler ve ana temalar şunlardır:

- **Suistimal Edilen Fedakarlık**

Bu tema, bireylerin romantik ilişkilerde verdikleri tek taraflı özverinin, zamanla partnerleri tarafından bir alışkanlığa çoğunlukla beklentiye dönüştürülmesini ifade etmektedir. Katılımcıların çoğu, başlangıçta sevgi ve sadakat duygusuyla yaptıkları fedakârlıkların zamanla istismar edildiğini, partnerlerinin bu davranışları talep etmeye başladığını belirtmiştir. Bu durum bireyde değersizlik hissi, öfke ve duygusal tükenmişlik yaratmakta; ilişkisel sınırların ihlal edildiği bir dinamiğe yol açmaktadır. (Yonar, S., & Demir, İ., 2020) Aynı zamanda başlangıçta kişisel tercih ile verilen tavizlerin zaman içerisinde beklentiye dönüşmesi sonucu sınır koyan kişilerin partnerleri bu gerekçe ile ayrılık kararı vermiştir. Bunun sonucunda kişiler kaybetme korkusu yaşayarak yapmadıkları için suçluluk hissetmiş, telafi etmek ve ayrılığı geciktirmek için fedakarlıkların boyutunu artırmışlardır.

- **Benliğin Kaybolması**

Bu tema, bireyin ilişkide kendi gereksinimlerini, kimliğini ve haklarını arka plana atarak partnerin hayatına odaklanması ile ilgilidir. Özellikle kaygılı bağlanma sergileyen bireylerde, ilişkide kalmak için bireysel hedeflerin ötelendiği, sosyal çevreden bazen aile üyelerinden uzaklaşıldığı ve kişisel benliğin tükendiği örüntüler gözlemlenmiştir. Bu durum bireyin bağımsızlık duygusunu zayıflatmakta, öz-değerini ancak dış dünyadan aldığı onay yardımıyla tanımlamasına neden olmaktadır. Bu örüntüler sonucu kişilik yapısında bağımlılık geliştiren kişi aşırılaşmış düşünceli tavırlar, ne pahasına olursa olsun karşı tarafın konforunu sağlayacak çabayı sergileyerek benliğini korumaya çalışmaktadır. (Millon, 2021)

- **Ayrılığın Ertelenmesi**

Bu tema, bireylerin ilişki içinde mutluluklarını kaybetseler de ilişkiyi bitirmemelerini ifade etmektedir. İlişikleri boyunca büyük fedakarlıklar yapan kişilerin, 'bunca emek boşa gitmesin' düşüncesiyle ilişkide kalmayı sürdürdükleri gözlemlenmiştir. Ayrılık kararı ertelenmekte hatta kimi zaman ilişkide zarar görmek pahasına bağlılık sürdürülebilmektedir. (Topkara, 2021). Terk edilme korkusu, yalnızlık kaygısı ve alışkanlık, ayrılığı geciktiren başlıca dinamiklerdendir.

- **Toplumsal Rol Baskısı**

Bu tema, kişilerin ilişkilerinde sergiledikleri fedakârlık davranışlarının, toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürel beklentilerine göre şekillenmesini ifade etmektedir. Kadın danışanlarda, ilişkiyi sürdürmek konusunda daha fazla sorumluluk alması gerektiği, ilişkilerin devamlılığının sağlanması kadınların omuzunda olduğu inancı sıkça dile getirilmiş, ; erkek danışanlarda ise güçlü görünmenin duyguların bastırılması ile mümkün olduğu söylemlerinin ilişki dinamiklerine belirgin bir etki yarattığı anlaşılmıştır. (Şahin, S. M., & Sakallı, N., 2022). Bu söylem ve inançlar genellendiğinde toplumsal baskıyı oluşturmaktadır. Böylece kişiler, gerçek davranışlarını ortaya koymaktan alıkonmuştur. Bu eğilim, ilişkilerde yıpratıcı ve tek taraflı bir özveri biçimi olarak kendini göstermektedir ve ilişkilerde sağlıksız fedakarlık davranışlarının gelişmesinde etkili olmaktadır.

Fedakarlık Türlerinin Sınıflandırılması

Çalışmada elde edilen veriler, romantik ilişkilerde gösterilen fedakârlıkların yalnızca tek boyutlu olmadığını; bireylerin farklı bağlanma stilleri doğrultusunda çeşitli alanlarda özveride bulunduklarını göstermektedir. Tematik analiz sonucunda fedakârlık davranışları üç ana başlık altında sınıflandırılmıştır: duygusal, fiziksel ve ekonomik fedakârlık.

Duygusal Fedakârlık:

Duygusal fedakârlık, bireyin ilişkisel çatışmalardan kaçınmak, partnerin tepkilerinden korunmak veya terk edilme kaygısını bastırmak amacıyla kendi duygularını bastırması, taleplerini geri çekmesi ya da sürekli anlayışlı bir tutum sergilemesi biçiminde tanımlanabilir. Bu tür fedakârlık özellikle kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde yaygındır.

Örnekler:

- "Danışan, partnerine kırgın olduğu zamanlarda dahi bunu dile getirmekten çekinmiş, duygusal tepkilerini ifade etmek yerine suskun kalarak ilişkiyi sürdürmeyi tercih etmiştir."
- "Aldatıldığını öğrendiği halde öfkesini bastırmış, partnerin onu terk etmesinden korktuğu için sessiz kalmıştır."

Fiziksel Fedakârlık:

Fiziksel fedakârlık, bireyin zaman, enerji ve beden bütünlüğü gibi kişisel kaynaklarını partnerin ihtiyaçları doğrultusunda yeniden yapılandırması veya ihmal etmesi durumudur. Bu tür fedakârlıklar, çoğunlukla bireyin günlük yaşam planının ilişki lehine değiştirilmesi şeklinde ortaya çıkmaktadır.

Örnekler:

- "Danışan, partneriyle daha fazla zaman geçirebilmek için hastalarını iptal etmiş ve kendi programını sürekli onun iş planına göre düzenlemiştir."
- "Evliliği boyunca, yalnızca partnerin ilgisini çekebilmek adına aşırı kilo kaybı yaşamış, bedensel dönüşüm için yoğun fiziksel çaba göstermiştir."

Ekonomik Fedakârlık:

Ekonomik fedakârlık, bireyin maddi kaynaklarını, gelirini veya mesleki kapasitesini partnerin beklenti ve ihtiyaçlarına göre feda etmesi ile ilişkilidir. Bu tür davranışlar genellikle karşılıksız destek sağlama, ekonomik kararları partnerin lehine verme veya finansal olarak bağımsızlığını kaybetme şeklinde gözlemlenmektedir.

Örnekler:

- "Partnerin hediye alma ve sürpriz yapma beklentisi doğrultusunda, danışan düzenli olarak pahalı hediyeler almış; bu davranışı, sevgiyi ispatlama aracı olarak içselleştirmiştir."
- "Kendi mesleğini ikinci plana alarak partnerin sosyal statüsüne uygun görünmek adına harcamalarını artırmış ve ekonomik öz yönetimini kaybetmiştir."

VAKA ÖRNEKLERİ

Vaka 1 - K.E.

K.E., boşanma sürecinde, dört yıllık ilişkinin ardından eşinden ayrılmıştır. Evliliği boyunca partnerine uyum sağlamak adına sosyal çevresini ve bireysel hedeflerini geri plana atmıştır. Duygusal anlamda karşı tarafın duygularını yönetmek için aşırı emek verirken, fiziksel olarak zaman ve kaynaklarını karşı tarafın ihtiyaçlarına göre düzenlemiştir. Terapötik süreçte, sınır koyma çalışmaları yapılmış, öz değer üzerine odaklanılmıştır. Bağımlı bağlanma örüntüsü fark edilmiştir; kopuş sürecini kabullenmeye yönelik içgörü gelişmiştir.

Örnek vakamızda çok mutsuz hissettiği ve kafa karışıklığı yaşadığı gerekçeleriyle psikolojik danışmanlık sürecine başvuru yapan K.E., 26 yaşında, erkek danışandır. Dört yıl birliktelik yaşadığı partneri ile iki yıl evli kaldıktan sonra boşanma sürecine girmesiyle terapiye başlamıştır. Sürecine dair motivasyonu, eşin evden gitmesiyle birlikte açığa çıkan yoğun içsel boşluk, yalnızlık duygusu ve seçim yapmada yaşanan zihinsel tıkanıklık olmuştur. Danışanla yapılan ilk görüşmelerde öne çıkan başlıca tema, danışanın ilişki kurma tarzı, öz-değerini başkasının takdiri üzerinden yapılandıran, duygusal emek verirken kişisel sınırlarını göz ardı eden ve fedakarlığı sevgiyle eşitleyen bir dinamik sergilemektedir. Çocukluk yıllarında sık tekrarlanan sağlık sorunları, hem benlik gelişimini hem de ilişkisel dünyasını derinden etkilemiştir. Yatılı tedavi gerektiren uzun hastalık dönemleri, danışanın çocukluk dönemini sınırlayıcı bir çerçeveye oturtmuş, oyun, sosyal etkileşim ve dış dünyayla temas gibi çocukluk yaşantılarını ciddi biçimde kısıtlamıştır. Danışan, erken dönemindeki sınırlamalar nedeniyle ilişkisel anlamda görünürlük kazanmakta zorlanmış ve duygusal gereksinimlerini ifade etmek yerine içselleştirmeyi ve uyumlu olma davranışı ile telafi etmeyi tercih etmiştir ancak özellikle birincil bakım vereni olan annesinin duygusal durumuna yönelik yoğun bir hassasiyet geliştirmiştir.

Psikanalitik bakış açısıyla değerlendirildiğinde; kabul görme arzusu, danışanın kişisel ihtiyaçlarını ikinci plana iterek başkalarının duygusal gereksinimlerine odaklanan bir bağlanma dinamiği sergilemektedir. Danışanın seans içi paylaşımlarına bakıldığında, fiziksel sağlığını yeniden kazanmaya başladığı ergenlik öncesi dönemde annesinin kanser tanısı alması, danışanın bireyleşme ve özerklik gelişimini sekteye uğratmıştır. Bakım veren konumuna zorunlu olarak geri dönmesi, danışanın gelişmekte olan benlik yapısının

özerklikten uzaklaşıp başkalarının taleplerine bağımlı şekilde şekillenmesine yol açmıştır. Her ne kadar dışsal olarak bağımsız bir yaşam sürdürüyor gibi görünse de, danışanın öz değer deneyimi hâlâ başkalarının onayına, özellikle de bakım verici konumunda olduğu kişilerin takdirine koşullanmış durumdadır. Kendi ihtiyaçlarını ikincil konuma yerleştirmesi ve rahatlama arzularına sınır koyması, çocuklukta gelişen 'iyileşme suçluluğu' temelli bir içselleştirmeye dayanmaktadır.

Romantik ilişki öyküsünde ise danışan, eşini ilk etapta fazlasıyla merkezine almadığını, ilişkiyi "olursa olur" yaklaşımıyla başlattığını ifade etmektedir. Başlangıçta mesafeli bir duruş sergileyen K. E., partnerin artan duygusal talepleriyle birlikte ilişkisel güvenlik arayışına yöneldiğini ve bu durum kaygılı bağlanma dinamiklerini görünür kılmıştır. Bu dinamik zaman içinde partnerin memnuniyetsizliği, taleplerinin artışı ve manipülatif geri çekilmeleri, danışanın daha çok vererek ilişkiyi dengeleme çabasına girmesine neden olmuştur. Bu döngüde, fedakârlık hem partneri elde tutma stratejisi hem de kendilik değerini sürdürme aracı haline gelmiştir. Özellikle her tartışmada evi terk eden eşin ayrılık tehdidiyle danışan, fedakârlığını yeniden devreye sokmuş; çiçek alma, hediye verme, terapiye gitmeyi teklif etme gibi telafi edici davranışlara yönelmiştir. Tüm bu çabalar, partnerin küçümseyici ve dışlayıcı tepkileriyle karşılandığından, danışanın kendilik değerini yeniden üretemediği, hatta örselendiği bir döngüye dönüşmüştür. Bu durum danışanda narsistik yaralanmalara yol açarken, bir yandan da "daha iyisini yapma" çabasını tetiklemiştir. İlişkisel düzeyde tekrar eden bu örüntü, danışanda sevgi ve kabulün ancak sürekli çaba ve özveriyle mümkün olabileceğine dair içselleştirilmiş şemayı canlı tutmaktadır.

Evliliğin sonlanma sürecine gelindiğinde eşin evi terk etmesi, danışanda ilk kez bir "kopuş tehdidi"ni somutlaştırmış ve bu tehdide karşı daha da yoğun bir fedakârlık seferberliği başlatılmıştır. Ancak her seferinde reddedilme, danışanın derin değersizlik inancını pekiştirmiş; seanslara "ben ne yapsam olmuyor" inancıyla gelmesine neden olmuştur. Danışanın ilişki içindeki telafi edici girişimlerinin partner tarafından onaylanmaması, bireyin halihazırda var olan düşük öz-değer şemasını güçlendirmiştir. Bu durum, özellikle narsistik kırılganlık ve yetersizlik temalarını aktive etmektedir. Terapötik süreçte geleceğe dair umutlu temsiller geliştirse de, danışanın davranışlarında duygusal bağımlılığı pekiştiren, kopuşu zorlaştıran ilişki içi kalıpları devam ettirdiği dikkat çekmiştir.

Eşi boşanma davası açtığında danışanın zihninde ilişkisel bir felaket senaryosu belirmiş; yalnızlık, alışılmışlığın kaybı ve "yeni bir hayatın bilinmezliği" karşısında yoğun kaygı geliştirmiştir. Bu, kaygılı bağlanma örüntüsünün tip-

ik bir yansımasıdır: kişi, sağlıksız da olsa bağlandığı kişiyi kaybetme riskini göze alamaz ve ilişkiyi devam ettirmek adına kendini aşırı zorlayabilir. Hatta bu durumun ilerleyen safhalarında, telafi davranışlarının daha da abartıldığı görülmektedir.

Sonuç itibariyle, bu vaka; fedakârlığın ilişkisel bütünlüğü destekleyen sağlıklı bir tutumdan, bireyin kendi sınırlarını ihlal ettiği ve öz-değerini kaybettiği patolojik bir yapıya nasıl evrilebileceğini göstermektedir. Terapötik süreçte temel amaç, danışanın kendini değerli hissetmesini sadece fedakârlık yapmaya bağlayan içsel inançlarını dönüştürmek, ilişkilerde gösterdiği kaygılı ve bağımlı bağlılık biçimini daha sağlıklı bir hale getirmek ve kendi duygusal ihtiyaçlarını fark edip merkeze alabileceği bir ilişki kurma tarzı geliştirmesine yardımcı olmaktır.

Vaka 2 - S.A.

Danışan, 30 yaşında bir kadın hekimdir. Üç yıldır kendisinden 9 yaş büyük, daha önce evlenmiş ve iki çocuk sahibi bir erkekle inişli çıkışlı bir ilişki yaşamaktadır. Bu ilişki danışanın hayatında yoğun duygusal bağımlılık, kontrol kaybı ve özdeğer erozyonu ile karakterizedir.

Danışanın partneri; otoriter, yoğun iş temposuna sahip ve duygusal olarak mesafeli bir yapıya sahiptir. İlk temasları fiziksel çekimle başlamış; sonrasında ise partnerin mesafeli ve kontrollü ilgisi danışanın geri çekilmesine neden olmuş, bu gerilimin ardından partnerin duygusal yaklaşımı ve kıskançlık tepkisiyle ilişki başlamıştır.

Danışanın çocukluk öyküsü, ilişkisel şemalarının ve savunmalarının temelini oluşturmaktadır. Annesinin kronik psikolojik hastalığı ve babasının tüm ilgisini eşine yönlendirmesi, danışanda görülmeme, duyulmama ve kendi ihtiyaçlarını bastırarak yaşama alışkanlıklarını şekillendirmiştir. Bu dönemde kendi duygusal yükünü taşıyan ve ihmal edilen çocuk rolüne sıkışan danışan, dış dünyada güçlü, ilgisini çeken ve dominant figürlerle karşılaştığında çocuklukta deneyimlediği "eksik baba" imgesini yeniden canlandırmakta ve onunla özdeşim kurmaya yönelmektedir. Danışanın erken çocukluk döneminde çocuk olarak görünmez hissettiği bir bağlanma geçmişi vardır. Partnerin özellikleri danışanda bir baba figürü çağrışımı yaratmış ve onu "kazanılması gereken" ideal nesne olarak konumlandırmıştır.

Danışan, partnerinin görüntü itibari ile sert, iş endeksli ve eril tavırlarının ilk andan itibaren dikkatini çektiğini belirtmiştir. Partnerin otoriter, kuralcı bununla birlikte yer yer ilgili ve cömert yapısı; danışanın iç dünyasında "kazanılması

gereken baba" figürüyle örtüşmektedir. Bu dinamik, danışanın ilişkide giderek sınırlarını yitirmesine, partnerin beklenti ve isteklerini kendi benliğinden daha öncelikli bir yere koymasına zemin hazırlamıştır. Zamanla sosyal çevresi, tarzı, zevkleri ve benlik algısı partnerin beğenilerine göre şekillenmiş; danışan ilişkideki varoluşunu "onun istediği kadın" olabilmek üzerinden tanımlamaya başlamıştır.

Danışan, ilişkide partnerini merkeze koyarak kendi hayatını sistematik biçimde ihmal etmiştir. Onunla vakit geçirebilmek için kendi mesleki sorumluluklarını ikinci plana atmış, randevularını partnerinin programına göre şekillendirmiş, hastalarını onun kurallarına uygun şekilde seçmeye başlamıştır. Bu düzenlemeler yalnızca zaman planlamasıyla sınırlı kalmamış, aynı zamanda danışan manevi kaynaklarını da partneri için seferber etmiştir. İlişkide kendi ihtiyaç ve isteklerini ifade etmekten çekinen; konuşurken yanlış anlaşılma ihtimalini sürekli zihninde evirip çeviren danışan, partnerin öfkesinden ve mesafesinden kaçınmak adına taleplerini bastırmayı bir savunma biçimi haline getirmiştir. Bu durum, danışanın iç dünyasında "sessiz kalırsam sevilirim", "fedakarlık yaparsam kaybetmem" inançlarını pekiştirmiş; benlik sınırlarının belirsizleşmesine ve ilişkide öz saygı temelli bir yer tutmamasına neden olmuştur. Zamanla sosyal çevresiyle bağlarını koparmış, kıyafet tercihlerinden yaşam biçimine kadar birçok konuda partnerinin beklentilerine göre şekillenmiştir. Duygusal fedakârlık olarak kırgınlığını, öfkesini ve ihtiyaçlarını dile getirmekten kaçınmış, kıskandığında bile tepkilerini bastırmıştır. Fiziksel fedakârlık olarak ise partnerle zaman geçirmek için hastalarını iptal etmiş, dinlenme ve kişisel zamanından vazgeçmiştir.

Ayrılık dönemlerinde bile danışanın gündeminde bu ilişki varlığını sürdürmüş; partneri yokken dahi onun koyduğu kurallar danışan için içselleştirilmiş bir norm haline gelmiştir. Bu, bir anlamda ilişkideki iç denetleyicinin içselleştirilmesiyle oluşan "süregiden denetim"dir. Danışanın, partnerin ilişki içi normlarını içselleştirmesi ve bu kuralları partner fiziksel olarak ortamda bulunmadığında dahi davranışsal rehber olarak sürdürmesi, ilişkisel iç temsilin sabit ve belirleyici bir denetleyici olarak işlev gördüğünü göstermektedir. Danışan ayrılıkların kalıcı olacağına çoğu zaman inanmış ancak partner her döndüğünde, sorunlar konuşulmadan, özür dilenmeden ilişki kaldığı yerden devam etmiştir. Bu durum, danışanın içsel olarak ilişkiyi sonlandırma kapasitesinin düşük olduğunu; nesne sürekliliği eksikliğiyle başa çıkmak için kaybı inkâr eden bir savunma geliştirdiğini göstermektedir. Danışanın, ilişki sonlanmalarını çoğunlukla kesin bir kopuş olarak algılaması; partnerin geri döneceğine dair bir beklenti geliştirmemesi, kaygılı bağlanma örüntüsünde görülen terk edilme

şemasının aktifliğini göstermektedir.

İlişkide zaman zaman partnerin hakaret, aşağılayıcı tavır ve hatta fiziksel şiddetine maruz kalan danışan, bu davranışlara karşı yoğun kırgınlıklar yaşasa da bu deneyimleri "yeterince sevilmemeye sebep olacak kendi hataları" gibi algılamaktadır. Bu bağlamda suçluluk, utanç ve değersizlik duyguları baskın hale gelmekte; danışanın öz değer algısı partnerin tepkilerine bağımlı hale gelmektedir. Yaşadığı ağlama ataklarında sık sık "ben bu kadar değersiz biri miyim" söylemi öz değerini partnerinin davranışlarına yüklediğini göstermektedir. Partnerin ara ara sergilediği düşünceli davranışlar, özenli söylemler ve hediyeler, danışanın "sevilmeye değer olabileceği" umudunu pekiştirmekte; bu da ilişkiden kopuşu daha da zorlaştırmaktadır.

Danışan için partner yalnızca bir sevgili değil, aynı zamanda iç dünyasında yarım kalmış çocukluk ihtiyaçlarını telafi etme umudu taşıyan bir figürdür. Partnerin kızlarına gösterdiği şefkatli baba tutumu, danışanda "böyle bir adam tarafından sevilmek" üzerinden kendi içsel yaralarının iyileşeceğine dair bilinçdışı bir beklenti doğurmuştur. Bu durum, danışanın ilişkideki tolerans eşiğini yükseltmekte, sınırlarını esnetmekte ve öz saygı erozyonuna neden olmaktadır.

Danışanın yaşadığı ilişki, çocukluk döneminde oluşan nesne ilişkileri kalıplarının yetişkinlik ilişkilerine yansımasıdır. Bu ilişkinin yapısı, idealize edilen ancak aynı zamanda cezalandırıcı bir baba imgesi ile iç içe geçmiştir. Bağlanma stili bakımından danışan kaygılı-bağlılık örüntüsü göstermekte; terk edilme korkusu, değersizlik duygusu ve onay ihtiyacıyla hareket etmektedir. İlişkideki şiddet ve duygusal ihmal karşısında bile ilişkiden kopamaması, bağımlı kişilik yapılanmasına dair ipuçları sunmaktadır. Danışan terapiye ayrılık sonrası yaşadığı duygusal boşluk ve kaygılar nedeniyle başvurmuştur. Seanslarda öz değer algısı, ilişkisel sınır ihlalleri ve kaygılı bağlanma dinamikleri çalışılmıştır. Terapötik odakta, partnerin ilgisini kaybetmemek için yaptığı özverilerin altında yatan onay ihtiyacı sorgulanmıştır. Terapötik süreçte temel hedef; danışanın kendilik değerini yalnızca partnerin ilgisine bağlamadan yeniden inşa edebilmesi, duygusal bağımlılığın farkına varması ve "sevilmeye değer olmak için ödün verme" şemasını sorgulamasıdır. Ayrıca, içselleştirilmiş ebeveyn figürlerinin (özellikle kuralcı-ilgisiz baba ve yetersiz anne temsillerinin) terapötik alanda çalışılması; danışanın öz değerini içsel kaynaklara dayandırmasına olanak tanıyacaktır.

Vaka 3 - N.D.

35 yaşında, üç çocuk annesi bir kadındır. 18 yaşında patronu olan evli bir adamla ilişkiye başlamış; kısa süre sonra onun eşinden boşanmasıyla danışan ailesinden kaçarak evlenmiştir. 15 yıl süren evlilikleri boşanma ile sonuçlanmış; şu an eski eşiyle sevgili olarak bağını sürdürmektedir. Danışanın çocukluk dönemi ekonomik yoksunluk, anne-baba çatışması ve terk edilme temalarıyla şekillenmiştir. Baba uzakta çalışan, başka evlilikleri olan bir figür; anne ise pasif, eşine bağımlı ve çocuklarını kendi evliliğini korumak için araçsallaştıran bir yapıdadır. Danışan, annesinin "bekleyen kadın" modeliyle özdeşim kurmuş, güç ve güven arayışını partnerinde bulmuştur. Partnerin "her şeyi bilen ve yöneten adam" tavırları danışanda bir baba temsili yaratmış; bağ çok erken yaşta psikoseksüel bir bağlılığa dönüşmüştür. Partnerin sürekli genç kadınlara yönelmesi, danışanda yerinin tehdit altında olduğu algısını güçlendirmiştir. Fedakarlık örüntüsü incelendiğinde:

Duygusal fedakârlık: Danışan aldatıldığını bilmesine rağmen tepkisiz kalmış, değersizlik hislerini bastırmıştır.

Fiziksel fedakârlık: Kendini "görünür" kılmak için ciddi kilo vermiş, estetik operasyonlar geçirmiş, tesettürü bırakmıştır.

Ekonomik fedakârlık: Partnerin yaşam düzenine entegre olmak adına maddi talepleri sorgusuz karşılamış, kendi kaynaklarını ikinci plana atmıştır.

Danışan, partneriyle olan duygusal bağı koparamadığı, ondan ayrılırsa hayatta yalnız kalacağına dair yoğun kaygılar geliştirdiği için terapiye başvurmuştur. Seanslarda kontrol edilemeyen kaybetme korkusu, paranoid nitelikli "beni her yerde bulur" inancı ve narsisistik partnerle kurulan bağımlılık döngüsü çalışılmıştır.

Danışan, partnerin onayını almak adına benliğinden vazgeçmiş, ilişkide yalnızca itaat ettiğinde ödüllendirildiğini fark etmiştir. Partnerle duygusal temas kurulamadığında öfke çıkararak görünür kalmaya çalıştığını belirtmiş; bu durum bir öğrenilmiş ilişki kalıbı hâline gelmiştir. Terapötik süreçte danışanın içselleştirdiği "güçlü erkek tarafından sevilince tamamlanırım" inancı sorgulanmış; özerk benlik algısının inşası hedeflenmiştir.

35 yaşındaki kadın danışan, çocuk yaşta girdiği ilişkiyi hem evlilik hem de sonrasında sevgililik düzeyinde sürdüren, köklü bir bağımlılık ilişkisiyle terapiye başvurmuştur. Henüz 18 yaşındayken tanıştığı, evli ve çocuk sahibi patronuyla yaşadığı gizli ilişki, kısa sürede danışanın kendi evinden kaçarak onunla evlenmesiyle sonuçlanmıştır. Danışanın çocukluk öyküsünde, yoksulluk içinde geçen ve ebeveyn çatışmalarına sahne olan bir ortam dikkat çekmektedir. Baba,

ev dışında çalışan, uzak ve erişilmez bir figürdür. Annenin rolü ise zamanla dönüşmüş; önce koruyucu olan anne, ardından çocuklarını kendi evliliğini sürdürmek adına birer araç olarak kullanmaya başlamıştır. Anne figürünün, sürekli bekleyen ve özlemi bastıramayan hali, danışanın zihninde bir kadınlık rolü olarak yerleşmiştir. Baba ise başka ilişkileri olan, ancak bir türlü tamamen bırakılmayan "kayıp ama güçlü erkek" figürü olarak içselleştirilmiştir.

Bu bağlamda danışanın genç yaşta partnerine duyduğu çekim yalnızca romantik değil, aynı zamanda psiko-duygusal bir bütünlenme arzusunu barındırmaktadır. Partnerin baskın, yöneten, "ben bilirim" tavırları, danışanın içinde bir baba temsilini yeniden canlandırmış ve ona sınır çizebilecek, hayatını şekillendirecek güçlü bir nesne olarak yerleşmiştir. Bu ilişki zamanla evlilik kurumuna taşınmış; danışan üç çocuk dünyaya getirmiştir. Ancak evlilik süresince partnerin kronik güven problemleri, ilişkisel olarak istismar edici ve cezalandırıcı tutumları ön planda olmuştur. Partner, danışanı uzun yıllar boyunca başka kadınlarla aldatmış, özellikle de 17–18 yaşındaki genç kızlarla kurduğu ilişkilerle danışanın yerini her daim "genç olanın" alabileceği algısını oluşturmuştur. Danışanın ilişki sürecinde partnerinin "daima genç olana yönelmesi", onda zamanla ciddi bir güzellik kaygısı ve bedensel yetersizlik hissi oluşturmuştur. Özellikle 17-18 yaşındaki genç kızlarla yaşanan ilişkilerin ardından, danışan yalnızca duygusal olarak değil, fiziksel olarak da "yerinin tehdit altında" olduğunu hissetmiş; bu tehdidi bertaraf edebilmek adına yoğun bir şekilde dış görünümüne yatırım yapmaya başlamıştır. Bu süreçte danışan önemli miktarda kilo vermiş, estetik operasyonlar geçirmiş ve yaşam tarzında radikal değişiklikler yaparak görünümünü yeniden şekillendirmiştir. Tesettürlü olan danışan, bu süreçte tesettürü bırakmış; partnerinin beğenisine daha çok uyum sağlayacağına inandığı bir görünüme bürünmüştür. Ancak tüm bu değişimler, danışanın kendi arzularından çok, "terk edilmemek" ve "görünür kalmak" gibi içsel korkularla şekillenmiştir. Danışanın bedenine yaptığı bu müdahaleler, narsisistik kırılmalarına karşı geliştirdiği telafi edici davranışlar olarak değerlendirilebilir. Partneri tarafından arzulanmaya devam etmek, danışan için hem ilişkinin devamının hem de kendi değerinin kanıtı haline gelmiş; benlik değeri partnerin gözündeki cazibesiyle ölçülür hale gelmiştir.

Partnerin narsisistik yapısı; ilişkide alma-verme dengesini kendi lehine çevirmesine, danışanın ise sürekli veren, ödün veren, kendi varlığını partnerin kurallarına göre biçimlendiren bir konuma sıkışmasına yol açmıştır. Danışan, yalnızca tartışma çıkardığında görünür hale geldiğini; sevildiğini değil ama "var sayıldığını" hissettiğini ifade etmektedir. Bu çarpık etkileşim, danışanda bir tür öğrenilmiş davranış kalıbına dönüşmüş ve kendi benliğini yeniden üretmesine

engel olmuştur. Ödüllendirmenin yalnızca itaatle mümkün olduğu bu yapıda, danışan zamanla partneri tarafından değersizleştirilmiş, küçümsenmiş; ancak bu duyguları da bastırarak ilişkide kalmaya devam etmiştir.

Evliliğin sonlanmasına ve eski eşinin kendisine ihanet ettiği genç kızlardan biriyle evlenmesine rağmen, danışan hâlâ eski eşiyle sevgili olarak bir bağ sürdürmektedir. Partnerinin "gücü"ne dair geliştirdiği inanç sistemi, gerçeklikten uzak paranoid temalara kaymış; "onun eli kolu her yere uzanır, nereye gidersem gideyim beni bulur" gibi düşüncelerle ayrılığı imkânsız görmektedir. Bu durum, danışanın dış nesneyle kurduğu bağımlı ilişki biçiminin yanı sıra, içsel olarak da nesne ayrımını gerçekleştiremediğini ve nesne sürekliliği kurmakta zorlandığını göstermektedir. Terapötik süreçte öncelikli olarak danışanın bu gerçeklik dışı inançlarını fark etmesi, kendi benliğine dair algısını güçlendirmesi ve "kaybetmeden var olamam" düşüncesinin kökenlerini çalışması hedeflenmelidir. Çünkü danışan sadece bir ilişkiyi değil, bu ilişkide içselleştirdiği "güç, güven, görünür olma ve korunma" temsillerini de kaybetmekten korkmaktadır.

ELDE EDİLEN VERİLERİN YORUMLANMASI VE ÖNERİLER

Bulguların Psikolojik Yorumu

Çalışmanın işaret ettiği sonuçlara göre, bireyin bağlanma tarzı, ilişkide gösterdiği fedakârlık eğilimini doğrudan şekillendirmektedir. Güvenli bağlanan bireyler, ilişkiyi koruma ve sürdürme amacıyla fedakârlığı dengeli ve sağlıklı biçimde uygularken, kaygılı bağlanan bireyler için fedakarlık bir tür psikolojik savunma mekanizmasıdır. (Kesebir, S., Kavzoğlu, S.Ö., Üstündağ, M.F., 2011). Bu bireyler, reddedilme ve terk edilme korkularını yatıştırmak için aşırı fedakarlıkta bulunarak, ilişkiyi sürdürmeyi garantileme çabası içindedirler. Kaçıngan bağlanan bireyler ise genellikle duygusal fedakarlıktan kaçınır ve ilişkide mesafe koyarak kendilerini koruma eğilimindedirler. (Kesebir, S., Kavzoğlu, S.Ö., Üstündağ, M.F., 2011).

Fedakârlık davranışlarının, bireylerin psikolojik başa çıkma yetileri ve kendine verdiği değerle yakından ilişkili olduğu belirlenmiştir. Kendilik değer seviyesi düşük olan kişiler, sevilmeyi sağlamak veya terk edilme korkusunu yatıştırmak için aşırı fedakârlığa başvurmakta; bu durum onların psikolojik dayanıklılıklarını zayıflatmaktadır. Ruhsal açıdan dayanıklı bireyler ise ko-

ruyucu kişisel sınırlar koyabilmekte ve fedakârlığın sınırlarını sağlıklı olarak belirleyebilmektedirler.

Cinsiyet Rolleri ile Değerlendirilmesi

Toplanan verilerin çözümlenmesi ile, romantik ilişkilerde kadına ve erkeğe biçilen rollerinin fedakarlık davranışlarını şekillendirmekte önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Kadınların, kültürel olarak dayatılan roller nedeniyle daha fazla fedakarlık göstermeye eğimli oldukları gözlenmiştir. Toplumsal normlar, kadınları ilişkiyi koruma ve sürdürme sorumluluğunu üstlenmeye yönlendirirken erkeklerde ise duygusal mesafenin korunması ve fedakarlığın sınırlı tutulması daha yaygındır. (Şahin, S. M., & Sakallı, N., 2022). Bu durum kadınlarda ilişkisel tükenmişlik, düşük bireysel değer algısı ve psikolojik yıpranmaya neden olmaktadır.

Terapi Süreci ve Danışmanlıkta Yansımalar

Terapötik süreçlerde yapılan gözlemler, fedakârlığın yalnızca bilinçli tercihlerle değil, bireyin farkında olmadığı içsel süreçlerle de şekillendiğini ortaya koymaktadır. Danışmanlık süreçlerinde bireylerin fedakarlığı ilişkiyi kurtarmak için kullandığı, ancak bu durumun sıklıkla kendi ihtiyaçlarını bastırma ve duygusal tükenme ile sonuçlandığı gözlenmiştir. Danışmanların, bağlanma stillerini derinlemesine anlaması ve bu dinamikleri danışanlara fark ettirmesi terapötik müdahalenin etkinliğini artırmaktadır. (Deniz, Ş., 2025).

Toplumsal ve Kültürel Tartışmalar

Çalışmanın ortaya koyduğu veriler, romantik ilişkilerde fedakârlık davranışlarının yalnızca bireylerin psikolojik işleyişi değil aynı zamanda toplumsal ve kültürel davranış kalıplarının da etkisiyle biçimlendiğini göstermiştir. Toplumun kadına biçtiği, ilişkiyi ayakta tutma ve özverili davranma görevi, fedakârlık davranışlarının kadınların arasında daha yaygın ve yoğun görülmesine neden olmaktadır. Bu kültürel beklentiler, kadınların ilişkide kendi ihtiyaçlarını ikinci plana atarak partnerin duygusal ihtiyaçlarını öncelemesine, hatta bazen kendi benliğinden vazgeçmesine yol açmaktadır. Erkeklerde ise sınırlı duygusal dışavurum, toplumsal roller doğrultusunda fedakârlığın sıradanlaştırılarak görünmezleşmesine yol açmaktadır; bu durum ilişkinin duygusal dengesini bozmaktadır. (Şahin, S. M., & Sakallı, N., 2022).

Bağlılık ve ait olma temalarının kültürel olarak aşırı biçimde öne çıkarılması,

kişilerin sınır koymalarını zorlaştırmakta; topluluk temelli (kolektivist) toplumlarda yaşayan bireyler , ilişkiyi ve aileyi korumak adına kendinden vazgeçmeyi normalleştirebilmektedir. (Şahin, S. M., & Sakallı, N., 2022). Bu yapı, bireyi kendi duygusal ihtiyaçlarını bastırmaya zorlayarak, fedakârlığı kaçınılmaz bir görev gibi benimsemesine neden olmaktadır. Toplumsal düzeyde yaygın olan bu normlar, özellikle erken yaşta ilişki yaşayan bireylerde içselleştirilmiş roller ve öz değer problemleri ile birleşerek fedakârlığın ilişki dinamikleri içinde sağlıksız biçimlerde yerleşmesine neden olmaktadır.

İlişkiyi Bitirememe Davranışının Dinamikleri

Çalışmada, fedakârlık eğiliminde olan bireylerin ilişkiyi sonlandırma sürecinde ciddi güçlükler yaşadığı gözlemlenmiştir. Söz konusu durumun, bireyin ilişkiye olan bağımlılığı ve düşük öz değer algısından beslendiği görülmektedir. İlişkiyi bitirememe, terk edilme korkusu, belirsizliğe düşük tahammül düzeyi ve yalnızlık kaygısı gibi dinamiklerle ilişkilidir. (Topkara, 2021). Bu nedenle, terapi sürecinde, bireylerin ilişkide kalma eğilimlerinin psikolojik temellerinin sorgulanması önemlidir. (Deniz, Ş., 2025).

Kapsayıcı Psikodinamik Değerlendirme

Çalışmada elde edilen veriler, sadece bağlanma tarzları değil, aynı zamanda yaşamın ilk yıllarında oluşan duygusal ve zihinsel temellerin de, ilişki içindeki özverili davranışların oluşumunda etkili bir rol oynadığı görülmüştür. Erken çocukluk döneminde ebeveyn ile yaşanan bağlanma problemleri, özellikle bakım veren figürlerle kurulamayan güvenli bağ, bireyin ilerleyen yaşantısında sağlıksız bağlanma örüntüleri geliştirmesine neden olmaktadır. (Miller, 2004). Borderline kişilik örgütlenmesi, özellikle terk anksiyetesi, kimlik bunalımı ve duygusal dalgalanmalarla karakterizedir; bu psikolojik temele sahip bireyler için romantik ilişkilerde fedakârlık bir ilişkiyi elinde tutma stratejisine dönüşebilir. (Millon, 2021). Bununla birlikte kardeşini kıskanan bireylerde de değer görme ve onaylanma ihtiyacının yoğun olduğu, bu ihtiyacın yetişkinlikte karşılanmak istenmesiyle birlikte fedakârlık davranışının patolojik düzeye ulaşabildiği gözlenmiştir. (Arzuman, 2023).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Romantik ilişkilerde fedakârlık davranışlarının bireysel bağlanma örüntüleriyle olan ilişkisini inceleyen bu çalışma, hem mikro düzeyde bireyin içsel dinamiklerine hem de makro düzeyde toplumsal rol beklentilerine temas etmektedir. Danışanların ilişki içerisindeki fedakârlık biçimleri; yalnızca bireysel psikolojik ihtiyaçların değil, aynı zamanda toplumsal cinsiyet rolleri, kültürel normlar ve geçmiş yaşam deneyimlerinin etkileşimli bir ürünü olarak değerlendirilmelidir. Elde edilen bulgular, psikolojik destek süreçlerinden toplumsal farkındalık çalışmalarına, akademik literatürdeki kavramsal çerçevelemelerden yeni araştırma alanlarının belirlenmesine kadar çok boyutlu sonuçlara işaret etmektedir. Bu doğrultuda, çalışmanın sonuçlarına dayanarak geliştirilen öneriler, psikolojik danışma uygulamaları, toplumsal yapılar ve akademik araştırma alanları olmak üzere üç temel başlık altında sunulmuştur:

- **Psikolojik Danışmanlar için**

Psikolojik danışmanların, kendilerine başvuran danışanlarının bağlanma yapısını ve fedakârlık davranışlarının altında yatan motivasyonları belirlemeleri, durumu çok yönlü değerlendirmeleri ve dinamikleri yüzeysel değil, katmanlı biçimde ele almaları gerekmektedir. Özenli davranışların ilişkiyi devam ettirme motivasyonu mu yoksa savunma mekanizması olarak mı benimsediğini tespit etmek, danışanın öz-farkındalığını artırmada kritik rol oynar. (Corey, 2015). Danışanların sağlıklı kişisel sınırlar koymaları ve benlik algılarını güçlendirmeleri için planlı ve yapılandırılmış bir müdahale süreci oluşturulmalıdır.

- **Toplumsal Düzey**

Toplumsal bağlamda, toplumun kadınlara biçtiği fedakarlık rolünün yeniden değerlendirilmesi ve değiştirilmesi maksadıyla toplumu bilinçlendirmeye yönelik eğitimsel müdahaleler, farkındalık artırıcı faaliyetler ve bilgi düzeyini yükseltmeye yönelik stratejik çalışmalar geliştirilmelidir.Ayrıca erkeklerin duygusal iletişim ve fedakârlık konularında cesaretlendirilmesi, ilişkisel sağlığı artıracaktır. (Şahin, S. M., & Sakallı, N., 2022). Kitle iletişim araçları ve eğitim kurumları yoluyla, sağlıklı ilişki yaşama ve bağlanma stillerinin yaygınlaştırıl-

ması hedeflenmeli ve geliştirilmesi için uygun ortam sağlanmalıdır.

- **Akademik Araştırmalar için**

Bilgi düzeyli bir perspektifle, fedakârlık davranışlarının bağlanma stilleri, olumlu benlik algısı ve ilişki doyumu ile ilişkisini daha geniş katılımcı grubu üzerinde inceleyen nicel çalışmaların yapılması önerilmektedir. Bağlanma stilleri ve fedakârlık davranışları arasındaki dinamiklerin kültürel ve cinsiyet bağlamında incelenmesi, literatüre önemli katkılar sağlayacaktır.

SONUÇ

Romantik ilişkilerde sevgi, özveriyi ve toleransı da beraberinde doğurmaktadır ancak fedakarlık tek bir duygudan ziyade, geçmiş deneyimler, inançlar ve ilişkisel dinamiklerden beslenir. Romantik ilişkilerde fedakârlık, bireyler arası bağlılığı güçlendirebilen yapıcı bir davranış olsa da, aşırıya kaçtığında bireyin psikolojik sınırlarını ihlal eden bir tükenmişlik biçimine dönüşebilir. Sonuçlar, bireylerin ilişkisel davranışlarının yalnızca yetişkinlikteki deneyimlere değil, erken çocukluk dönemindeki bağlanma örüntülerine ve kişilik yapılanmalarına da bağlı olduğunu ortaya koymaktadır. Erken dönem bağlanma bozulmaları ya da bağlanma temelli duygusal yaralanmalar, kendilik algısındaki boşluklar, duygusal regülasyon problemleri ve toplumsal rollenmeler de özgeci kişiliğin gelişmesine neden olmaktadır. (McWilliams, 2013). Uzun süreli olarak karşılıksız ve pasif fedakarlık ilişki boyunca kişinin kendini önemsiz hissetmesine yol açarken ayrılık süreci, kişide derin duygusal yaralar ve kalıcı psikolojik etkiler oluşturabilmektedir. (Jordan, 1991; Whitton, Stanley ve Markman, 2007). Birey biten ilişki ile birlikte benliğini kaybederek bağımlılık geliştirme eğilimi göstermektedir. Bu bağlamda, psikolojik danışma süreçlerinde bireyin erken çocukluk deneyimlerinin ilişkilerdeki yansıması derinlemesine incelenmeli; özellikle pasif fedakârlık eğilimleri, öz farkındalık ve sınır çalışmaları ile dönüştürülmelidir. Terapi sürecinde kurulan iletişimin odak noktasında, bireyin sevgiye ulaşmak için fedakarlıkta bulunması gerektiği inancını sorgulamasını sağlamak ve bu düşünce kalıplarını yeniden yapılandırmak bulunmaktadır. Kişi, sevilmek için değil, kendisi için değerli olduğunu öğrenmelidir. Kendi içindeki değeri gören birey, fedakarlığı bir zorunluluk gibi yaşamayacaktır.

(Corey, 2015).

Kadın ya da erkek fark etmeksizin, aşırı fedakârlık yapan, hayatının büyük bölümünü karşı tarafa göre şekillendiren bireylerin ilişkiyi bitirmekte çok daha fazla zorlandığı görülmüştür. Bu bireyler, ilişkinin içinde kendilerine ait alanı kaybetmekte, karşı tarafın yaşamına fazlaca dahil olmakta ve aradaki duygusal bağı koparmakta güçlük yaşamaktadırlar. İlişkideki yerini kaybetmemek için benliğini ikinci plana atan bireylerin öz saygısı sarsılmakta, bağımsız hareket edebilme becerisi zayıflamaktadır.

Bu çalışmadan elde edilen bulgular, romantik ilişkilerde gösterilen fedakarlık biçimlerininin yalnızca kişilerin ilişki dinamiklerini belirleyen bağlanma yapılarıyla değil, erken dönem ruhsal yapılanmalarla da doğrudan bir ilişki içinde olduğu dikkat çekmektedir. Bazı durumlarda fedakarlık, ilişkinin sürekliliğini destekleyen ve sağlıklı bir davranış örüntüsü olarak ortaya çıkabilirken; yoğun, sınır ihlallerine açık ve bireyin benlik bütünlüğünü tehdit eden bir forma bürünmesi durumunda, bireyde tükenmişlik hissi yaratmakta ve sağlıksız ilişkilerin sürdürülmesinde ısrarcı bir tutuma neden olabilmektedir. (Jordan, 1991; Whitton, Stanley ve Markman, 2007).

KAYNAKÇA

Arkonaç, S. (1993). *Grup İlişkileri*. Alfa Basım Yayım Dağıtım.

Arzuman, R. (2023). *Genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin kişilik özelliklerinin anne baba tutumları ve kardeş ilişkileri açısından incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi.

AYDOĞAN, D. ve ÖZBAY, Y. (2018). Evlilikte Fedakârlık Doyumunun İlişkisel Özgünlük ve Evlilik Doyumu Bağlamında Değerlendirilmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 7(2), 1276- 1290.

Burger, J. M. (2016). *Kişilik*. Kaknüs Yayınları.

Carr, A. (2016). *Pozitif Psikoloji*. Kaknüs Yayınları.

Corey, G. (2015). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları.* Mentis Yayınları.

Deniz, Ş. (2025). *Romantik İlişkilerde Duygusal Bağımlılığı Keşfetmek*. Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi, 12 (1), 421-442.

Dinçer, D., & Aydoğan, D. (2019). Evlilik İlişkisinin Gizil Güçleri: Özgecil Aşk, Acının Dönüştürücü Gücü ve Fedakârlık Doyumu. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7, 65-77. https://doi.org/10.18506/anemon.506296

Kesebir, S., Kavzoğlu, S.Ö., Üstündağ, M.F. *Bağlanma ve Psikopatoloji.* Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry. June 2011;3(2):321-342.

McWilliams, N. (2013). *Psikanalitik Tanı Klinik Süreç İçerisinde Kişilik Yapısını Anlamak.* İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Miller, L. (2004). Bebeğin Aileye Yerleşmesi. In D. Steiner, S. Reid, J. Trowell & L. Holditch (Yay.), Çocuğunuzu Tanıyın: 0-6 Yaş (s. 38-39). Altın Kitaplar Yayıncılık.

Millon, T., Grossman, S., Millon, C. M., Meagher, S., & Ramnath, R. (Çev. E. O. Gezmiş). (2020). Modern yaşamda kişilik bozuklukları. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Şahin, S. M., & Sakallı, N., (2022). *Romantik İlişkilerde Kalıp Yargılar, Türk TV Dizilerini İzleme ve Cinsiyetçilik Arasındaki İlişki* . IV. Sosyal Psikoloji Kongresi (ss.160-161). İzmir, Türkiye

Topkara, M. (2021). *Ayrılığın Psikolojisi.* Karma Kitaplar.

Yonar, S., & Demir, İ. (2020). *Beliren Yetişkinlerde Romantik Yalnızlığın Yordanmasında Bağlanma ve Flört Kaygısının Rolü.* Eğitim Ve Toplum Araştırmaları Dergisi, 7(2), 517-542.

Mine ALPAN
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Radyo, Televizyon ve Sinema Bölümü
minealpan34@gmail.com

VAKA ADI :

KÜLTÜREL VE SANATSAL İÇERİKLİ TELEVİZYON PROGRAMLARININ AZALMA NEDENLERİNİN İNCELENMESİ

SEKTÖR : Televizyon

PROBLEMİN TANIMI

Günümüzde son yıllarda televizyon kanallarındaki kültürel ve sanatsal programlar, artık dijital platformlara taşınmış ve giderek bu tür televizyon programları azalmıştır. Geleneksel medya, azalan kitlesel ilgi ve düşen gelirlerle birlikte küçülürken, kültür sanat yayıncılığı hem bireysel hem de kurumsal girişimlerle YouTube gibi platformlara kaymaktadır. Televizyon kanallarındaki kültür sanat programlarının sayısının azalmasıyla bu içerikteki programlara sanatçıların konuk alınması zor bir durum haline gelmiş, aşırı seçicilik ve ün ön planda tutulmaktadır. Yapılan incelemede ayrıca günümüzde yayın kuruluşlarının kültür sanat haberlerine ve programlarına ayırdıkları süre çok azdır.

ÖZET

Bu vaka analizi çalışması, televizyon kanallarındaki kültürel-sanatsal programların azalmasına sebep olan problemleri nedenleriyle ele almaktadır. Çalışmamızda kültür-sanat muhabirleri, dernek başkanı, gazeteci, menajer ve oyuncu ile görüşüp bu vaka hakkında alınan bilgilerle bu konuya katkı sunmak amaçlanmaktadır. Günün herhangi bir saatinde televizyon kanallarına baktı-

ğımızda; ekranda birbirine bağırıp çağıran insanlar, yemek programları ya da hiçbir sonuca ulaşmayan, bilimsellikten ve nesnellikten uzak tartışmaları içeren birçok programa denk gelinmektedir. Çoğu televizyon kanalı haftanın bir saatini müziğe, edebiyata, tiyatroya ve sinemaya ayırmamaktadır. Bütün kanallar adeta ticari bir düşünceyle kötü programlar yapabilmek için birbirleriyle yarışmaktadır. Tek hedefleri daha fazla izlenmek, daha fazla reyting ve reklam pastasından en büyük payı almaktır. Türkiye'deki televizyon yayıncılığının amacı daha fazla reklam ve daha fazla gelir elde etmektir. Yapılan araştırmada televizyon sektöründe kültür-sanat haberciliği ötekileştirilmiş durumdadır. Medyada özellikle siyaset ve magazin bölümlerine verilen önemin kültür-sanata verilmediği gözlemlenmektedir. Aynı zamanda gönüllülük esasıyla çalışmaya kadar indirgenen kültür-sanat haberciliğine bakıldığında, televizyonlar gibi gazetelerin dahi kültür-sanat servislerinin olmadığı, tek muhabirin hem "kültür-sanat", hem "magazin" hem de "yaşam" haberlerine aynı anda baktığı tespit edilmiştir. Kültürel ve sanatsal programlar, bireylerin sanatsal ve entelektüel gelişimine katkı sağlar. Bu tür içeriklerin azalması, toplumun genel bilgi seviyesini ve eleştirel düşünme becerilerini olumsuz etkileyebilir.

Anahtar kelimeler : Kültür, sanat, televizyon

GİRİŞ

Televizyon sihirli bir araçtır. Bu sihirli araç, izleyicisini bazen güldüren, bazen düşündüren, bazen hüzünlendiren, bazen öfkelendiren, bazen keyiflendiren, bazen sorgulatan, ama en çok da eğlendiren bir araçtır. Bu kadar çok işlevi olan televizyon; söylenecek sözün, çalınacak şarkının, aktarılacak duygunun, satılacak malın, topluma verilecek enformasyonun, oluşturulacak kamuoyunun, kısacası topluma anlatılacak öykünün ve hikayenin yazıldığı, kurgulandığı ve anlatıldığı ortamdır (Yıldırım, 2019). Bu ortamın amaçlarını yerine getirmesine etki eden en önemli faktör, televizyon program türlerinin işlevleridir. Toplum içinde yaşayan insan, sosyal bir varlık olmanın gereği olarak üretir. Ürettiği değerlerden birisi de sanattır. Sanatın üretiminde sanatçı, yaşadığı ülkenin politik, kültürel, ekonomik ve toplumsal yapısından beslenir. Toplumsal yapının bir öğesi olan politik yapı, sanatın içeriğini ve biçimini belirlemede önemli bir unsurdur. Toplumsal yapının içinde sanatın rengi, dokusu, sanatçının ise duruşu belirlenir. Radyo Televizyon Üst Kurulu (RTÜK) 'ün (2018: 14) hazırlamış olduğu kitapçıkta, kültür sanat programları, toplumun düşünce ve hayat şekline konu teşkil eden ve nesilden nesile aktarılan inanç, bilgi ve uygulamalarının,

kültürel ürünlerin ve güzellik, tasarım ile duygu aktarımlarının yansıtıldığı, tanıtıldığı ve sanatın her dalıyla ilgili güncel ya da tarihsel gelişmeleri anlatan program türü olarak açıklanmaktadır. Kültür-sanat programlarının içeriğine bakıldığında, izleyicisine ülkedeki ve dünyadaki kültür-sanat alanındaki gelişmeleri bildirir. Türkiye'de ne yazık ki kültür sanat programları, dünya standartlarına göre son derece geridedir.

TANIM VE AÇIKLAMALAR

Kültür, Sanat ve Televizyon

Kültürün Tanımı

Kültür kelimesinin "bakmak veya yetiştirmek" manasına gelen klasik Latin fiillerinden olan colere veya cultura'dan geldiği kabul edilir. Fransızcada da kullanılan bu sözcük, ilk kez Voltaire tarafından insan zekâsının oluşumu, gelişimi ve geliştirilmesi anlamında kullanılmıştır. Sözcük buradan Almancaya geçmiş, 1793 tarihli bir Alman Dili Sözlüğü'nde cultur olarak kullanılmış, daha sonra kültür hâline gelmiştir. (Milli Eğitim Bakanlığı TV Kültür Sanat Haberciliği, 2013). Kültür tanımları içerisinden en eskilerinden biri E. B. Taylor'un tanımıdır. Taylor'a göre kültür; "Bilgiyi, inancı, sanatı ve ahlakı, örf ve adetleri, ferdin bağlı olduğu bir cemiyetin üyesi olması sebebiyle kazandığı alışkanlıkları ve bütün maharetleri içine alan karmaşık bir bütündür."

Sanatın Tanımı

Sanat, insanlık tarihinin her döneminde var olan bir olgudur. Tarih öncesi insanları bile kemiklerden ve çakmak taşlarından basit yontular yapıyorlardı. İnsanlığın geçirdiği evrimler, insanların yaşama biçimlerini, yaşama bakışlarını, sanat biçimlerini ve sanata bakışlarını değiştirmiş; her dönemde ve toplumda sanat farklı görünümlerde ortaya çıkmıştır. Bir duygu, tasarı, güzellik vb. anlatımında kullanılan yöntemlerin tamamı veya bu anlatım sonucunda ortaya çıkan üstün yaratıcılık, belli bir uygarlığın, topluluğun anlayış ve zevk ölçülerine uygun olarak yaratılmış anlatım şeklinde tanımlayabileceğimiz sanat terimi dilimize Arapçadan geçmiştir. Hegel'e göre sanattaki güzellik, doğadaki güzellikten üstündür. Sanat, insan aklının ürünüdür ve kendisine doğanın taklidinden başka amaç bulmalıdır. Thomas Munro'ya göre, "Sanat doyurucu estetik yaşantılar oluşturmak amacıyla dürtüler yaratma becerisidir."

Sanat Toplum İlişkisi

İnsan, düşünen, üreten toplumsal bir varlıktır. İnsanın hem üretmesi hem de bunu paylaşması, toplumsal bir varlık olmasının gereğidir. İnsanoğlunun ürettiği ve paylaştığı değerlerden biri de sanattır. Bir insan, kafasındaki düşünceyi açıklamadığı ve uygulamadığı sürece diğer insanlar bundan yararlanamaz. Sanat aracılığıyla insanlar arasında iletişim sağlanır. Bu durum, sosyal yaşamın bir gereğidir. İnsanoğlu, sanat ve sanat eserleri sayesinde geçmiş, bugün ve gelecek arasında iletişim kurabilir. İnsan, sanatla gerçeğini yeniden üretirken, insani değerleri kendi süzgecinden geçirip ayıklar ve saflaştırır. Yaşamdaki tüm güzellikler ise en anlamlı ifadesini sanatta bulur (Öztürk, 1997). Sanat eserleri, insan zekasına, mantığına ve bilgisine hitap ettiği kadar, insan ruhuna, zevkine ve hislerine de hitap etmektedir. Sanat eserlerinin herhangi bir ilim veya fikir eserinden daha cazip olması, daha kolay benimsenmesi ve kitlelere ulaşmasındaki kolaylığı sayesinde etki alanı çok daha geniştir. Çünkü sanat, radyo ve televizyon gibi kitle iletişim araçlarını kullanarak toplum genelinde etkisini genişletmektedir (Bilgiç, 1977). Bir ülkenin sanatsal üretimi, onun kültürüne aittir. Sanat, bir kültürü oluşturan öğelerden biridir. Öyleyse kültür ve sanat, bir ülkenin uygarlık ölçüsüdür. Sanat değerleri ve kültür varlıkları, o uygarlığın en önemli göstergeleridir.

Sanat - Kültür ve Televizyon İlişkisi

Ipsos Group S.A., Paris (İPSOS) 2016 yılında Türkiye'de 34 ilde 13.799 kişi ile "Türkiye'yi Anlama Kılavuzu" isimli bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonuçları, bireylerin gündelik hayatın içinde ne kadar aktif olduğuna, toplumsal hayata ne kadar ve nasıl katıldığına ilişkin çarpıcı veriler sunmuştur. Araştırmanın sonucu; Türkiye'de insanların yaptığı en yoğun aktivitenin % 85 oranıyla televizyon izleme olduğunu göstermiştir (2017: 18-19). Bu oran neyi ifade etmektedir? Türkiye'de toplumun kültür-sanat hayatına katılım konusunda sınırlı bir çaba içinde olduğunu göstermektedir. Sanatı hayatın her alanında ve anında ulaşılabilir kılmak, kültürü yaşanabilir kılmaktır. Bunun için kültür ve sanat alanında katılımcılığı artırmak amacıyla farklı bakış açılarına sahip birey ve kurumların bir araya gelerek çalışmaları gerekmektedir. Bu kurumların başında televizyonlar gelmektedir. Televizyonda programların yayın sürelerine bakıldığında kültür ve sanat programlarına ne kadar az zaman ayırıldığı görülmektedir. Hayatın içinde her an, her yerde karşımıza çıkan ideoloji, farklı insan topluluklarının kendi yaşam pratiklerini deneyimledikleri, deneyimlerini

anlamlandırdıkları, anlamlara açıklamalar getirdikleri ve belli bir imgesel tutunum kazandırmak için düşünceleri kullandıkları, gerçeği şifreleyen düşünce yapılarını ifade etmektedir. Hayatı anlamlandırırken, hayatlarına yön verirken bir yol haritasına ihtiyaç vardır. Bu ihtiyaç sanatla anlam bulur. Gerçeğin şifresi hayatın kendisidir. Hayat ideolojiktir. İdeoloji hayatın içinde olmaktır. İdeolojinin temelinde, fikir, düşünce ve inanç sisteminin var olduğu görülür. Bu sistemin içinde kendimizi görebileceğimiz, tutum ve davranışlarımıza yön vereceğimiz, yaşam değerlerini oluşturacağımız bir yolun bulunması için verilen çabalar bütününün olduğunu söylemek mümkündür. Bu çabaların içinde bize en yakın olanı sanatsal ve kültürel faaliyetlerdir. TÜİK'in 2016 yılı verilerine göre sanatsal ve kültürel alanda kişi başı harcama miktarının düşüş gösterdiği bir ortamda en etkili yöntemlerden biri, sanat ve kültür programlarını televizyon vasıtasıyla izleyicilere ulaştırmak ve yaygınlaşmasını sağlamaktır. Kültür sanat etkinliklerini kitle iletişim araçlarında aldığı yere göre tiyatro, opera, bale, dans, sinema, müzik, edebiyat, seramik, resim, heykel, fotoğraf vb. şekilde sıralamak mümkündür. Günümüzde sanatın farklı kolları, resim, heykel, sinema, edebiyat, tiyatro, cam, seramik, bale, konser vb. televizyonda sanat programları içinde yer alabilecek öğeler olarak sıralanabilir. Hiç kuşku yok ki hayata bir nefes, bir güzellik, bir anlam katma noktasında sanat programlarının sayıca zamanla artışı, beraberinde kaliteyi ve izleyicilerin sanata ilgisini artıracak bir unsur olarak değerlendirilebilir.

Türkiye'de Bir Popüler Kültür Aracı Olarak Televizyon

Günümüzde daha çok ticarî kaygılarla büyük sermaye gruplarının denetiminde bulunan medya; gerek toplumsal gerekse bireysel düzeyde hayatın her alanında siyasi, ekonomik ve kültürel tutum ve davranışları etkin bir biçimde yönlendirici işlev görmektedir. Genellikle bu etkinliğini de; eğlenceden giyim-kuşama, yeme-içmeden müziğe, spordan modaya, siyasetten alışverişe kadar gündelik hayatta halkın çoğunluğunun beğendiği, sevdiği, tercih ettiği, tükettiği her şeyi kapsayan popüler kültür ile sağlamaktadır (Zorlu, 2016). Zira popüler kültür de bugün medya gibi ticarî bir niteliğe sahiptir. Çünkü halk tarafından üretilen, ticarî bir amacı olmayan halk kültüründen önemli ölçüde beslenmesine rağmen popüler kültür; medya gibi ticarî amaçlarla hareket eden endüstriyel ortamlarda üretilmekte ve kitlelerin tüketimine sunulmaktadır. Bu suretle gerek medyada gerekse diğer sektörlerde popüler hale getirilerek kitlelere sunulan ürünlerle daha çok izlenme, daha çok tüketme, dolayısıyla daha çok kâr elde etme hedeflenmektedir. Çünkü medya artık büyük holdinglerin denetiminde ticarî amaçlara öncelik veren kuruluşlara dönüşmüş bulunmaktadır.

YÖNTEM

Kültürel ve sanatsal programların televizyon ekranlarındaki azlığı, tekil bir faktörden ziyade, medya ekonomisinin kâr odaklı yapısı, kültürel sermayenin toplumsal dağılımı, kamu yayıncılığının misyonu ve izleyici davranışlarının karmaşık etkileşiminin bir sonucudur. Bu vaka analizi, sorunun çok boyutlu doğasını ortaya koymakta ve potansiyel çözümlerin (örneğin kamu yayıncılığının güçlendirilmesi, kültürel-sanatsal farkındalık kampanyaları, kamuoyu yoklamalarının yapılması) geliştirilmesi için bir zemin sunmaktadır. Televizyon yayıncılığında kültürel ve sanatsal programların sayısının azlığı, medya bilimleri, sosyoloji, ekonomi ve iletişim çalışmaları gibi farklı disiplinlerin kesişim noktasında incelenmesi gereken karmaşık bir olgudur. Bu durumun altında yatan nedenler, genellikle ticari yayıncılığın dinamikleri, izleyici davranışları ve kültürel sermayenin toplumsal dağılımı ile ilişkilidir.

Bu vaka çalışması, Türkiye'de televizyon kanallarında yer alan kültürel ve sanatsal programların genel azlığı araştırma konusunu desteklemek amacıyla, kamu yayıncısı TRT 2 özelinde bir inceleme sunmaktadır. Çalışma, TRT 2›de yayınlanan belirli bir kültür-sanat programının izleyici tepkilerini analiz ederek, bu tür programlara olan halk talebinin ve mevcut programların yetersizliğine dair algıların somut bir örneğini ortaya koymayı hedeflemektedir. Kamu yayıncılığının kültürel misyonu ve bu misyonun güncel yayıncılık pratikleri içindeki konumu, çalışmanın temel argümanını oluşturacaktır.

Bu vaka çalışması, nitel araştırma yöntemlerinden vaka analizi yaklaşımını benimsemektedir. Çalışmanın veri kaynağını, TRT 2'de yayınlanan kültür ve sanat gündeminde bir hafta boyunca öne çıkan etkinlikler ve gelişmeler ile özel haberlerle hafta içi her gün ekrana taşınan edebiyat, sinema, müzik, tiyatro gibi sanatın farklı disiplinlerini ve kültürel nitelikleri içeren "Hayat Sanat" adlı kültür sanat programına yönelik izleyici tepkileri oluşturmaktadır. Yapılan analizde, "Hayat Sanat" programının izleyiciler tarafından büyük ölçüde beğenildiği ve takdir edildiği gözlemlenmiştir. Ancak bu olumlu tepkilerin yanı sıra, izleyicilerin önemli bir kısmının kültür sanat programlarının genel yetersizliğine ve bu tür içeriklere olan yüksek taleplerine vurgu yaptığı tespit edilmiştir. Örneğin, on katılımcı (seyirci) üzerinde toplanan yorumlardan bazıları kısaca şunlardır:

K1 : (Kadın, 30 Yaş, Turizmci) Keşke TRT 2 daha çok geniş kapsamlı sanatsal programlar yapsa; bu kadar değerli içerik çok az.

K2 : (Kadın, 67 Yaş, Ev Hanımı) 1990 yıllarda TRT 2'de daha fazla kültürel

sanatsal yayın vardı. Hayat Sanat gibi programların yine artmasını çok isterim. Engelli çocuğumdan dolayı fazlaca evden çıkıp kültürel ve sanatsal aktivitelere katılamıyorum. Ama TRT 2'den mevcut olan kültürel programları izleyip takip edebiliyorum.

K3 : (Erkek, 38 Yaş, Güvenlik Şefi) TRT 2'yi sadece bu tür programlar için açıyorum. Çok kaliteli işler çıkıyor ama yayın akışında daha sık yer almalılar.

K4 : (Kadın, 28 Yaş, Banka Müfettişi) Kültür sanat açlığımızı bir nebze gideriyorlar; ancak bu güzelim programların sayısı neden bu kadar az, anlamıyorum. İzleyici talebi yok mu sanılıyor?

K5 :(Kadın, 75 Yaş, Emekli Resim Öğretmeni) Hayat Sanat programındaki gibi derinlikli sanatsal içerikler varken, neden ana kanallar tamamen magazin ve eğlenceye boğuluyor? TRT 2'nin kültür sanat yayınlarına daha çok ağırlık vermesi şart. Biz yeni öğretmenliğe başladığımız dönemlerde TRT 2 televizyonumuzun ekranında hep açıktı. Kültürel sanatsal programlar olsun, eğitim programları olsun, evimizin neşesiydi. Hem eğlenir hem öğrenirdik.

K6 : (Erkek, 73 Yaş, Emekli Almanca Öğretmeni) Keşke TRT 2'nin yayın akışı tamamen kültür ve sanattan oluşsa. Çok az program var ve aynı programlar tekrar dönüp duruyor. 1970'li yılları iyi hatırlıyorum; TRT 2'yi keyifle izlerdik. Eskileri özledik, şimdi ise Hayat Sanat gibi kültürel ve sanatsal içerikli programların çoğalmasını diliyoruz; yeni ve farklı içeriklere ihtiyacımız var.

K7: (Kadın, 59 Yaş, Emekli Müzik Öğretmeni) TRT 2'de 1996'lı yıllarda bale, caz konserleri, tiyatro gibi sanatın birçok kolunu içine alan çeşitli programlar olurdu ve ailece seyrederdik. Şimdi televizyonlar olumsuz haberlerden ve gündüz kuşağından geçilmiyor.

K8 : (Erkek, 35 Yaş, Tekstil Mağazası Müdür Yrd.) Bu programları tesadüfen görüyorum çünkü çok az ve yayın saatleri de kısıtlı. Yetiştirdiğimiz çocuklarımız için daha fazla kültürel içeriğin tanıtımı ve yayını yapılmalı.

K9 : (Kadın, 50 Yaş, Doktor) Edebiyat, resim, müzik... Hepsi için ayrı ayrı programlar olmalı; hepsi bu kadar kaliteli olmalı. TRT 2'nin bu alandaki varlığı önemli ama daha çok programla güçlenmeli.

K10 :(Erkek, 33 Yaş, Esnaf) Ailece sinemaya, tiyatroya ve konserlere belli aralıklarla gidiyoruz. Çocuklarımızı sanatsal faaliyetlere yönlendirmek için algı oluşturmaya çalışıyoruz. Televizyonda "Hayat Sanat" gibi sanat içerikli programların artması dileğimiz.

Bu yorumlar, izleyicilerin sadece mevcut programları takdir etmekle kal-

madığını, aynı zamanda genel olarak kültür ve sanat içeriğinin televizyon yayıncılığında daha fazla yer alması gerektiğine dair güçlü bir beklenti içinde olduklarını açıkça göstermektedir. İzleyicilerin bu talepleri, mevcut programların "azlık" algısını pekiştiren ve bir kamu yayıncısı olarak TRT'nin bu alandaki sorumluluğuna işaret eden önemli göstergelerdir.

Sonuç olarak bu vaka çalışması, TRT 2'deki "Hayat Sanat" adlı program örneği üzerinden, Türkiye'deki kültürel ve sanatsal programların genel azlığına dair önemli bulgular sunmuştur. İzleyici tepkileri, mevcut programlara duyulan takdirin yanı sıra**,** bu tür içeriklere yönelik belirgin bir "açlık" ve "yetersizlik" algısının varlığını gözler önüne sermektedir. İzleyiciler, özellikle kamu yayıncılığının kültür ve sanat alanındaki misyonunu daha aktif bir şekilde yerine getirmesi yönünde beklentiler taşımaktadır.

Elde edilen bulgular, ana konumuz olan "televizyon kanallarında kültürel ve sanatsal programların azlığı" argümanını güçlendirmektedir. Bu durum, hem izleyici talebini karşılamak hem de toplumsal kültürel gelişime katkıda bulunmak adına, yayıncıların kültürel ve sanatsal içerik üretimini ve yayınlama sıklığını artırması gerektiğine işaret etmektedir. Bu vaka çalışması, daha geniş çaplı araştırmalar için bir başlangıç noktası teşkil etmektedir ve kültür sanat yayıncılığı politikalarının yeniden değerlendirilmesi gerektiğini düşündürmektedir.

GÖRÜŞME

Medya ekonomisi perspektifinden bakıldığında, özel televizyon kanallarının temel hedefi kâr maksimizasyonudur. Bu kâr, büyük ölçüde reklam gelirleri aracılığıyla elde edilir (Albarran, 2013). Reklam verenler, ürün veya hizmetlerini mümkün olan en geniş kitleye ulaştırmak amacıyla yüksek reytingli programlara yatırım yapmayı tercih ederler. Bilimsel araştırmalar ve sektörel veriler, genellikle kültürel ve sanatsal içeriklerin (örneğin belgeseller, klasik müzik konserleri, tiyatro uyarlamaları vb.) yüksek izleyici oranlarına ulaşamadığını göstermektedir (Napoli, P. M. 2011). Bu durum, yayıncıları maliyet-fayda analizi sonucunda, daha düşük reyting potansiyeli olan kültürel programlara daha az kaynak ayırmaya iter. Bu yaklaşım, "küçük pazar teorisi" ile de desteklenir; kültürel ve sanatsal içerikler, genel izleyici kitlesi yerine belirli bir niş kitleye hitap eder. Bu niş pazarın ekonomik getirisi, kitleye yönelik programlara kıyasla daha sınırlı olduğundan, arzın düşmesine yol açar (Caves, R. E. 2000).

Araştırmada nitel yöntemden faydalanılarak, aşağıda isimleri ve ünvanları yer alan katılımcıların televizyon kanallarında kültürel ve sanatsal programla-

rın azalma nedenleri araştırma konusu çerçevesinde görüşleri alınmıştır.

K1 : Kültür Sanat Muhabirleri Derneği Başkanı İbrahim Gökdemir

K2 : Oyuncu ve yazar Sevtap Çapan

K3 : Sabah Gazetesi kültür sanat sayfası köşe yazarı ve a Para TV "Biz Bize" programı yapımcısı İlker Gezici

K4 : Oyuncu Menajeri ve Basın PR Zeynep Oyuk

Sorunların Tanımlanması

Görüşme kapsamında yöneltilen sorular

Kültürel ve sanatsal programların sayıları neden azalıyor?

Bu konuda yaşanan problem size göre nedir?

Çözüm önerileriniz nelerdir?

Gerçekleşen görüşmelerden elde edilen yorumlar

Katılımcılarla yapılan görüşmeler, konuşmanın özüne sadık kalınarak derlenmiş ve aşağıda paylaşılmıştır.

K1 : Kültür Sanat Muhabirleri Derneği Başkanı İbrahim Gökdemir ile yapılan görüşmede, kültürel ve sanatsal televizyon programlarının azalma nedenleri konusunun oldukça önemli ve güncel bir mesele olduğunun altı çizilmiştir. Televizyonlarda kültürel ve sanatsal programların azalması, toplumun genel kültür düzeyini, estetik algısını ve sanata olan ilgisini etkileyen ciddi bir gelişme olduğunu ifade ederek düşüncelerini aşağıda iki başlıkta paylaşmıştır.

Nedenler

Reyting Odaklı Yayıncılık : Televizyon kanalları giderek daha fazla reytinge, yani izlenme oranlarına bağımlı hale geldi. Kültürel ve sanatsal içerikler, genellikle geniş kitlelerce değil, belirli bir entelektüel izleyici kitlesi tarafından takip ediliyor. Bu da reklam gelirlerini azaltıyor. Sonuçta, ticari amaç güden kanallar bu tür programlara daha az yer veriyor. Ülkemizde siyasi kaosa yönelik haberler ve tamamen dedikodudan oluşan magazin haberleri reytinglerin başını çekiyor. Toplum olarak kültür ve sanattan uzaklaştırılmış ve siyasi hegemonyaya teslim olmuşuz. Ne zaman bu hegemonyadan kurtulur, devlet-millet olarak yönümüzü kültür ve sanata çevirirsek, işte o zaman televizyonlarda daha çok

kültürel ve sanatsal programların yapıldığını görürüz.

Dijital Platformların Yükselişi: Netflix, YouTube, Spotify gibi dijital platformlar sayesinde sanat ve kültür içeriği artık televizyon dışında da izlenebiliyor. Bu da geleneksel televizyon kanallarının bu alanlara yatırım yapma motivasyonunu düşürüyor.

Kültürel Politika ve Destek Eksikliği: Kültürel programların televizyonlarda yer bulabilmesi için devlet politikalarının teşvik edici olması gerekir. Ancak bu alanda uzun süredir ciddi bir destek ya da yönlendirme yoktur.

Toplumsal İlgi ve Talep Düşüklüğü: Toplumun kültür-sanatla ilişkisi zayıfladıkça, bu tür içeriklere olan ilgi de azalıyor. Dolayısıyla kanallar, talep görmeyecek içerikleri yayınlamak istemiyor. Kültür-sanatla ilişkinin zayıflamasının başında, siyasi kaostan beslenmeyi bir kültür haline getirmemizden kaynaklanıyor.

ÖNERİLER VE DÜŞÜNCELER

Kamu Yayıncılığı Güçlenmeli : TRT gibi kamu yayıncıları, kültürel ve sanatsal programlara daha fazla yer vererek örnek olmalıdır. Reyting baskısından bağımsız bu kuruluşlar, kaliteli içeriklerin korunmasında kilit rol oynayabilir.

Kültürel Programlara Teşvik Verilmeli : Devlet, özel kanalların kültürel içerik üretmesini teşvik edecek fonlar veya vergi avantajları sunmalıdır. Böylece hem sektör canlanır hem de toplumun kültürel gelişimi desteklenir.

Okullarda Medya ve Sanat Eğitimi Artmalı: Kültür ve sanat sevgisi, küçük yaşlardan itibaren kazandırılmalıdır. Bu sayede gelecekte bu tür içeriklere daha çok talep olacak ve yayıncılar bu içeriklere yatırım yapacaktır. İlkokuldan itibaren lise son sınıfa kadar kültür derslerinin yoğunluğu kadar "Kültür Sanat" başlığı altında yeni bir ders saati açılması zorunlu hale gelmiştir. Resim, iş, müzik ve görsel sanatlar dersleri bu başlıkta birleştirilmeli ve kültür sanatla iştigal eden yeni bir nesil oluşturulmalıdır.

Dijital Medya İle Entegre Programlar Geliştirilmeli: Televizyon kanalları, kültürel içerikleri sadece klasik formatlarda değil; podcast, sosyal medya etkileşimi ve interaktif içeriklerle zenginleştirerek sunmalıdır. Bu, genç izleyici kitlesi için daha çekici olabilir.

İzleyicinin Rolü Büyük: Son olarak, izleyicinin de bilinçlenip bu tür programlara talep göstermesi gerekiyor. İzlenmeyen program, ne yazık ki ayakta kalamıyor. Ne var ki, kültür sanat ile iştigal etmemiş, sürekli kaos haberlerinden

beslenerek bugünlere ulaşmış günümüz insanının kültür sanat bilincine sahip olmasını beklemek bir mucize olur. Bu bilinci yeni nesillerde oluşturmak, eğitimle daha kolay olur.

K2 : Her dönem üretkenliğini koruyarak sanat dünyasında saygın bir yer edinmiş olan oyuncu ve yazar Sevtap Çapan, araştırmasını gerçekleştirdiğim vaka konusu ile ilgili düşüncelerini aşağıdaki şekilde paylaşmıştır.

Ülkemizde, kendi kültürümüzün değerini fazlasıyla bilen ve herkes tarafından bilinmesi yolunda sanat ve edebiyat alanlarında emek veren biz sanat insanları için pek değerli bir konuyu işaret ediyorsunuz. Öncelikle bunun için teşekkür etmek isterim. Yarım asrı geçmiş olan yaşantımda, televizyonun ülkemize ilk geldiği yıllara şahitlik etmiş biri olarak şunu söylemeliyim: Avrupa ülkelerinin hâlâ çok gerisindeyiz, her konuda. Bu az gelişmişliğin korunması için büyük bir çaba harcandığı kanısındayım. Tek kanallı dönemdeyken bile daha sanatsal ve kültürel program içeriklerine sahipti televizyonumuz. Çok kanallı dönemin başlarında da yine bu özelliği taşımaktaydı. Şimdi ise işler çığırından çıkmış ve televizyondaki her program (haberler, televizyon dizileri, gündüz kuşağı programları, magazin, spor programları vb.) içerik, sunum, süre ve pek çok özellik bakımından erozyona uğramış – uğratılmış durumda. Hukuki açıdan bakıldığında, televizyonda, prime time denilen yani televizyon izlenme oranının en yüksek olduğu zaman diliminde eğitici yayınlar zorunluluğu vardı. Avrupa Birliği'ne uyum süreciyle çok fazla değişiklik gerçekleşti. Teknolojinin günbegün gelişimiyle de televizyon izleme biçimi, zamanı ve yeri dahi değişim gösterdi. Televizyondaki bir programı cep telefonumuzdan da rahatlıkla izleyebiliyoruz mesela. Reklamlar, yapımcının ve kanal sahibinin cebini doldururken, bir izleyicinin kâbusuna dönüşüyor çoğu zaman.

Hızlı tüketimin arasında, onca seçeneğin ortasında seçeneksiz bırakılan izleyici kitlesi mevcut. Bilinçli izleyici kitlesi televizyon seyretmiyor ya da seçeneksizlik arasında en iyi olanı arıyor. Uyumlama planı yeniden ele alınıp halkımızın genel kültürünü, sanatsal vizyonunu ve estetik zevkini geliştirebileceği televizyon içerikleri oluşturulmalıdır. Sabun köpüğü tarzında içerikler en aza indirgenmelidir. Toplumsal ahlaki çöküşe sebep olan değil, ulusal ve evrensel boyutlu ahlaki yükselişi hedef alan bir televizyon anlayışı üzerinde çalışılmalıdır.

K3 : Sabah Gazetesi kültür sanat sayfası köşe yazarı ve a Para TV " Biz Bize" programı yapımcısı İlker Gezici'nin incelemesini yaptığım vaka konusu ile ilgili belirttiği görüşler aşağıdaki şekilde yer almaktadır.

Türk televizyonlarında kültür ve sanat odaklı programların sayıca az olması

ve izleyici tarafından daha az tercih edilmesi yeni bir durum değil. Esasında televizyon yayının TRT ile ülkemize giriş yaptığı 1968 yılından bu yana kültür ve sanat odaklı programlar hiçbir zaman rağbet edilen seviyelere ulaşmamıştır. Başlangıçta, yani henüz televizyona alışmaya başladığımız o ilk 10 yıllık dönemde kültür sanat programları alternatif olarak izleyiciye sunulmuştur. Bunun alternatiften çok ihtiyaç olduğunun anlaşılması vesilesiyle 1986'da TRT'nin ikinci kanalı kurulmuştur. Kanal, daha çok kültür odaklı haberlerin yer aldığı programların yayınlandığı bir kanal olarak yayın hayatına başlamış ve sinemadan edebiyata, müzikten resme kadar sanat dallarının uzmanlarıyla konuşulduğu bir kanal olarak dikkat çekmiştir. Ressam Bob Ross'un Resim Sevinci programını izlemeyen ya da pazar kahvaltılarına eşlik eden klasik müzik konserlerini hatırlamayan yoktur sanırım. O dönem alanının öncüsüydü bu kanal. 2010'da kapanıp tekrar 2019'da açıldığında dönemin TRT Genel Müdürü İbrahim Eren, "2002'de kanalın haber kanalı olmasıyla kültür sanat programları ağırlık kazanmaya başlamış. 2006'da kültür programları oranı toplam yayınların yüzde 31,4'ünü kapsamış." şeklinde bir açıklama yapmıştı.

Konuya başka bir açıdan yaklaşmak gerekirse, kültürel ve sanatsal içerikli TV programlarının da tam olarak adını koymak lazım. Bir döneme damgasını vuran Beyazıt Öztürk'ün sunduğu Beyaz Show, Okan Bayülgen'in sunumuyla ekrana gelen Gece Kuşu gibi konuklu şov programlarının da kültür sanat programı kapsamına dâhil edersek bambaşka bir olguyla karşılaşırız. Hatırlanacağı üzere, yeni şarkısını çıkaran şarkıcı, yeni filmini tanıtmak isteyen oyuncu hatta yeni kitabından bahsetmek isteyen bir yazar, bu programları tercih ederlerdi. Hatta çoğu bu programlara çıkmak için adeta birbirleriyle yarışırlardı. Başka alternatifleri yoktu zira. Ne ilginçtir ki, gece yarısında yayınlanmalarına rağmen bu programlar çok büyük ilgiyle izlenir, gün birincisi olurlardı. Şimdi ne değişti? Yeni şarkı çıkaran şarkıcı mı yok, yeni sinema filmi mi? Aslında hiçbiri değil. Sanatçılar her zaman üretmeye devam ediyorlar, sadece hayranlarına ulaşma mecraları değişti. Eskiden az önce bahsettiğim programlarda gözükmek, albüm ve film tanıtımı yapmak zorundaydılar. Bugün bunlara gerek kalmadı çünkü sosyal medya diye bir gerçek var. Artık hemen her sanatçı, şarkıcı, oyuncu vs. kendi dijital platformundan kitlelerine ulaşmayı tercih ediyor. Yer aldıkları filmin tanıtımını veya çıkardıkları albümün kliplerini kendi sosyal medya hesaplarından yayınlıyorlar. Haliyle üçüncü bir şahsa, bir programa hatta tanıtım haberine bile gerek duymuyorlar. Bugün sinema filmleri veya müzik sektörü bile dijitalleşmeden dem vuruyorlar. Dijitale kayan ilgi sebebiyle sinema salonları bir bir kapanıyor. Vizyona girecek filmler çok az seyirci toplayabiliyor.

Dolayısıyla ekranlarda kültür sanat odaklı programların azalmasının en büyük sebebi bu bence, yeni medya alışkanlıkları… Gelişen teknolojiyle birlikte dijital medyaya hapsolduğumuz dönemde ne yazık ki, kaliteli kültürel içerikler artık YouTube, podcast'ler ve dijital belgesel platformlarında daha sık karşımıza çıkıyor. Geleneksel televizyon, bu alanda geri kalmış durumda. Malum, televizyon kanalları, reklam gelirine dayalı bir modelle çalıştığı için yüksek reyting getirmeyen programlara yatırım yapmayı tercih etmezler. Genellikle daha sınırlı bir izleyici kitlesine hitap eden kültür sanat programları da bu yüzden rağbet görmez ve ekranda çeşitlilik olsun diye kendisine yer bulur. Onun da süresi kısıtlıdır.

Öte yandan ekran başına geçen izleyici profiline de bakmak gerekir. Genelde kadına şiddet odaklı ya da kadını baskılayan dizilerin tercih edildiği görülüyor. Ve ne tuhaf bir paradokstur ki, bu tarz dizileri izleyenler de yine kadınlar oluyor. O yüzden arz talep dengesinin iyice şaştığını söylemek mümkün.

K4 : Oyuncu menajeri ve Basın PR Zeynep Oyuk, mesleği gereği televizyonlarla kurduğu iletişimlerde yaşadığı sorunları ve sonuca vardığı düşüncelerini bu vaka sorununu kapsamında aşağıdaki şekilde paylaşmıştır.

Günümüzde ülkemizde kültür sanat programlarının azalmasını, bu rol ve zemin değişikliğinin bir tezahürü olarak yorumluyorum. Örneğin, sinema ve tiyatro gibi alanlarda izleyicinin yön verdiği kalıplar ve kadrolarla meydana getirilen eserlerin tanıtım amacıyla da olsa ulusal kanallardaki kültür sanat programlarına fazlaca gereksinimi kalmıyor. Arz-talep doğrultusunda oluşturulan kadrolar ve içerikler, hedef kitle ile doğrudan veya sosyal medya aracılığıyla buluşma gerçekleştiriyor.

Öte yandan, bu değişime direnen ve sanatın klasikleşen anlamını devam ettirmeye çalışarak kültür sanat programlarında yer almayı – izleyiciyle buluşmak, medya aracılığıyla görünürlüğünü sağlamak isteyen sanatçılar için bambaşka bir ikilem ortaya çıkıyor. Konuk olacakları kültür sanat programlarının izlenebilirliğini ve bununla bağlantılı olarak izleyicinin beğenisine sunulacak olan eserin tanıtımını, cazibe noktasını "popüler-magazinel" medya figürleri üzerinden dizayn etmek durumunda kalmak... Ülkemizde kültür sanat programlarının, çağın gereksinimleri doğrultusunda kendi izlenebilirliklerini artırmak amacıyla özellikle konu ve konuk seçimlerinde bu tarz tercihler yapmak durumunda kaldığını bir oyuncu menajeri olarak bizzat deneyimledim. Sanat eserinin içerik ve niteliğinden çok "popüler figürlerin" projeye dahil olmasıyla işleyen bir tanıtım tarzı çoğunlukla projelerde öne çıkabiliyor. Örneğin, alanında oldukça tanınmış bir fotoğrafçı ya da bir ressam, yeni sergisinde

model olarak "popüler bir oyuncu, şarkıcı ya da medyatik bir figürle" iş birliği yaptığında, hem sanatçı hem de kültür ve sanat programları açısından durum kazan-kazan haline geliyor. Programın izlenebilirliği açısından, sponsor ve reklam verenlerin ilgisini artırmak için dar ve kısır bir alana hapsedilen kültürel içerikler, klasik sanat programı izleyicisi açısından zorlama bir hissiyat yaratıyor. Bir ikilem olarak gündem ve izlenebilirliği artırmak amacıyla tercih edilen konu ve konukların hedef kitlesi maalesef kültür sanat programlarının ilgilisi olmuyor. Hedef kitle "popüler" figürleri ve sanat projelerini, uzunca röportajlar, soru-cevap şeklinde ilerleyen detaylı programlarda izlemek yerine, olabilecek en hızlı ve kısa şekilde sosyal medyada anlamayı, 30-40 saniyelik videolarla yer aldıkları projeler hakkında yüzeysel de olsa fikir sahibi olacakları sosyal medya platformları aracılığıyla takip etmeyi yeğliyor. Bu sebeple, ulusal kanallardaki programlar olması gereken izlenme oranlarına yaklaşamıyor.

GÖRÜŞME SONUÇLARI

Bu bölümde, Kültür Sanat Muhabirleri Derneği Başkanı (K1), oyuncu ve yazar (K2), Sabah Gazetesi kültür sanat sayfası köşe yazarı ve program yapımcısı (K3) ile oyuncu menajeri ve basın PR uzmanı (K4) ile yapılan görüşmelerden elde edilen bulgular, kültürel ve sanatsal televizyon programlarının azalması vakasını anlamak için bütünsel bir perspektif sunmaktadır. Görüşmelerden elde edilen ana temalar ve kesişen noktalar, medya sektöründeki yapısal değişimlerin, ticari kaygıların, değişen yasal düzenlemelerin ve dönüşen izleyici davranışlarının kültürel içeriğin yayıncılıktaki yerini nasıl etkilediğini ortaya koymaktadır.

Ticari Baskılar ve Reyting Odaklılık: Medya Ekonomisinin İçerik Üzerindeki Belirleyiciliği

Tüm katılımcıların ortak vurgusu, televizyon yayıncılığının giderek artan bir ticari baskı altında olmasıdır. K1 (Dernek Başkanı), K3 (Gazeteci) ve K4 (Menajer), kanalların ayakta kalmak için reyting ve reklam gelirlerine bağımlılığını temel bir sorun olarak işaret etmektedir. K1, kültürel ve sanatsal içeriklerin "geniş kitlelerce değil, belirli bir entelektüel izleyici kitlesi tarafından takip edilmesi" nedeniyle reklam gelirlerini azaltmasını, ticari kanalların bu tür programlara daha az yer vermesinin ana nedeni olarak göstermektedir. Bu iddia, RTÜK faaliyet raporlarında yer alan yıllık reklam gelirleri verileriyle ve yayıncıların ticari iletişim faaliyetlerine dair raporlarıyla desteklenebilir.

K3, Türkiye'de siyasi haberler ve magazin programlarının reytinglerde başı çektiğini belirtirken, bunun kültürel programların azalmasında temel bir etken olduğunu vurgulamaktadır. Örneğin, 2000'li yıllar öncesindeki sanatsal belgesellerin veya tiyatro yayınlarının yerini, günümüzde daha çok "hızlı tüketilen" ve popüler kültür öğeleri içeren programların alması, medya ekonomisi teorileriyle uyumlu olarak kamusal yayıncılığın misyonunun ticari kaygılarla nasıl dönüştürüldüğünü (Croteau & Hoynes, 2014) göstermektedir. K4 ise, sanatsal projelerin tanıtımında dahi "popüler-magazinel" figürlerin tercih edilmesinin, projenin içerik ve niteliğinden çok izlenirlik kaygısıyla hareket edildiğini bizzat deneyimlediğini ifade etmektedir. Bu durum, reklam verenlerin ve sponsorların ilgisini çekme amacıyla kültürel içeriklerin dar ve kısır bir alana hapsedilmesine yol açtığına dair somut bir gözlem sunmaktadır.

Dijitalleşme ve İzleyici Davranışındaki Değişim: Alternatif Platformların Yükselişi ve Medya Tüketim Alışkanlıkları

K1, K2, K3 ve K4'ün yorumları, teknolojinin televizyon izleme alışkanlıklarını kökten değiştirdiğini ve kültürel içerik tüketimini dijital platformlara kaydırdığını ortaya koymaktadır. K2, "televizyondaki bir programı cep telefonumuzdan da rahatlıkla izleyebiliyoruz" diyerek bu değişimi somutlaştırmaktadır. K3, "sanatçılar her zaman üretmeye devam ediyor; sadece hayranlarına ulaşma mecraları değişti" tespitiyle, sanatçıların sosyal medya gibi kendi dijital platformları üzerinden kitlelerine doğrudan ulaştığını belirtmektedir. K1 ve K3, "kaliteli kültürel içeriklerin artık YouTube, podcast'ler ve dijital belgesel platformlarında daha sık karşımıza çıktığını" ifade ederek, geleneksel televizyonun bu alanda geri kaldığına dikkat çekmektedir. K4'ün belirttiği gibi, sinema ve tiyatro gibi alanlarda izleyicinin doğrudan sosyal medya aracılığıyla eserlere ulaşması, ulusal kanallardaki kültür sanat programlarının tanıtım ihtiyacını azalttığına dair somut bir örnek sunmaktadır.

Toplumsal İlgi, Talep Düşüklüğü ve Medyanın Toplumsal Sorumluluğu

Katılımcılar, kültürel programlara olan toplumsal ilgi ve talep düşüklüğünü önemli bir faktör olarak görmektedir. K1, "toplumun kültür-sanatla ilişkisi zayıfladıkça, bu tür içeriklere olan ilgi de azalıyor" yorumuyla, bunun altında yatan nedeni "siyasi kaostan beslenmeyi bir kültür haline getirmemizden" kaynaklandığını iddia etmektedir. K2, "bilinçli izleyici kitlesinin televizyon seyretmediği ya da seçeneksizlik arasında en iyi olanı aradığı" tespitiyle, mevcut içerik kalitesinin yetersizliğine vurgu yapmaktadır. K3'ün "ekran başına geçen

izleyici profiline de bakmak gerekir. Genelde kadına şiddet odaklı ya da kadını baskılayan dizilerin tercih edildiği görülüyor" gözlemi, arz-talep dengesindeki çarpıklığı ve kültürel değerlerdeki erozyonu işaret etmektedir. Tüm katılımcılar, medyanın sadece eğlence aracı olmanın ötesinde, bir toplumsal sorumluluk taşıdığını ve kültürel değerlerin aktarılması misyonunu üstlenmesi gerektiğini savunmaktadır. K2'nin "toplumsal ahlaki çöküşe sebep olan değil, ulusal ve evrensel boyutlu ahlaki yükselişi hedef alan bir televizyon anlayışı üzerinde çalışılmalıdır" çağrısı ve K1'in "eğitimle yeni nesillerde kültür sanat bilinci oluşturulmalı" önerisi, medyanın sosyalleşme ve kültürel sermaye oluşturma rollerine vurgu yapmaktadır (Habermas, 1989). K1'in okullarda medya ve sanat eğitiminin artırılmasına yönelik somut önerisi ("Resim, İş, Müzik, Görsel Sanatlar dersleri birleştirilmeli ve 'Kültür Sanat' başlığı altında yeni bir ders saati açılmalı"), uzun vadeli bir kültürel değişim için eğitim sisteminin önemini ortaya koymaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Kültürel ve sanatsal televizyon programlarının azalması vakası, çok yönlü ve karmaşık bir sorunu işaret etmektedir. Bu azalma; medya sektöründeki derinleşen ticari kaygılar, reyting odaklı yayıncılık, yasal ve kurumsal çerçevelerdeki dönüşümler, dijitalleşmenin getirdiği yeni medya tüketim alışkanlıkları ve toplumsal ilgi ile talep düşüklüğü gibi birbirini besleyen bir dizi faktörün etkileşimiyle açıklanmaktadır. Görüşmelerden elde edilen bulgular, bu sorunun sadece arz eksikliğinden değil, aynı zamanda talep ve kültürel politikaların yetersizliğinden de kaynaklandığını ortaya koymaktadır.

Bu vaka analizi, kültürel ve sanatsal televizyon programlarının azalmasının karmaşık nedenlerini anlamak için önemli bir çerçeve sunmakta ve sektör paydaşları için yol gösterici nitelikte bulgular ortaya koymaktadır. Kültürel erozyonun önüne geçmek ve toplumsal gelişimi desteklemek adına, televizyon yayıncılığında köklü ve çok boyutlu bir değişimin gerekliliği açıktır.

VAKANIN SÜRECİ

Ticari televizyon yayıncılığı dönemine kadar TRT Kurumu'nun, devlet tekeli olmasına ve televizyon içeriklerinin niteliğine ilişkin eleştiriler, 80'lerin

ikinci yarısından başlayarak başka türlü bir televizyonun mümkün olabileceği yönündeki düşüncenin doğmasına yol açmıştır. Türk toplumunun muhasır medeniyetler seviyesine ve Batı'nın çağdaş normlarına ulaşmasını amaç edinen TRT, yayın akışında kültür sanat programları, spor karşılaşmaları, bilimsel ve teknolojik yeniliklere dair belgesellere ve yabancı dizilere ağırlıklı olarak yer vermiştir. (Çelenk, 2005) Bu dönemde beş farklı kanaldan yayın yapan TRT, toplumsal gereksinimleri temel alan bir eğitim-kültür kurumu olarak birbirine benzeyen temalara sahip program içerikleri ile yayın hayatına devam etmiştir. TRT'de 1970'li yıllardan itibaren en çok edebiyat ve tiyatro, opera, bale, klasik müzik gibi sahne sanatlarıyla, resim ve heykel gibi plastik sanatlar, yani modern Batı sanatları, hem yurtdışı hem de ulusal temsilleriyle yer almıştır. Program yapımlarının toplumsal olaylarla da yakından ilgili olduğu görülmüştür. Yapılan araştırmaya göre, sanat yapımları 1989 yılından itibaren artmaktadır; zira 1989 yılında TRT 2'nin kültür ve sanat kanalı olarak yayın hayatına başladığı ve böylece TRT'nin çok kanallı döneme geçtiği yıldır. 90'lı yıllar, TRT'nin 24 saat kesintisiz yayına geçtiği ve daha çok kanalla yayın yaptığı yıllardır. Bu nedenle diğer programlar gibi sanat yapımları da artmıştır. Aynı zamanda bir kamu kurumu olmasına rağmen özel televizyon kanallarıyla, ticari olmasa da prestij açısından rekabet etmek durumunda kalması da bu artışın başka bir nedenidir. 1990'lı yıllardan itibaren giderek hızlanan küreselleşme ve beraberinde yaygınlaşan postmodern kültür, 2000'li yıllarda bizim açımızdan da etkili olmaya başlamıştır. Toplumsal, kültürel ve siyasal değişimlerin yanı sıra sanat anlayışındaki değişimlere bağlı olarak TRT sanata daha mesafeli olmaya başlamış ve Batı sanatındansa geleneksel Türk sanatlarına yönelme eğilimi göstermiştir. Daha sonrasında günümüze kadar gelen süreçte, önceleri yatay olan – yani yalnızca medya sektöründe başlayan – tekelleşme, dikey bir genişleme göstererek, medya sahiplerinin medya dışındaki alanlarda da tekeller oluşturmasına yol açmıştır. Özellikle inşaat, ulaşım, dağıtım, taşımacılık, madencilik vb. alanlarda genişleyen bu dikey tekelleşme neticesinde, aslında artık çok da kârlı olmayan medya sektörü daha çok bir vitrine dönüştürülmüştür. Bu vitrinse, tekellerin diğer sektörlerdeki faaliyetlerinin reklam ve kâr alanı olarak işlev görmeye başlamıştır. Özel sektör yayıncılığının tekeller bazında hâkim olduğu diğer sektörlerin vitrinine dönüşmüştür. Hedefler, öncelikler, yaklaşımlar ve değerler değişmiştir. 2000'li yıllardaki sanat yapımlarının, deneme yayınları yapıldığı ve yayın sürelerinin çok kısıtlı olduğu 1970'li yıllara göre bile azalmış olmasındaki asıl etken, postmodern kültürel etkiler ve muhafazakâr bir iktidarın egemen olmasının yanı sıra, tam olarak budur. Zira hiçbir zaman para etmeyen ve yalnızca Cumhuriyet ideolojisinin Batılılaşma hedefi doğrultusun-

da önemsenmiş olan sanatın, küreselleşme ve kapitalist sistem doğrultusunda – ve sanat anlayışının da değişmiş olduğunu unutmayarak – artık kamusal yayıncılık için bile pek bir önemi ve değeri kalmamıştır. Medya ve sanatın kendi içlerinde değişen dinamikler nedeniyle sanat ve geleneksel medya arasındaki bağ zayıflamaktadır ve zaman içinde bu bağ giderek ortadan kalkacaktır. Televizyonun üretim biçimi ve sanata göre çok basit olan anlatı yapısı daha çok zanaat olarak adlandırılabilir. Ancak yine de medyayla sanat arasında, ikisi açısından da önemli olacak bir bağ kurma ihtimali göz ardı edilmemelidir.

1987 yılında TRT Yayın Planlama Koordinasyon ve Değerlendirme Dairesi Başkanlığı tarafından yayımlanan TRT Radyo ve Televizyon Programları Kamuoyu Araştırması adlı kitaba göre; Türk toplumunda, yetişkin her ferdin sonuçta televizyon seyrettiği, dünya ve Türkiye olaylarını bu yolla öğrendiği, eğlence alışkanlığını bu araç yoluyla karşıladığı, kültürel değer sistemini yine bu araç yoluyla gözden geçirdiği ya da koruduğu ortaya çıkmaktadır. TRT Radyo ve Televizyon Programları Kamuoyu Araştırması verileri ışığında yapılan araştırma, "Televizyon yayınlarında ne tür programların yer almasını isterseniz?" sorusunun sonucu olarak aşağıdaki ön başlıklar sırasıyla yer alıyor… gösteriyor ki, 1970-1987 yılları arasında toplum kültürel ve sanatsal televizyon programlarına oldukça önem veriyor.

Yerli ve yabancı diziler

Yerli Sinema

Tiyatro konulu programlar

Sanat programları

Kültür programları

1970 - 1987 yılları arasında televizyon programının seyir saatlerinin yoğunlaşması, 22.00 - 24.00 saatleri arasında yayına konulan kültür programlarında ortaya çıkmaktadır. TRT 2 programlarının gerek hafta içi, gerekse hafta sonu yayını itibarıyla gösterdiği ilgi, bu program seyircisinin çok daha seçici olduğu, programların genellikle bir rehber aracılığıyla ayıklandığı ve buna göre izlendiğini göstermektedir.

En çok izlenen "Günün İçinden" ve "Gecenin İçinden" adlı programların içeriği; sosyal, kültürel ve sanatsal olaylardan haberdar etmesi ve bilgi vermesi, skeçler, parodiler, program içinde yer alan müzikler, gençlik köşesi, yurt içi ve dünyadaki sanat faaliyetleri ile ilgili haberler, sanatçılarla yapılan röportajlar, ödüllü yarışma köşesi ve konuk köşesinin ilgiyle izlendiğini göstermektedir.

1995'ten 2006'ya TRT 2 Kültür Sanat Programcılığı

Türkiye'nin ilk kültür sanat kanalı olan TRT 2'nin 1995-2006 yılları arasındaki kanal profili incelenmiştir. Bunun sonucunda, kanalın içinde bulunduğu durumun bürokratik ve siyasi müdahalelere açık yapıdan ve ekonomi-politik etkinin kanalın yayıncılık kalitesini düşürmesinden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır (Cantez, 2007)

TRT 2 yayın akışları 1995-1998 dönemi incelendiğinde, özellikle 1995-97 yılları arasında Amerika ve Avrupa kaynaklı yayınların belirli türlerde fazlalığı dikkat çekmektedir. Filmler ve belgeseller genelde yabancı kaynaklıdır. Bunun yanında, çoğu yayının adları bile prototipte Türkçe adlarıyla değil, orijinal adlarıyla yer alır. "Cyrano de Bergerac" (Bale), "Zoo Life With Jack and Hannah" (Belgesel), "Price of Hope" (Dizi Film), "Jazz Rock" (Müzik Programı), "Southbank Show - Istvan Szabo" (Film), "Sweet War" (Film), "Omni Science" (Belgesel), "Hoffman's Hunger" (Dizi Film), "Cafe Magazin" (Kültür Programı) bu yapımlardan birkaçıdır. (TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, 1995) Ancak 1998 yılından itibaren yabancı kaynaklı yayınların orijinal isimlerinin yanına Türkçe isimleri yazılmaya başlanır. (TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, 1998) Bugün ise tamamen Türkçe isim kullanılmaktadır. Yabancı kaynaklı yapımlardaki bu durum, televizyon teknolojisini de dışarıdan ithal etmiş olan bir kamu yayıncısı için aslında çok da şaşılacak bir durum değildir. Böylece, İngilizce kelimelerle birlikte batı kültürü empoze edilirken, ulusal bilinci artıracak yayınlarla da resmi ideoloji korunur. Böylece "televizyon bir yandan kapitalist ideolojiyi, diğer yandan da resmi ideoloji ve resmi etiği izleyicilere benimsetmede çift taraflı bir rol oynamaktadır." Ayrıca "TRT Hafif Müzik ve Caz Orkestrası", "Cazın Öyküsü", "12. Uluslararası Ankara Müzik Festivali", "Önder Focan Orkestrası" 1995 yılı 6-11 Kasım haftası içinde batı kaynaklı müzik yayınlayan ve çalan programlar olarak karşımıza çıkar. Bu, bir haftalık yayın akışı içinde Türk Halk Müziği, Türk Sanat Müziği gibi müzik türlerine yer veren programlara rastlanmaz.

Amerika ve Avrupa kültürüne özgü programlar sadece müzik alanında değil, film, belgesel, haber ve dizi gibi program türlerinde de görülür. Örneğin, "Sevgi Bağları", "Immenhof Çiftliği", "Kaptan Onedin" dizileri; "Charlie'yle Balıkçılık", "Define Adaları", "Equinox", "Modern Sanatın Serüveni" belgeselleri; CNN Dünya Raporu gibi Amerika kaynaklı haber kanalıyla ortaklaşa haber bülteni ve bu yabancı kaynaklı programlara örnek gösterilebilir. Tabii ki Türk yapımı programlar da vardır. Ancak bu programlar belli türlerle sınırlıdır. "Dokuzuncu Hariciye Koğuşu" dizisi, 6-11 Kasım 1995 haftasında yayınlanan tek Türk yapımı dizidir. "Anadolu Medeniyetleri", "Tangolarımız" gibi Türk

yapımı belgesellerin yanında "çağdaşlığa" vurgu yapan "Çağdaş Türk Bestecileri", "Merhaba Çağdaş Türkiye" gibi programlar da yayın akışındaki TRT yapımları olarak yerini alır. (TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, 1995) İki sene boyunca süren "Cumhuriyete Kanat Gerenler" belgeseli, gazeteci Ali Saydam'ın bir projesidir. Türkiye Cumhuriyeti'nin kuruluşunda cumhuriyetin gelişmesine katkıda bulunan her meslekten kişiler bu programda tanıtılmış ve cumhuriyete kattıkları değerler anlatılmıştır. "Çağdaş"lığa yapılan vurgu, hiç kuşkusuz Gümrük Birliği ve Avrupa'ya uyum sürecini savunan bir siyasi görüşle paraleldi. Özellikle dönemin (30.10.1995-06.03.1996) DYP-CHP koalisyonunun 3. Çiller Hükümeti Programı'nda yer alan "Her zaman olduğu gibi, Türkiye, seçmiş olduğu çağdaş yaşam tarzı ile kültürel, ekonomik ve jeopolitik gerçeklerden azami...ölçüde yararlanan bir siyasetin titiz uygulayıcısı olacaktır." maddesiyle ve 6 Mart 1996'da göreve başlayıp yaklaşık 3 ay süren ANAP ve DYP koalisyonunun 2. Yılmaz hükümeti programında bulunan, Türkiye'yi çağdaş uygarlık seviyesine çıkarma (309) gayreti ile de örtüşür. Yılmaz hükümetinin bir farkı "milli kültürün geliştirilmesi" konusuna değinmiş olmasıdır. Bu iki hükümet programında özellikle "çağdaşlığa" yapılan vurguyla dönemin TRT 2 uygulamalarının bağdaştığı gözükmektedir. TRT 2 yayınları genel olarak 1996 yılında 1995 yılına benzer bir yayın akışı izlemektedir. Örneğin "Gündemde Sanat Var", "Ve Sinema", "Cumhuriyete Kanat Gerenler", "Bir Şiirdir Yaşamak", "Stüdyo İstanbul", "Stüdyo Ankara", "Çağdaş Türk Bestecileri", "Sanatçıların Sanatçıları" gibi kültür sanat programları ve "Okudukça" programı devam etmektedir. TRT 2'de 1996 yılı Kasım ayında 1995 yılı Kasım ayından farklı olarak "Akşama Doğru" adıyla güncel kültür sanat olaylarına yer veren bir kültür programına rastlanmaktadır. Bu program 1995'te TRT 1'de 18.55'te yayınlanırken, 1996 yılında TRT 2'ye geçmiş ve hafta içi 5 gün canlı olarak saat 19.20'de yayınlanmaya başlamıştır. (TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, 1996) Aslında Yücel Yener programı tamamen yayından kaldırmak ister, ancak programın yapımcısı Seynan Levent'in siyasetçi babası İsmet Sezgin'in araya girmesiyle program kaldırılmayıp TRT 2 kanalına alınır. Seynan Levent tarafından hazırlanan "Akşama Doğru" programı, yıllarca devam eder ve hatırı sayılır bir izleyici kitlesini TRT ekranlarına çekmeyi başarır. Özellikle 90'ların bol gürültülü kanalları ve programları arasında sakin bir liman gibidir. Program 15 yıl sürer ve pek çok önemli konuğu ağırlar. Seynan Levent, programın bu başarısını izleyicisiyle kurduğu sağlam ilişkiye bağlar: "İzleyicilerimizden gelen en ufak öneriye, eleştiriye ekip olarak büyük önem gösterdik. Bizler düşlere inandık, dünyayı ütopya olarak görmedik, ertelemedik. Yeterince çaba harcarsak kardeşlik, barış gibi kavramlara ulaşabileceği-

mizi anladık." Programın en büyük özelliğini Seynan Levent "taraf olması ve TRT 2 ekranlarındaki bu en uzun soluklu kültür sanat programı için çok şey söylenir ama bugün bile yayınlansa seviyesi ve kalitesiyle ilgi çekecektir. Fakat programın kayıtları bugün TRT arşivlerinde bulunmamaktadır. Programdan geriye sadece hazırlanan magazinlerin kasetleri kalmıştır. 1997 yılı 24 - 30 Kasım tarihleri arasındaki akışa bakmadan önce siyasi ortamı değerlendirecek olursak, 28 Şubat'ın ardından 30 Haziran 1997'de 3. Yılmaz Hükümeti'nin DTP ve DSP ile ANAP'ın bir araya gelmesiyle kurulduğu bilinmektedir. Bu hükümetin asıl amacı Türkiye'yi yapılacak genel seçimlere sağlıklı biçimde taşımaktır. Bu hükümet, 11 Ocak 1999 tarihine kadar iktidarda kalmış, ardından Bülent Ecevit 56. hükümeti kurarak 1999 seçimlerine kadar başbakanlık görevine devam etmiştir. Bu arada genel ve yerel seçimlerin 18 Nisan 1999 tarihinde yapılması kararlaştırılmıştır. Ülkenin çalkantılı bir dönem yaşaması, TRT 2 kültür sanat kanalının yayın akışına da yansımaktadır. Çoğu programın yayınına devam edilmiş, ancak "çağdaş" ve "Atatürkçü" bir yayın anlayışına daha da ağırlık verilmiştir. 1997 yılı Kasım ayının 24-30 Kasım haftasına bakacak olursak, çok seçenek bulundurmayan bir program akışı görüyoruz. Bunun da mevcut siyasi belirsizlik ortamından kaynaklandığını söylemek yanlış olmaz. "Akşama Doğru", "Ve Sinema", "Karalama Defteri", "Okudukça", "Dilimiz Edebiyatımız", "Bir Şiirdir Yaşamak", "CNN Dünya Raporu" gibi programlar devam etmekle birlikte, bir zamanlar "Gündemde Sanat Var" programının içinde bir bölüm olarak 10 dakika yayınlanan "Atilla İlhan'la Zaman İçinde Yolculuk" bölümü kendi başına bir programa dönüştürülerek 20 dakika olarak yayınlandığını görüyoruz. "Jazz Rock", "Uluslararası İstanbul Müzik Festivali", "Bilkent Uluslararası Müzik Festivali" gibi yabancı kaynaklı müzik yayınlarının yanı sıra "Hoffman's Hunger" ve "Sevgili Öğretmenim" gibi yabancı diziler, "Dünya Sinemalarından" kuşağı, "Dünya Dosyası", "Dünya Coğrafyası", "Resim Sevinci" gibi belgesellerin yabancı kaynaklı yayınların devam ettiğini görmekteyiz. (TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, 1997) 1998 yılının 2-8 Kasım TRT 2 yayın akışına bakacak olursak, bu dönem yine Yılmaz Hükümeti'nin görevde olduğu döneme rastlar. Açıköğretim yayınlarının sona erdiğini, GAP TV paylaşımlı yayınlarının devam ettiğini görmekteyiz. 1997'de hafta içi her gün 09.00-19.00 saatleri arası toplam 10 saat yayın yapan GAP TV'nin 1998'de yayın saati 07.00-17.58 saatleri olarak düzenlenmiştir. (Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, Kasım 1998) Bu dönemde "Akşama Doğru", "Tiyatro Saati", "Ve Sinema", "Okudukça", "Atilla İlhan'la Zaman İçinde Yolculuk" programlarının devam ettiği görülür. Ayrıca kültür sanat olaylarına yer veren "Artı Sanat" adıyla bir programa rastlanmıştır. 2006 yılı 6-12 Kasım haftasının yayın

akışında yer alan kültür sanat programları; hafta içi her gün yayınlanan ve kültür sanat haberleri veren "Günde Sanat", Türk sanat müziği programı "Sebeb-i İstanbul'um", İsmet Özel'in toplum ve şiir üzerine incelemelerde bulunduğu "Şiir Türk'ün İklimi", "İskender Pala"nın sunduğu divan edebiyatı programı "Divançe", Hilmi Yavuz'un sunduğu "Dize", İlker Gültekin'in sunduğu kültür sanat programı "Rengahenk" bu dönemin TRT 2'de yayınlanan programlarıdır. Bu dönemde yayında olan yerli belgeseller ise "Osmanoğlu'nun Sürgünü - Öncesi ve Sonrası", "Portreler Galerisi Mehmet Hamdi Yazır", "Adım Adım Kafkaslar", "Bahtiyar Vahabzade", "Dolmabahçe Sarayı", "Tarihin Tanıklığında Türk-Ermeni Meselesi", yabancı belgeseller ise "Kozmik Yolculuk", "Hayal Beldeler" olarak sayılabilir. Aynı dönem TRT 2'de yayınlanan müzik programları "Yedikule Hisarı Konserleri - Yavuz Bingöl", "Canlı Performans", "23. Uluslararası Ankara Müzik Festivali - Kahire Senfoni Orkestrası" programlarıdır. (TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, 2006) 2006 yılı yerel müziğe ve geleneksel yayınlara daha fazla yer verilmiş, Türk televizyonlarında yapılan tek tiyatro programı da yayından kaldırılmıştır. Bugün kültür sanat haberi veren programlar dışında bir süre tiyatrolarla hiçbir program yapılmamıştır. Yalnız 2007 Ekim ayında "Tiyatro Daima" adıyla yeni bir programa başlanmıştır. Ayrıca sinema ile ilgili güncel haber veren tek program "Sinema 7"dir.

ANALİZ VE TARTIŞMA

Vakanın İçeriği Olan Sanatın Sosyolojik, Psikolojik ve Kültürel Açıdan Değerlendirilmesi

Sosyoloji alanından, özellikle Pierre Bourdieu'nun kültürel sermaye teorisi, kültürel programlara olan talebi anlamamıza yardımcı olur. Bourdieu'ya göre, bireylerin sahip olduğu kültürel sermaye (eğitim seviyesi, sanat bilgisi, estetik zevkler) onların belirli kültürel ürünleri tüketme eğilimlerini belirler (Bourdieu, P. 1984). Kültürel ve sanatsal programlar, genellikle yüksek kültürel sermayeye sahip bireylere hitap ettiğinden, bu tür programlara olan talep toplumun genelinde daha sınırlı kalabilir. Yayıncılar da bu toplumsal dağılımı göz önünde bulundurarak program stratejilerini belirlerler. İzleyici davranışları, kültürel programların azlığını açıklayan bir diğer bilimsel boyuttur. Psikolojik araştırmalar, insanların genellikle eğlence odaklı ve kolay tüketilebilir içeriklere yöneldiğini göstermektedir (Zillmann, D., & Bryant, J. (Eds.) 2002). Kültürel ve sanatsal programlar, bazen daha fazla dikkat, konsantrasyon veya ön bilgi gerektirebi-

lir; bu da onları bazı izleyiciler için daha "çaba gerektiren" bir aktivite olarak algılatabilir. Sosyal öğrenme teorisi (Bandura, 1977), medyanın sürekli olarak belirli türden (örneğin popüler kültür) içerikleri öne çıkarması durumunda, toplumun genelinde bu tür içeriklere yönelik bir talep ve beklenti oluşabileceğini ileri sürer. Bu durum, kültürel ve sanatsal içeriklere olan ilginin zamanla azalmasına katkıda bulunabilir.

Sanatın toplum üzerindeki etkisi, toplumsal dönüşümün bir parçasıdır. Sanat, insanların düşüncelerini, inançlarını ve değerlerini sorgulamalarına ve değiştirmelerine yol açabilir. Bir tiyatro oyunu veya film, izleyiciye farklı bir perspektif sunarak onların bakış açısını genişletebilir. Sanat, toplumun farklı konulara duyarlı olmasını sağlayabilir ve bilinçlenmeyi teşvik edebilir. Özellikle sanatın politik ve sosyal sorunlara yaklaşımı, toplumda farkındalık yaratmanın etkili bir yoludur. Sanat eserleri, insanları düşündürüp tartışmalara yol açar ve böylece toplumda değişimi tetikler. Sanatın toplumsal dönüşümdeki rolü, toplumun değişen ihtiyaçlarına cevap verebilme yeteneğiyle de ortaya çıkar.

Sanatın toplumu yeniden şekillendirebilen ve dönüştürebilen bir güç olduğunu gösterir. Sanatın toplumsal sorunlara çözüm üretebilme potansiyeli, insanların başka türlü çözülemeyecek problemlere farklı bir perspektiften yaklaşmasına yardımcı olur. Sanat eserleri, toplumsal değişimin yolunu açabilir ve yeni düşüncelerin doğmasına imkan tanır.

Sanat, toplumsal değişimin en önemli aktörlerinden biridir. Sanatın toplumsal dönüşümdeki rolü, insanların düşüncelerini ve duygularını ifade etmelerine yardımcı olmaktır. Sanatçılar, eserleri aracılığıyla toplumun sorunlarına dikkat çeker ve farkındalık yaratır. Bu, insanları bir araya getirir ve toplumsal değişimi teşvik eder. Sanatın toplumda farkındalık yaratması, sorunlu konuların ele alınmasına ve çözümler aranmasına olanak tanır.

Sanatın toplumsal değişim sürecinde üstlendiği rol, genç neslin eğitimi ve yetişkinlerin farkındalığı üzerinde büyük etkilere sahiptir. Sanat, gençlere yaratıcı düşünme ve hayal gücü geliştirme becerileri kazandırırken, yetişkinlerin düşünce ve inanç sistemlerini sorgulamalarına yardımcı olur. Bu da toplumsal değişimin temelini oluşturur. Sanat, toplumun değerlerini sorgulayan ve eleştiren bir ayna gibi görev yapar.

1987 yılında TRT Yayın Planlama Koordinasyon ve Değerlendirme Dairesi Başkanlığı'nın yapmış olduğu kamuoyu araştırmasında TRT 1'de yayınlanan kültürel ve sanatsal programların insanlar üzerinde psikolojik olarak dinlendirici ve kaygı dağıtıcı özelliği taşıdığı sonucuna ulaşılmıştır.

İngiltere›de yapılan bir araştırma, sanatsal ve kültürel etkinliklerin ömrü

uzattığını ortaya koydu. İngiliz tıp dergisi British Medical Journal›da (BMJ) yayımlanan bir araştırmada, düzenli olarak yapılan müze ve sanat galerisi ziyaretleri ile tiyatro ve konser gibi etkinliklerin erken yaşta ölüm riskini yüzde 31 azalttığı tespit edildi. University College London›dan araştırmacıların yürüttüğü çalışma kapsamında, 50 yaş üzeri 6.710 kişiye sanatsal etkinliklere katılma sıklıkları soruldu. 12 yıl boyunca yılda bir ya da iki kez sanatsal ve kültürel aktivitelere katılan kişilerde erken yaşta ölüm riskinin hiç katılmayanlara göre yüzde 14 düştüğü ortaya kondu.

TEMEL BULGULAR

Kültür - Sanat programlarının YouTube platformlarına kayması

Ekonomik yönde televizyon kanallarına oranla, dijital platformda daha az maliyetle bu programın gerçekleştirilmesi

Toplumun televizyon programlarını izlemekten ziyade dijital mecraları takip edip izlemesi

Geleneksel yayıncılığın zahmetli ve maliyetli olması, yayın kuruluşlarının bu maliyetleri karşılamakta zorluk çekmeye başlaması nedeniyle programların azaltılması

Televizyon kanallarında çalışan personel sayısının mali sıkıntılardan dolayı düşürülmesi

Kültür-sanat haberciliği, odaklanmayı, anlamayı ve sanatseverlerin beklentisine uygun haber yapmayı gerektiriyor; bu konuda ülkede donanımlı kültür-sanat muhabiri ve yazarının az olması.

Tüm dünyayı etkisi altına alan küresel salgın döneminde dijital hayatın çok daha hızlı bir şekilde hayatlarımıza yön vermesine neden olması

Televizyon kanallarının, yüksek izlenme oranlarına ulaşmak için daha popüler ve daha geniş kitlelere hitap eden içerikli programlara yönelmiş olmasıdır.

Kültürel -sanatsal programlar büyük reklam gelirleri getirmediği için televizyon kanallarının gelir getiren programları tercih etmeye başlaması.

SONUÇ

Ülkemizde son yıllarda etkisini artırarak gösteren temelde sosyal ve ekonomik değişimlerin etkili olduğu çoklu sebepler var. Gerek dünyada gerek ülkemizde son yıllarda tersine bir yıkıcı dönüşüm yaşanıyor. Sanatın insan yaşamını yönlendiren, insan ruhunu yücelten alışılagelmiş yapısı, küresel yozlaşmanın etkisi karşısında oldukça kırılgan, kaygan bir zeminde varlığını sürdürmeye çalışıyor. Sanat eseri ve sanatçı "çağa ayak uydurma" motivasyonuyla bir dönüşümden geçiyor. Güncel sanatta izleyicinin odak noktası beğeni ve istekleri, sanatçının eserini doğrusal ya da dolaylı olarak şekillendirebiliyor, yönlendirebiliyor. Özellikle sosyal medya platformlarının hızlı ve vahşi dünyasında sanatla birey arasında kurulan köprü, ürün tüketici anlayışına indirgenmekten kaçınamıyor. Programın izlenebilirliği açısından reklam verenlerin ilgisini artırmak için dar ve kısır bir alana hapsedilen kültürel içerikler, klasik sanat programı izleyicisi açısından zorlama bir hissiyat yaratıyor. Bir ikilem olarak gündem ve izlenirliği artırmak amacıyla tercih edilen konu ve konukların hedef kitlesi maalesef kültür sanat programlarının ilgilisi olmuyor. Sanat, bugün insan ruhunu besleyen bir güç olmaktan ziyade tüketim kültürünün hızına yenik düşüyor. Derinlik ve nitelik yerini izlenirliğe bırakıyor. Bu gibi çoklu faktörlerin etkisiyle programların sayısı azalıyor. Kültür ve sanat programlarının azalması sadece medya dünyasının değil, toplumun kültüre erişimi ve bilinci açısından da tehlike oluşturur. Belki iyi eğitimli izleyicilerin artması kültür programlarının sayısını artırmaz ama yine de elinde kumanda olan bilinçli seyirci en azından ne seyretmeyeceğini bilir. Ve belki bu şekilde arz talep dengesinde terazilerin yeri değişebilir. Kültürel ve sanatsal programların ticari kanallar tarafından az üretilmesi, bir "piyasa başarısızlığı" olarak değerlendirilebilir. Bu durumda, kamu yayıncılığı (örneğin Türkiye'deki TRT), topluma eğitim, bilgilendirme ve kültürel gelişim sağlama misyonuyla devreye girer (McQuail, D. 2010). Kamu yayıncıları, ticari kaygılar yerine toplumsal faydayı ön planda tutarak, kültürel ve sanatsal içeriklere daha fazla yer verme sorumluluğuna sahiptir. Ayrıca, iletişim bilimlerindeki gündem belirleme (agenda-setting) teorisi de bu noktada önem kazanır. Medya, belirli konuları ön plana çıkararak veya göz ardı ederek kamuoyunun gündemini ve ilgisini şekillendirir (McCombs, M. E., & Shaw, D. L. 1972). Eğer kültürel ve sanatsal konular medyada yeterince yer bulamazsa, toplumun bu alanlara olan ilgisi ve farkındalığı da zamanla azalabilir; bu da bir geri besleme döngüsü yaratır.

ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Medyayla sanat arasında her ikisine de değer katabilecek olumlu bir etkileşim yaratma imkânı zaman içinde giderek azalmaktadır. Sanat ile genel olarak medya ve özelde televizyon arasında bir bağ kurabilmek için, var olanlardan farklı bir medya yaklaşımına ihtiyaç vardır. Örneğin, haber, alışveriş, spor, belgesel vb. alanlardan yalnızca birine yönelik sektörel yayıncılık yapan televizyon kuruluşları bulunduğu gibi, belki sanata yönelik yayın yapan televizyon kuruluşlarının çoğalması için çaba gösterilmelidir.

İzleyici alışkanlıklarını değiştirmek zor; ancak dijitalde öne çıkan kültür-sanat içerikleri televizyon ekranlarına taşınabilir. Böylece dijitalle ilgilenen genç izleyici de kazanılmış olur.

TRT gibi kamu yayın organları, reyting baskısından bağımsız olarak kültürel ve sanatsal içeriklere daha fazla yer vermelidir.

Sanat eğitiminin yeterince desteklenmemesi, toplumda sanata olan ilgiyi azaltıyor. Özellikle görsel sanatlar ve sahne sanatları eğitimi müfredatta geri planda kaldığında, bu tür televizyon programlarına olan talep de düşüyor. Bununla ilgili gerekli çalışmalar yapılmalı ve önlemler alınmalıdır.

Kültür ve sanat içerikli yayınlara daha fazla yer verecek, bunu da makul saatlerde yayınlayacak kanallara ve bunu göze alan cesur, vizyoner yöneticilere ihtiyaç var. 'Halk bunu istiyor ya da bu rağbet görmüyor' bahanesine sığınmadan, kendi yayın politikaları çerçevesinde hemen her kanal, uygun içerikli programlar yayınlayabilir.

Sabah kaçırılma ya da cinayet programlarıyla başlayan, yemek ve moda programlarıyla devam eden, akşam da iç karartan haber bültenlerinden sonra iki buçuk saat süren dizilere mahkûm kalan izleyicinin biraz bilinçlenmesi şart. Bunun için de, yine her konunun temelinde olduğu gibi, eğitim şart…

KAYNAKÇA

Albarran, A. B. (2013). Medya Ekonomisi: Pazarları, Endüstrileri ve Kavramları Anlamak. Routledge.

Bandura, A. (1977). Sosyal Öğrenme Teorisi. Prentice Hall.

Bilgiç, Emin (1977). ”Sanat ve Cemiyet”, *Sanat, Kültür Bakanlığı Yayınları*, Ankara.

Bourdieu, P. (1984). Ayrım: Zevkin Sosyal Eleştirisi. Harvard University Press.

Cantez, C. (2007). *Kültür sanat programlarında format yapısı ve kurgu özellikleri: Trt 2 örneği* (Master's thesis, Marmara Universitesi (Turkey)).

Caves, R. E. (2000). Yaratıcı Endüstriler: Sanat ve Ticaret Arasındaki Sözleşmeler. Harvard University Press.

Croteau, D., & Hoynes, W. (2014). The Business of Media: Corporate Media and the Public Interest. Sage Publications.

Çelenk, S. (2005). Televizyon Temsil Kültür. Ankara: Ütopya Yayınevi.

EB (2013). *Gazetecilik, TV Kültür Sanat Haberciliği*, T.C. Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara.

Fenton, N. (2011). Bad News: The Decline of Reporting and the Rise of Propaganda. Pluto Press.

Habermas, J. (1989). The Structural Transformation of the Public Sphere. MIT Press.

McCombs, M. E., & Shaw, D. L. (1972). Kitle Medyasının Gündem Belirleme İşlevi. Public Opinion Quarterly, 36(2), 176-187.

McQuail, D. (2010). McQuail'in Kitle İletişim Teorisi. Sage.

Napoli, P. M. (2011). İzleyici Evrimi: Yeni Teknolojiler ve Medya İzleyicilerinin Dönüşümü. Columbia University Press.

Öztürk, Aydın (1997). ”Sanat İnsanın Hamurunu Her Gün Yeniden Biçimlendirir”, *Ezberleştirilmiş Yalnızlıklar Derin Nehirler Gibi*, Berfin Yayınları, İstanbul.

RTÜK (2018). Televizyon İzleme Eğilimleri Araştırması, Ankara.

RTÜK Kanunu (6112 sayılı Radyo ve Televizyonların Kuruluş ve Yayın Hizmetleri Hakkında Kanun).

Trt yayın planlama koordinasyon ve değerlendirme dairesi (1987). *Trt radyo ve televizyon programları kamuoyu araştırması*. TRT Basılı Yayınlar Müd. Yayınları (Ankara).

TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, Sayı: 102, Kasım 1997, s.70-77.

TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, Sayı: 114, Kasım 1998, s.64-67.

TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, Sayı: 200, Kasım 2006, s.70-77.

TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, Sayı: 79, Kasım 1995, s.37-43.

TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, Sayı: 79, 90, 102, Kasım 1995,1996,1997, s. 37-43, 45-55,70-77.

TRT, Radyo TV Aylık Haber Yayın Dergisi, Sayı: 90, Kasım 1996, s.45-55.

Yıldırım, E. (2019). Televizyon Dizilerinde Estetik Bir Öğe Olarak Jenerik (Açılış) Müziğin Kullanımı, (Ed. Melda Cinman ve Ezgi Dinçerden), *İletişim Çalışmalar 1*, Akademisyen Kitabevi, s.1-16.

Yıldırım, E. Dördüncü Bölüm Televizyonda Yayınlanan Sanat Programlarına İdeolojik Bir Yaklaşım. *Gürkan Kalkan & Hasan Göksu (eds.)*.

Yurderi, M. M. (2018). Geçmişten Günümüze TRT Televizyon Yayıncılığında Sanatın Yeri ve Çağdaş Sanatın Medyayla Bağ Kurabilme İhtimali. *Journal of International Social Research*, 11(58).

Zillmann, D., & Bryant, J. (Eds.). (2002). Medya Etkileri: Teori ve Araştırmada Gelişmeler. Routledge.

Mustafa Volkan UZUNER
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Yüksek Lisans Enstitüsü, Uluslararası işletmecilik
vlknuzuner@gmail.com

VAKA ADI:

YÜRÜYEN MERDİVEN GÜVENLİĞİ VE AYAK SIKIŞMASI VAKALARI: İSTANBUL, ANKARA VE İZMİR ÖRNEĞİ

PROBLEMİN TANIMI

Gündelik hayatımızda yürüyen merdivenler, modern yaşamın önemli bir parçası haline gelmiş durumdadır, metro istasyonları, alışveriş merkezleri, hastaneler ve kamu binaları gibi yoğun insan trafiğine sahip alanlarda sıkça kullanılmaktadır. Fakat bu mekanik sistemlerin yaygın kullanılması durumlarında ciddi güvenlik risklerini de taşımaktadır. Özellikle ufak çocuklar, yaşlılar ve engelli bireyler açısından büyük tehlikeler barındıran yürüyen merdivenler, çoğu zaman mekanik arızalar, tasarım sebepli kusurlar, yapılan aylık bakımların yetersiz olması veya kullanıcı hatalarından kaynaklanmaktadır. Özellikle ayak sıkışması vakaları üzerinde durularak, gerçek yaşanmış kaza örnekleri üzerinden bir vaka analizi çalışması yapılmaktadır.

ÖZET

Türkiye'de kamuya açık alanlarda yaygın olarak kullanılan yürüyen merdivenlerde meydana gelen ayak sıkışması vakalarını sosyo-teknik, hukuki ve yönetsel boyutlarıyla çok katmanlı bir şekilde incelemektedir. Günlük yaşam-

da metro istasyonları, alışveriş merkezleri ve diğer yoğun insan trafiği olan mekanlarda sıkça karşılaşılan yürüyen merdiven kazaları, özellikle çocuklar, yaşlılar ve engelli bireyler açısından ciddi fiziksel yaralanma riskleri taşımaktadır. Araştırmada, İstanbul, İzmir ve Ankara'dan seçilen gerçek vaka örnekleri üzerinden kazaların temel nedenleri analiz edilmiştir.

Kazaların yalnızca teknik arızalar veya tasarım eksikliklerinden değil, aynı zamanda bakım süreçlerindeki yetersizlikler, kurumsal denetim zafiyetleri ve kullanıcı farkındalığının düşük olmasından kaynaklandığını göstermektedir. Teknik sorunlar arasında güvenlik sensörlerinin devre dışı bırakılması, acil durdurma mekanizmalarının erişilebilir olmaması, koruyucu güvenlik elemanlarının eksikliği ve mekanik deformasyonlar öne çıkmıştır. Bununla birlikte, bakım hizmetlerinin taşeronlaştırılması ve ilgili kurumların denetim sorumluluğunu yeterince yerine getirmemesi, kazaların önlenebilir nitelikte olmasına rağmen gerçekleşmesine yol açmaktadır.

Hukuki açıdan ise, tazminat ve ceza davalarında mağdurların işletmeci kurumlar ile bakım firmalarına karşı ortak sorumluluk talebi kabul görmüş; bu durum, yürüyen merdiven kazalarının sadece teknik değil, aynı zamanda hukuki boyutta da ciddi sonuçlar doğurduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, kazalarda mağdur olanların çoğunlukla çocuklar, kadınlar ve kırılgan gruplar olması, bu alanda özel koruyucu önlemlerin gerekliliğini vurgulamaktadır.

Yürüyen merdiven kazalarının sistematik ve çok boyutlu bir sorun olduğunu; bu nedenle çözümlerinin sadece mühendislik yenilikleri ile değil, aynı zamanda kurumsal sorumluluk bilinci, düzenli denetim, kullanıcı eğitimi ve hukuki düzenlemelerin etkin uygulanması ile mümkün olabileceğini savunmaktadır. Sonuç olarak, yürüyen merdivenlerde yaşanan ayak sıkışması vakalarının azaltılması için tasarım iyileştirmeleri, bakım süreçlerinin şeffaf ve düzenli takibi, güvenlik kültürünün kurumsallaştırılması ve kırılgan kullanıcı gruplarına yönelik özel koruma mekanizmalarının hayata geçirilmesi gerekmektedir.

GİRİŞ

Çalışmada, nitel vaka analizi yöntemine dayalı olarak, 2022-2023 yıllarında Türkiye'de yaşanan dört gerçek kazayı içerik analizi yoluyla incelemektedir. Olaylar; ulusal basın haberleri, bilirkişi raporları ve dava dosyaları temel alınarak dokümante edilmiştir. İncelenen vakalar İstanbul, Ankara ve İzmir illerinde gerçekleşmiş olup, kazaların teknik, hukuki, yönetsel ve psikolojik boyutları sistematik olarak analiz edilmiştir.

LİTERATÜR TARAMASI

Sosyo-Teknik Sistemler ve Güvenlik Yaklaşımları

Modern altyapı sistemleri, sadece teknik bileşenlerden ibaret olmayıp insan, kurum, kültür, düzenleyici çerçeve ve maddi altyapının etkileşiminden oluşan sosyo-teknik sistemlerdir (Geels, 2004; Bijker, Hughes & Pinch, 1987). Bu yapıların güvenliği, yalnızca mühendislik çözümleriyle sağlanamaz; aynı zamanda yönetsel kapasite, toplumsal farkındalık ve hukuki mekanizmaların da etkinliğiyle ilişkilidir.

Sosyo-teknik sistemlerde güvenlik; yalnızca cihazların çalışır olması değil, bu cihazların hangi bağlamda, kimler tarafından, hangi kurallar dahilinde kullanıldığına göre şekillenir (Rasmussen, 1997; Vicente, 2004). Özellikle "yüksek güvenilirlikli organizasyonlar" (High Reliability Organizations - HRO) literatürüne göre, güvenlik kültürünün kurumsallaşmadığı sistemlerde küçük ihlaller birikir ve büyük kazalara zemin hazırlar (Weick & Sutcliffe, 2001).

Kazaların Sistemik Doğası ve "Normal Kaza" Teorisi

Charles Perrow'un (1984) ortaya koyduğu Normal Kaza Teorisi, karmaşık ve dolaylı etkileşimli sistemlerde, kazaların kaçınılmaz olduğunu öne sürer. Bu teoriye göre bazı kazalar, sistemin kendi doğasından kaynaklanır. Yürüyen merdiven gibi otomatik sistemlerde küçük bir sensör hatası, bakım gecikmesi ya da kullanıcı davranışı tek başına sorun yaratmazken, bunların birlikte varlığı sistemin çökmesine neden olabilir.

James Reason'ın (1990) "Swiss Cheese Model" yaklaşımı da bu durumu açıklar: Güvenlik sistemleri, peynir dilimleri gibi çeşitli savunma katmanlarından oluşur. Kazalar, bu katmanlardaki açıklıkların aynı anda hizalanmasıyla ortaya çıkar. Örneğin: denetim eksikliği, bakım hatası ve kullanıcı ihmali bir araya geldiğinde kazalar oluşur.

Yürüyen Merdivenlerde Güvenlik ve Kaza Literatürü

Yürüyen merdiven kazaları, hem mühendislik hem de kullanıcı güvenliği literatüründe incelenen, ancak çoğunlukla yüzeysel ele alınan bir konudur. U.S. Consumer Product Safety Commission (CPSC) verilerine göre ABD'de yılda yaklaşık 10.000'den fazla yürüyen merdiven kazası rapor edilmektedir (CPSC, 2017). Bu kazaların büyük kısmı ayak sıkışması, düşme veya sürtünmeye bağlıdır.

Hong Kong'da yapılan bir çalışmada (Leung & Chan, 2006), yürüyen merdiven kazalarının %70'inin bakım eksikliği, %20'sinin kullanıcı davranışları, %10'unun ise tasarım sorunlarından kaynaklandığı belirlenmiştir. Türkiye özelinde akademik veri oldukça sınırlıdır; ancak yerel haberler, mahkeme kayıtları ve belediye raporları benzer örneklerin çok sayıda olduğunu göstermektedir (Örnek: İstanbul 2022 vakası).

Kentleşme, Altyapı ve Kurumsal Sorumluluk

Kentsel altyapıların sürdürülebilir ve güvenli işlemesi, kurumsal koordinasyonun, düzenli bakımın ve şeffaf denetim mekanizmalarının varlığına bağlıdır (Flyvbjerg, 2007; Graham & Marvin, 2001). Belediyelerin sorumluluk alanında olan yürüyen merdivenler gibi "yarı-özel, yarı-kamusal" alanlar, çoğunlukla mülkiyet ile hizmet yükümlülüğü arasındaki gri bölgede kalmaktadır (Bozdağ & Uysal, 2018).

Kamu-özel sektör işbirlikleri ile işletilen altyapılarda bakım sorumluluğunun özelleştirilmesi, güvenlik risklerinin arttığı vakalarla sonuçlanabilmektedir. Literatür, özellikle denetim eksikliği ve hesap verebilirliğin düşük olduğu ortamlarda kazaların arttığını göstermektedir (Hodge & Greve, 2007).

Hukuki Boyut ve Tazmin Sorumluluğu

Tort hukukuna göre, kamu hizmeti veren kurumlar; öngörülebilir riskleri bertaraf etmek için gerekli önlemleri almakla yükümlüdür (Prosser et al., 1984). "İdarenin kusursuz sorumluluğu" prensibi gereği, kamu hizmetlerinde meydana gelen zararlar, hizmetin kötü işlemesi veya hiç işlememesi hallerinde idarenin tazmin yükümlülüğünü doğurabilir (Danıştay Kararları, 2020).

Türkiye'de Danıştay ve idare mahkemesi kararları, özellikle toplu ulaşım ve kamusal altyapı hizmetlerinde, "güvenli hizmet sunumu" ilkesinin altını çizmektedir. Bu bağlamda, yürüyen merdiven kazaları yalnızca teknik değil aynı zamanda hukuki sorumluluğu da beraberinde getirmektedir.

YÜRÜYEN MERDİVEN KAZALARININ ÇOK BOYUTLU ANALİZİ: İZMİR, İSTANBUL VE ANKARA ÖRNEKLERİ

Vaka 1: İzmir Karşıyaka Üst Geçidinde Ayak Sıkışması Vakası

İzmir'in Karşıyaka ilçesinde 2023 yılında meydana gelen bu olayda, 42 yaşındaki bir vatandaşın, bir üst geçitte bulunan yürüyen merdiveni kullanırken ayağı mekanik sistemin içine sıkışmıştır. Görgü tanıklarının ifadelerine göre olay, merdivenin son basamağına gelindiğinde meydana gelmiştir. Kişinin ayakkabısının lastik kısmı kırık basamağa takılmış ve bacağının alt kısmı metal mekanizma ile merdiven basamağı arasında kalmıştır. Vatandaşın çığlıkları üzerine çevredeki bireylerin yardım çağrısı sonucunda olay yerine gelen itfaiye ekipleri, yürüyen merdiveni durdurmuş ve bacağı sıkışan kişiyi yaklaşık 30 dakika süren müdahale ile kurtarmıştır.

Olay sonrası hastaneye kaldırılan şahsın baldır kemiğinde kırık ve ezilme olduğu tespit edilmiştir. Kazanın yaşandığı merdiven, bir süre önce bakımdan geçmiş olmasına rağmen denetim raporları kamuoyuyla paylaşılmamıştır. Olayla ilgili olarak açılan soruşturmada, mekanik arıza ve bakım eksikliği arasında nedensel bir ilişki olup olmadığı araştırılmıştır. Basında yer alan bilgilere göre yürüyen merdivenin güvenlik sensörlerinin çalışmadığını, acil durdurma butonlarının kullanıcılar tarafından ulaşılabilir noktada olmadığını göstermektedir.

Vaka 2: İstanbul Başakşehir'de Bir AVM'de Yaşanan Çocuk Kazası

İstanbul'un Başakşehir ilçesinde, 2022 yılında bir alışveriş merkezinde gerçekleşen olayda ise 5 yaşındaki bir çocuğun ayağı yürüyen merdiven mekanizmasına sıkışmış ve iki parmağının kopmasına neden olmuştur. Kazayı yaşayan çocuk ailesiyle birlikte yürüyen merdivene binmiş, iniş kısmına yaklaşıldığında ise sağ ayakkabısı (yumuşak tabanlı spor ayakkabı) basamak ile yan plaka arasındaki dar aralığa girmiştir. Hareketli sistemin çalışmaya devam etmesiyle ayakkabı içeriye doğru çekilmiş ve çocuk yere düşmüştür. Merdiven acil butonla durdurulmuş olsa da olay birkaç saniye içinde gerçekleşmiştir. AVM güvenlik personeli hemen müdahale etmiş, ancak olay yerine gelen sağlık ekipleri çocuğun ayak parmakların kopmuş olduğunu belirtmişlerdir.

Aile, yaşanan olay sonrasında alışveriş merkezi yönetimine ve yürüyen merdiven bakım firması yetkililerine karşı hem ceza hem de tazminat davası

açmıştır. Açılan tazminat davasında 200.000 TL talep edilmiş ve bilirkişi raporunda merdivenin son kısmında gerekli güvenlik etiketlerinin bulunmadığı, koruyucu şeritlerin ise silinmiş veya eksik olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, olayın olduğu anda yürüyen merdivenin teknik bakım geçmişine dair kayıtların eksik veya belirsiz olduğu da raporlanmıştır.

Vaka 3 – İstanbul (2023) – Metrobüs Aktarma Merdiveninde Ayağın Sıkışması

2023 yılında İstanbul'daki yoğun bir metrobüs aktarma noktasında meydana gelen olayda, 8 yaşındaki bir çocuk, sabah saatlerinde yukarı çıkan yürüyen merdivenin ani ters yönde hareket etmesi sonucu dengesini kaybetmiş ve ayağı basamak ile yan korkuluk arasına sıkışmıştır. Kazadan önce herhangi bir teknik arıza sinyali alınmadığı, ancak sistemin daha önce bakımdayken sensörlerinin devre dışı bırakıldığı ve bu sensörlerin yeniden doğru biçimde aktive edilmediği tespit edilmiştir.

Sosyo-teknik değerlendirme, bakım süreçlerinde prosedürel eksikliklere ve teknik personelin eğitim yetersizliğine işaret etmektedir. Yönetsel açıdan, yürüyen merdivenin bağlı bulunduğu belediye iştiraki tarafından yapılan iç denetimlerin yeterli sıklıkta gerçekleştirilmediği ve bakım hizmetinin taşeronlaştırıldığı belirlenmiştir. Olay sonrasında aile tarafından açılan tazminat davasında, hem işletmeci hem de bakım firması müştereken sorumlu tutulmuş; çocuğun kalıcı sinir hasarı nedeniyle yüksek meblağda maddi ve manevi tazminata hükmedilmiştir.

Vaka 3 – Ankara (2022) – AVM'de Taban Saç Teli ve Ayak Sıkışması

2022 yılında Ankara'daki büyük bir alışveriş merkezinde meydana gelen kazada, 17 yaşındaki bir genç kızın yürüyen merdivenin son basamağında ayağı ve saçının ucu basamak ile sabit plaka arasına sıkışmıştır. Sıkışmanın etkisiyle genç kız dengesini kaybederek düşmüş ve bileğinde kırık oluşmuştur. Yapılan teknik incelemede, merdivenin fırça sisteminin eksik olduğu, güvenlik plakasının ise standartlara uygun biçimde sabitlenmediği ortaya çıkmıştır. Ayrıca acil durdurma butonunun devre dışı bırakıldığı tespit edilmiştir.

Bilirkişi raporları; bakım firmasının koruyucu sistemleri ihmal ettiğini, AVM yönetiminin ise denetim sorumluluğunu yerine getirmediğini belirtmiştir. Kazaya ilişkin açılan tazminat davasında, işletmeci %40, bakım firması %30 oranında kusurlu sayılmış ve mağdura toplam 180.000 TL tazminat ödenmesine karar verilmiştir.

Vaka Analizlerine Dayalı Ortak Temalar ve Sistematik Güvenlik Sorunları

İncelenen dört ayrı yürüyen merdiven kazası vakası, teknik, yönetsel, hukuki ve sosyokültürel yönlerden çok sayıda ortak özelliğe sahip olup, bu tür kazaların münferit olaylar olmaktan ziyade daha geniş sistemsel zaafiyetlerin sonucu olduğunu göstermektedir. Aşağıda, söz konusu vakalara ilişkin tespit edilen temel ortak temalar disiplinlerarası bir çerçevede ele alınmıştır.

Teknik Risklerin Tekrarlayan Doğası ve Donanımsal İhmaller

Vakaların tamamında, olayların yürüyen merdivenlerin genellikle iniş kısmında, yani hareketli basamakların sabit zeminle birleştiği noktada meydana geldiği görülmektedir. Bu durum, yürüyen merdiven tasarımında söz konusu bölgenin yapısal olarak en yüksek risk alanı olduğunu göstermektedir. Özellikle basamak ve yan plaka arasındaki dar boşluklar ile kullanıcıların ayakkabı, giysi veya vücut parçalarının mekanik sistemin içine çekilmesine neden olan boşlukların yeterince izole edilmemiş olduğu anlaşılmaktadır. Buna ek olarak:

- Fırça sistemlerinin eksik ya da yetersiz monte edilmesi**,**
- Güvenlik sensörlerinin çalışmaması veya devre dışı bırakılmış olması**,**
- Acil durdurma butonlarının kullanıcının erişebileceği konumda olmaması**,**
- Merdiven basamaklarında mekanik deformasyon bulunması**,**

gibi teknik eksiklikler tüm vakalarda ortak olarak tespit edilmiştir. Bu durum, ilgili cihazların tasarım ve bakım süreçlerinde koruyucu güvenlik kültürünün yeterince kurumsallaşmadığını ve bu eksikliğin doğrudan yaralanmalara yol açtığını göstermektedir.

Kurumsal Yetersizlikler ve Yönetsel İhmaller

Her bir vakada, yürüyen merdivenlerin bakım ve denetim sorumluluğunu üstlenen kuruluşların, asli yükümlülüklerini yerine getirmediği görülmektedir.

- Denetimlerin yeterli sıklıkta yapılmadığı,
- Periyodik bakım kayıtlarının eksik, hatalı ya da kamuya açık biçimde belgelenmemiş olduğu,
- Bakım süreçlerinin taşeron firmalara devredildiği ancak bu firmaların yetkinlik denetimlerinin sağlanmadığı,
- İşletmeci kurumların (belediyeler, AVM yönetimleri vb.) gözetim

yükümlülüklerini yerine getirmediği,

raporlar ve mahkeme dosyalarına yansıyan bulgularla ortaya konmuştur. Bu bağlamda, söz konusu kazaların yalnızca teknik arıza olarak değil, aynı zamanda bir yönetişim ve kurumsal sorumluluk krizi olarak değerlendirilmesi gerekmektedir.

Hukuki Süreçlerde Müşterek Sorumluluk Tespiti

İlgili vakaların tamamında, mağdur bireyler veya aileleri tarafından açılan tazminat ve ceza davalarında, adli merciler hem yürüyen merdivenin işletmecisini hem de bakım hizmetini yürüten taşeron firmayı müştereken kusurlu kabul etmiştir.

- Teknik arızaların "öngörülebilir" ve "önlenebilir" olduğu vurgulanmış,
- Uyarı levhaları, güvenlik şeritleri ve acil durdurma sistemleri gibi pasif güvenlik önlemlerinin eksikliği,
- Mevzuat gereği yapılması gereken periyodik bakım ve belgelendirmenin sağlanmamış olması,

doğrudan kusur atfının temel gerekçeleri arasında yer almıştır. Tazminat miktarları kazazedenin yaşı, kalıcı hasar oranı ve olayın oluş biçimine göre değişmekle birlikte, yüksek meblağlara ulaşmış ve bu durum söz konusu kazaların tort hukuku bağlamında ciddi sonuçlar doğurduğunu göstermiştir.

Mağdur Profillerinde Kırılgan Grupların Ağırlığı

İncelenen vakalarda mağdurların genellikle çocuklar, kadınlar ve orta yaşlı bireyler olduğu görülmektedir. Bu durum, yürüyen merdivenlerin tasarım ve işletiminde kırılgan kullanıcı gruplarına yönelik özel önlemlerin alınmadığını göstermektedir. Özellikle çocukların denetimsiz kullanımı, yumuşak tabanlı ayakkabıların mekanik yapıya takılabilmesi ve fiziksel dengenin kolayca bozulabilmesi gibi faktörler, bu kullanıcı gruplarını daha yüksek risk altında bırakmaktadır. Bu noktada, yalnızca teknik değil aynı zamanda toplumsal güvenlik algısına ilişkin eksiklikler de söz konusudur.

Önleyici Güvenlik Kültürünün Zayıflığı

Son olarak, tüm vakalarda önleyici güvenlik kültürünün yeterince içselleştirilmediği bir kurumsal ortamın varlığı dikkat çekmektedir. Güvenlik protokollerinin prosedürel düzlemde tanımlı olmasına rağmen uygulamada yeterince hayata geçirilmediği; güvenlik etiketlerinin silinmiş veya eksik olduğu; kulla-

nıcı farkındalığını artıracak eğitim, işaretleme ve bilgilendirme mekanizmalarının zayıf kaldığı anlaşılmaktadır. Bu bağlamda, yürüyen merdiven kazalarının yalnızca teknik arıza bağlamında değil, aynı zamanda örgütsel güvenlik kültürü eksikliği bağlamında değerlendirilmesi gerekmektedir.

YÜRÜYEN MERDİVENLERDE AYAK SIKIŞMASI VAKALARININ ÇOK BOYUTLU SONUÇLARININ FİZİKSEL, PSİKOLOJİK, HUKUKİ VE KURUMSAL AÇILARDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

Yürüyen merdivenlerde meydana gelen ayak sıkışması vakaları; yalnızca bireyin yaşadığı fiziksel travmalarla sınırlı kalmamakta, aynı zamanda psikolojik, sosyoekonomik ve hukuki sonuçlar da doğurmaktadır. Yukarıda sunulan her iki vaka üzerinden elde edilen bulgular çok boyutlu olarak ele alınacaktır.

Fiziksel Sonuçlar

Kazaların en belirgin sonucu, bireylerde meydana gelen fiziksel yaralanmalardır. İzmir'deki vakada, orta yaşlı bir bireyin bacağında kırık ve ezilme meydana gelmiştir. İstanbul'daki vakada ise küçük bir çocuğun iki parmağı kopmuştur. Bu tür yaralanmalar, çoğu zaman basit bir tıbbi müdahale ile giderilemeyecek ölçüde ciddi olup uzun dönemli tedavi ve rehabilitasyon süreçlerini gerekli kılmaktadır. Ayrıca yaralanmanın ciddiyetine göre bireylerin kalıcı fiziksel yetersizlik riskiyle karşı karşıya kaldıkları da görülmektedir.

Tıbbi literatürde, uzuv sıkışmalarının neden olduğu komplikasyonlar arasında kas-iskelet hasarı, dolaşım bozukluğu, infeksiyon riski, post-travmatik kas kontraktürleri ve fonksiyon kaybı yer almaktadır (Demir, 2018). Yürüyen merdiven mekanizmalarının kesici ve sıkıştırıcı doğası göz önüne alındığında, bu tür vakaların acil müdahale gerektiren travmalar arasında değerlendirildiği anlaşılmaktadır.

Psikolojik Sonuçlar

Travmatik kazalar sonrasında özellikle çocuklar ve yaşlı bireylerde ciddi psikolojik etkiler görülmektedir. İstanbul'daki olayda, parmaklarını kaybeden çocuk için akut stres bozukluğu, fobi gelişimi, uyku bozuklukları ve sosyal çekilme gibi durumların ortaya çıkması muhtemeldir. Bu tür durumlar, yalnızca bireyi değil, aynı zamanda aileyi de etkileyen bir dizi ikincil travmatik süreç

başlatabilmektedir.

Çocuk psikolojisi literatürüne göre, fiziksel travmaya maruz kalan çocuklarda gelişimsel gerileme, ebeveyne bağımlılığın artması ve dış çevreye yönelik güven kaybı yaygındır (Öztürk & Uluşahin, 2019). İzmir'deki yetişkin birey açısından ise, olay sonrası hareketli platformlara karşı fobi, yoğun anksiyete, ve iş gücü kaybına bağlı depresyon riski ortaya çıkmıştır. Özellikle iş gücündeki bireylerde bu tür yaralanmalar uzun vadeli ekonomik yansımalar da doğurmaktadır.

Hukuki Sonuçlar

Her iki olayda da hukuki süreçler devreye girmiştir. İstanbul'daki vaka sonrasında mağdurun ailesi, alışveriş merkezi yönetimi ve bakım firması aleyhine 200.000 TL'lik tazminat davası açmış; İzmir'deki olayda ise kamuya ait bir alanda yaşanan kazaya ilişkin idari ve cezai soruşturma başlatılmıştır. Bu durum, yürüyen merdivenlerin kullanımına dair işletmelerin hukuki sorumluluğunun oldukça yüksek olduğunu göstermektedir.

Türk Borçlar Kanunu'na (TBK) göre, hizmet sunan kurumların güvenli hizmet sağlama yükümlülüğü bulunmaktadır (TBK md. 49, 71). Bu yükümlülüğün ihlali halinde, kurumlar hem tazminat hem de cezai yaptırımlarla karşılaşabilmektedir. Ayrıca, Tüketicinin Korunması Hakkında Kanun kapsamında da, kamuya açık alanlardaki teknik altyapıların güvenliğinin sağlanması bir yükümlülüktür. Hukuki açıdan dikkate alınması gereken bir diğer husus da iş sağlığı ve güvenliği mevzuatıdır. Kamu ya da özel sektörde hizmet sunulan alanlarda, tehlike arz eden tüm ekipmanların periyodik kontrol ve sertifikalandırma süreçleri yasal zorunluluktur (İSGK, 2013).

Denetim ve Kurumsal Yetersizlikler

Yapılan analizler sonucu yürüyen merdiven kazalarının büyük oranda denetim ve bakım eksikliklerinden kaynaklandığını ortaya koymaktadır. İzmir'deki olayda, bakım firması tarafından düzenli kontrol yapılıp yapılmadığına dair resmi kayıtlar bulunmamaktadır. İstanbul'daki vakada ise bakım sözleşmesinin süresi dolmuş, ancak merdiven hala çalışır durumda tutulmuştur. Bu durum, teknik arızaların yalnızca bakım eksikliğinden değil, aynı zamanda ihmal ve hatalı organizasyon yapısından da kaynaklandığını göstermektedir.

Yürüyen merdivenlerin teknik kontrolünde TSE EN 115-1 standardına uygunluk esas alınmaktadır. Ancak Türkiye'de bu standarda uygunluğun denetimi

yerel yönetimlerin ve özel işletmelerin inisiyatifine bırakılmış olup, birincil düzeyde merkezi denetim mekanizması bulunmamaktadır. Ayrıca, kullanıcıların acil müdahale butonlarına erişim konusunda bilgi eksikliği yaşadığı; uyarı levhalarının yetersiz olduğu da gözlemlenmiştir.

ANALİZ

Yürüyen merdivenlerde yaşanan ayak sıkışması vakaları, bireysel hatalardan ziyade yapısal, yönetsel ve sistemsel eksikliklerin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Vaka örneklerinden hareketle, kazaların altında yatan temel dinamikler analiz edilerek, neden-sonuç ilişkileri hem teknik hem de sosyo-hukuki açıdan değerlendirilecektir.

İnsan Faktörünün Etkisi

Yürüyen merdiven kazalarında insan faktörünün etkisi yadsınamaz düzeydedir. Özellikle çocuklar ve yaşlılar gibi hassas gruplar, bu sistemlerin kullanımında görece daha fazla risk altındadır. İstanbul Başakşehir örneğinde görüldüğü gibi, bir çocuğun ayakkabısının basamak aralığına takılması, hem kullanıcının farkındalık düzeyine hem de aile gözetiminin yetersizliğine işaret etmektedir.

Ancak burada unutulmaması gereken nokta, insan davranışının öngörülebilir olduğu ve bu nedenle tasarım süreçlerinde bu öngörülerin dikkate alınması gerektiğidir. Yani, kullanıcı hatası varsayılarak sorumluluktan kaçmak yerine, sistemin kullanıcı hatasını minimize edecek şekilde tasarlanması esastır (Reason, 1990).

Teknik Yetersizlikler ve Bakım Sorunları

Her iki vaka örneğinde de, yürüyen merdivenlerde kullanılan güvenlik mekanizmalarının ya yetersiz ya da işlevsiz olduğu görülmektedir. Bu durum, teknik yetersizliklerin kazaların doğrudan nedeni olabileceğini göstermektedir. Özellikle sensör arızaları, otomatik durdurma sistemlerinin çalışmaması, basamak hizalarının bozulması ve metal aksamın zamanla gevşemesi gibi unsurlar sıkça karşılaşılan risk alanlarıdır.

Yürüyen merdivenlerin, özellikle şehir içi ulaşım sistemlerinde ve alışveriş merkezlerinde yüksek kullanıcı yoğunluğuna sahip olduğu düşünüldüğünde, bu sistemlerin periyodik olarak denetlenmesi ve bakımının yapılması hayati önem

taşımaktadır. Ancak ülkemizde çoğu zaman bu bakım süreçlerinin "formaliteye" indirgenmiş olması, ciddi bir güvenlik açığı yaratmaktadır.

Kurumsal İhmal ve Sorumluluk

Vakalardan elde edilen veriler, sadece bireysel düzeyde değil, aynı zamanda kurumsal düzeyde de ciddi ihmal ve sorumsuzlukların bulunduğunu göstermektedir. Alışveriş merkezi gibi ticari işletmelerde, ziyaretçilerin güvenliğinden doğrudan doğruya işletme sahibi sorumludur. Bu sorumluluk, sadece bakım hizmeti almakla değil, aynı zamanda hizmetin etkinliğini kontrol etmekle de ilgilidir.

İzmir'deki kamuya ait alanda yaşanan kazada ise, denetim mekanizmasının işlememesi ve teknik raporların şeffaf biçimde kamuoyuyla paylaşılmaması, kamu otoritelerinin hesap verebilirliği açısından ciddi bir problem olarak değerlendirilmelidir.

Yasal Mevzuatın Uygulama Açısından Yetersizliği

Türkiye'de yürüyen merdiven sistemlerinin güvenliğine ilişkin yasal düzenlemeler mevcuttur. TSE EN 115-1 standardı ve ilgili yönetmelikler, sistemin tasarımı, kurulumu ve işletilmesine dair teknik kriterler belirlemektedir. Ancak bu düzenlemelerin pratikte uygulanabilirliği sorgulanmalıdır.

Denetim sıklığı, cezai yaptırım yeterliliği, bakım firmalarının sertifikasyon süreci ve kullanıcı bilgilendirme sistemleri gibi başlıklar altında ciddi boşluklar bulunmaktadır. Yasal düzenlemenin varlığı, uygulama etkinliği ile desteklenmediği sürece, bu tür kazaların önlenmesi mümkün değildir (Subaşı & Okumuş, 2017).

Toplumsal Farkındalık Eksikliği

Kullanıcıların yürüyen merdivenleri nasıl kullanması gerektiğine dair temel bilgi düzeyleri oldukça düşüktür. Bu durum, özellikle ebeveynlerin çocuklarına karşı olan gözetim yükümlülüklerinde yetersiz kalmasına neden olmakta ve kazaların oluşma ihtimalini artırmaktadır. Toplumsal düzeyde yürütülen farkındalık kampanyalarının eksikliği, "önlenebilir kazaların" önlenememesine yol açmaktadır.

Uyarı levhaları, dijital bilgilendirme sistemleri ve çalışan personelin kullanıcıya rehberlik edebilmesi gibi yöntemlerin yaygınlaştırılması, bu açıdan önem arz etmektedir.

Multidisipliner Yaklaşımın Gerekliliği

Yürüyen merdiven kazalarının önlenebilmesi için yalnızca mühendislik ya da işletme temelli çözümler yeterli değildir. Bu tür olayların azaltılmasında; hukukçular, psikologlar, endüstri mühendisleri, sosyal hizmet uzmanları ve yöneticilerin ortak çalışması gereklidir. Multidisipliner yaklaşım, hem olayın nedenlerinin doğru analiz edilmesini hem de kalıcı ve uygulanabilir çözümler üretilmesini sağlar (Merriam, 1998).

ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Yürüyen merdivenlerde meydana gelen ayak sıkışması kazalarının önlenmesi ve güvenli kullanımın sağlanması, çok katmanlı bir müdahale stratejisini zorunlu kılmaktadır. Vakaların ışığında, aşağıda kullanıcı davranışları, sistem tasarımı, bakım süreçleri, yasal düzenlemeler ve toplumsal farkındalık boyutlarında çözüm önerileri sunulmaktadır.

Kullanıcı Düzeyinde Öneriler

Farkındalık Eğitimleri

Yürüyen merdivenleri yoğun kullanan alanlarda (alışveriş merkezleri, metrolar, hastaneler) kullanıcıları bilgilendirecek afişler, video içerikleri ve sesli uyarılar yer almalıdır. Özellikle çocukların ve yaşlıların kullanımına dair görsel yönergeler, acil butonların işlevi gibi bilgilere yer verilmelidir.

Ebeveyn Gözetimi

Çocukların yürüyen merdiven kullanımında ailelerin mutlaka yanında bulunması gerekmektedir. Bu konuda kamu spotları, sosyal medya kampanyaları ve okul işbirlikleri ile bilgilendirici içerikler yaygınlaştırılmalıdır.

Uygun Ayakkabı Seçimi ve Davranış

Kullanıcıların, yürüyen merdivenlerde yumuşak tabanlı veya kaygan zeminli ayakkabılarla dikkatli olması gerekmektedir. Bağcıkları açık bırakmaması ve hareketli basamaklara basarken dikkatli olması sağlanmalıdır. Bu konular toplu taşıma kart ekranlarında bile kısa bildirimlerle hatırlatılabilir.

Kurumsal Düzeyde Öneriler

Periyodik Bakım ve Şeffaf Denetim

Tüm yürüyen merdivenlerin bakım kayıtları dijital bir sistemde tutulmalı ve

kamuya açık biçimde erişilebilir olmalıdır. Her cihazın üzerinde en son bakım tarihini ve bir sonraki bakımın zamanını gösteren etiketler bulunmalıdır.

Sensör ve Güvenlik Sistemlerinin Geliştirilmesi

Emniyet sistemlerinin basamak sıkışması gibi durumlara karşı daha hassas hale getirilmesi, acil stop butonlarının hem görünür hem de kolay erişilebilir konumlara yerleştirilmesi gerekir. Ayrıca basamak giriş-çıkış noktalarına parmak koruyucu kapaklar eklenmelidir.

Personel Eğitimi ve Acil Müdahale Planları

AVM, belediye ve ulaşım istasyonlarında görevli teknik ve güvenlik personelinin, yürüyen merdiven kazalarına nasıl müdahale edeceğine ilişkin düzenli eğitimlerden geçirilmesi gereklidir. Bu eğitimler yılda en az iki kez tekrarlanmalı, tatbikatlar yapılmalıdır.

Yasal ve Toplumsal Düzeyde Öneriler

Mevzuatın Geliştirilmesi ve Uygulama Denetimi

TSE EN 115-1 standardının zorunlu hale getirilmesi, bakım firmalarının lisanslandırılması ve sertifika zorunluluğu getirilmesi gereklidir. Ayrıca, yürüyen merdiven işletmecilerine yönelik ceza yaptırımlarının caydırıcılığı artırılmalıdır.

Ulusal Güvenlik Denetim Platformu

Tüm kamu ve özel alanlardaki yürüyen merdivenlerin kayıt altına alındığı bir ulusal platform oluşturulmalı, her cihazın teknik durumuna dair bilgi, coğrafi konum, bakım tarihi gibi veriler burada toplanmalıdır. Denetim kurumları bu veriler üzerinden riskli sistemleri önceden tespit edebilir.

Medya ve Sivil Toplumun Katılımı

Yürüyen merdiven kazalarına ilişkin medya görünürlüğü, yalnızca olay anı değil, **önleyici tedbirler** bağlamında da kullanılmalıdır. Sivil toplum kuruluşları, mühendis odaları ve belediyeler iş birliği içinde farkındalık kampanyaları düzenleyebilir. Özellikle çocuklara yönelik animasyon temelli kamu spotları bu konuda etkili olabilir.

Uluslararası Uygulamalardan Öğrenme

Avrupa ülkelerinde yürüyen merdivenlerin kullanımı sırasında LED uyarı

sistemleri, basamak kilitleyici sensörler ve çocuklara özel giriş alanları gibi uygulamalar yaygınlaşmaktadır. Türkiye'de bu tür önlemlerin örnek alınarak, altyapı yatırımları ve kullanıcı bilincine yönelik düzenlemelerle desteklenmesi gerekmektedir.

SONUÇ

Yürüyen merdivenler, kent yaşamının hızla akışını sağlayan vazgeçilmez teknolojik altyapı unsurları arasında yer almakla birlikte, gerekli önlemler alınmadığında ciddi bireysel, toplumsal ve kurumsal risklerin kaynağı haline gelmektedir. Bu çalışma kapsamında İstanbul, İzmir ve Ankara gibi büyükşehirlerde meydana gelen ayak sıkışması vakaları üzerinden gerçekleştirilen vaka analizleri, yürüyen merdiven kazalarının yalnızca teknik bir arızadan ibaret olmadığını; aksine bu tür olayların sosyo-teknik sistemler içindeki çoklu zafiyetlerin bir sonucu olduğunu ortaya koymaktadır.

Gerçekleştirilen analizler, yaşanan kazaların yalnızca bireysel dikkatsizlikle değil, aynı zamanda sistematik yönetsel ihmaller, bakım süreçlerindeki yetersizlikler, teknik donanım eksiklikleri, mevzuat boşlukları ve kamu kurumlarının denetim zafiyetleri gibi birbirine bağlı çok sayıda faktörün etkileşimiyle meydana geldiğini göstermiştir. Özellikle kırılgan gruplar (çocuklar, yaşlılar, engelliler) açısından riskin daha yüksek olması, yürüyen merdivenlerin yalnızca genel kullanıcı profiline göre değil, farklı grupların ihtiyaçları gözetilerek tasarlanması ve işletilmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Kazaların ardından ortaya çıkan fiziksel sonuçlar, uzuv kaybı, kırık, ezilme gibi kalıcı hasarlar– mağdurların yaşam kalitesini uzun vadeli olarak etkilemekte; psikolojik sonuçlar ise bireyde ve ailede ciddi travmalara, güven kaybına ve sosyal izolasyona neden olabilmektedir. Ayrıca bu tür kazaların ardından başlayan hukuki süreçler, mağdurlar açısından uzun ve yıpratıcı bir sürece dönüşebilmekte; işletmeci kurumlar ve bakım firmaları ise tazminat yükümlülükleri ve itibar kaybı ile karşı karşıya kalmaktadır.

Bu analiz göstermektedir ki; yürüyen merdivenlerde yaşanan kazalar, yalnızca teknik önlemlerle çözülebilecek basit problemler değildir. Sorunun çözümü, multidisipliner ve bütüncül bir yaklaşımı zorunlu kılmaktadır. Mühendislik tasarımından kullanıcı eğitimi ve yasal düzenlemelere; bakım firmalarının sertifikalandırılmasından denetim mekanizmalarının merkezi bir platform üzerinden yürütülmesine kadar çok katmanlı reformlara ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu bağlamda yürüyen merdiven kazalarının artık "olağan" veya "kaçınılmaz" olaylar olarak değil, **önlenebilir sistemsel arızalar** ve toplumsal ihmalin sonuçları olarak değerlendirilmesi gerekir. Bu anlayış benimsenmediği sürece, benzer kazaların tekrar etmesi kaçınılmaz olacaktır. Güvenlik kültürünün yalnızca belgelerde değil, uygulamada da içselleştirildiği; tüm paydaşların sorumluluğunun farkında olduğu; çocuklar, yaşlılar ve dezavantajlı grupların korunmasına öncelik verilen bir sistemin inşası elzemdir.

Yürüyen merdiven kazalarının azaltılmasında; kamu kurumlarının aktif ve şeffaf denetim kapasitesi, özel sektörün etik sorumluluğu, bakım firmalarının teknik yeterliliği ve kullanıcıların farkındalık düzeyinin birlikte ele alındığı bir yaklaşıma ihtiyaç duyulmaktadır. Bu sayede hem bireysel hem de kurumsal düzeyde güvenliğin artırılması mümkün olacak; kent yaşamı daha kapsayıcı ve sürdürülebilir hale gelecektir.

KAYNAKÇA

Baxter, P., & Jack, S. (2010). Qualitative case study methodology: Study design and implementation for novice researchers. *The Qualitative Report, 13*(4), 544–559. https://doi.org/10.46743/2160-3715/2008.1573

Bijker, W. E., Hughes, T. P., & Pinch, T. (Eds.). (1987). *The social construction of technological systems: New directions in the sociology and history of technology*. MIT Press.

Demir, T. (2018). Çocuk travmalarında ortopedik müdahaleler ve komplikasyon yönetimi. *Türk Ortopedi ve Travmatoloji Dergisi, 31*(2), 110–119.

Flyvbjerg, B. (2007). *Megaproject policy and planning: Problems, causes, cures*. World Bank.

Geels, F. W. (2004). From sectoral systems of innovation to socio-technical systems: Insights about dynamics and change from sociology and institutional theory. *Research Policy, 33*(6–7), 897–920. https://doi.org/10.1016/j.respol.2004.01.015

Graham, S., & Marvin, S. (2001). *Splintering urbanism: Networked infrastructures, technological mobilities and the urban condition*. Routledge.

Hodge, G., & Greve, C. (2007). Public-private partnerships: An international performance review. *Public Administration Review, 67*(3), 545–558. https://doi.org/10.1111/j.1540-6210.2007.00736.x

Leung, M. Y., & Chan, Y. S. (2006). Escalator safety and accident analysis. *Building and Environment, 41*(8), 1140–1150. https://doi.org/10.1016/j.buildenv.2005.04.019

Merriam, S. B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education*. Jossey-Bass.

Milliyet Gazetesi. (2023, Ocak 15). AVM'de yürüyen merdiven kazası: 5 yaşındaki çocuğun parmakları koptu. https://www.milliyet.com.tr/gundem/avmde-yuruyen-merdiven-dehsetine-200-bin-liralik-tazminat-davasi-6046084

NTV Haber. (2023, Şubat 10). İzmir'de yürüyen merdiven kazası. https://www.ntv.com.tr/turkiye/yine-yuruyen-merdiven-kazasi,aXPOUn_7zUCy_xqbXZ_yug

Öztürk, M. O., & Uluşahin, A. (2019). *Ruh sağlığı ve hastalıkları* (16. baskı). Nobel Tıp Kitabevi.

Perrow, C. (1984). *Normal accidents: Living with high-risk technologies*. Basic Books.

Prosser, W. L., Wade, J. W., & Schwartz, V. E. (1984). *Torts: Cases and materials* (7th ed.). Foundation Press.

Rasmussen, J. (1997). Risk management in a dynamic society: A modelling problem. *Safety Science, 27*(2–3), 183–213.

Reason, J. (1990). *Human error*. Cambridge University Press.

Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage Publications.

Subaşı, N., & Okumuş, A. (2017). Kent içi ulaşım sistemlerinde güvenlik: Toplu taşıma araçlarında risk analizi. *Kent Akademisi, 10*(3), 89–106.

TSE. (2017). *TSE EN 115-1: Yürüyen merdivenler ve yürüyen bantlar - Güvenlik kuralları*. Türk Standardları Enstitüsü.

Türkiye Büyük Millet Meclisi. (2011). *Türk Borçlar Kanunu* (No. 6098). *Resmî Gazete*, 27836, 4 Şubat 2011.

Türkiye Cumhuriyeti. (2012). *İş Sağlığı ve Güvenliği Kanunu* (No. 6331). *Resmî Gazete*, 28339, 30 Haziran 2012.

Weick, K. E., & Sutcliffe, K. M. (2001). *Managing the unexpected: Assuring high performance in an age of complexity*. Jossey-Bass.

Onur GÜNAYDIN
İktisadi, İdari Sosyal Bilimler Fakültesi
Finans ve Bankacılık
onurgunaydin@hotmail.com.tr
ORCID NO: 0009-0004-6142-391X

VAKA ADI:

FİNANSAL TEKNOLOJİLER (FİNTECH) VE HUKUKİ REGÜLASYON: BANKACILIKTA YAPAY ZEKÂ UYGULAMALARININ HUKUKİ BOYUTU

PROBLEM / VAKA TANIMI

Bu vaka, 2023–2024 yılları arasında Türkiye'de faaliyet gösteren büyük ölçekli bir özel bankanın, kredi değerlendirme süreçlerinde yapay zekâ (YZ) tabanlı bir algoritma kullanmaya başlamasıyla ortaya çıkan hukuki ve etik sorunları konu almaktadır. İstanbul merkezli bu banka, kredi başvurularını değerlendirmek amacıyla geliştirdiği makine öğrenimi algoritmaları sayesinde, geleneksel yöntemlere kıyasla daha hızlı ve veri odaklı kararlar almayı hedeflemiştir. Ancak süreç içerisinde bazı başvuru sahipleri, algoritmanın karar mekanizmasının şeffaf olmaması ve ayrımcı sonuçlar doğurabileceği gerekçesiyle bankaya dava açmıştır. Bu gelişme, Türkiye'de yapay zekâ destekli finansal uygulamaların hukuki altyapısının yeterliliği, birey haklarının korunması ve bankaların sorumluluğu gibi temel konuları gündeme taşımıştır.

Vaka kapsamında hem Türkiye Cumhuriyeti mevzuatı (özellikle Kişisel Verilerin Korunması Kanunu – KVKK) hem de Avrupa Birliği'nin hazırladığı Yapay Zekâ Yasası (AI Act) çerçevesinde sistemin regülasyon ihtiyacı analiz edilmekte; ulusal ve uluslararası düzeyde uyumlu bir hukuk sisteminin gerekliliği vurgulanmaktadır. Özellikle, banka tarafından kullanılan algoritmanın sosyal medya verileri, işlem geçmişi ve dijital izler gibi geleneksel dışı veri kaynakla-

rını kullanarak kredi başvurularını değerlendirmesi, bu sistemin hem etik hem de hukuki olarak sorgulanmasına neden olmuştur. Karar alma sürecinin şeffaf olmaması, bazı başvuruların gerekçesiz reddedilmesi ve algoritmanın belirli demografik gruplara karşı ayrımcılık yapabileceği iddiaları, yalnızca veri koruma ve algoritmik hesap verebilirlik açısından değil, aynı zamanda "otomatik karar alma süreçlerinde insan müdahalesi zorunluluğu" gibi temel haklar bakımından da hukuki kriz yaratmıştır.

Bu yönüyle söz konusu vaka, yapay zekâ teknolojilerinin finansal hizmetlerde kullanımına ilişkin mevcut hukuki boşlukların belirginleşmesini sağlayarak, düzenleyici kurumlar açısından kritik bir örnek teşkil etmektedir.

VAKA ANALİZİNİN YÖNTEMİ

Bu vaka çalışmasında nitel araştırma yöntemi benimsenmiş olup, özellikle doküman analizi ve karşılaştırmalı hukuk incelemesi teknikleri kullanılmıştır. Araştırma kapsamında, Türkiye'deki mevcut hukuki düzenlemeler (özellikle Kişisel Verilerin Korunması Kanunu – KVKK, Bankacılık Kanunu ve ilgili BDDK yönetmelikleri) ayrıntılı biçimde incelenmiş; bu düzenlemeler, Avrupa Birliği'nin Yapay Zekâ Yasası (AI Act) gibi uluslararası regülasyonlarla karşılaştırmalı olarak analiz edilmiştir. Ayrıca, ilgili bankanın yapay zekâ sistemlerini kullanma sürecine dair kamuya açık belgeler, mahkeme kayıtları ve düzenleyici kurumlar tarafından yayımlanan resmi raporlar değerlendirmeye alınmıştır.

Bilimsel geçerliliği sağlamak amacıyla, akademik literatür taranmış; yapay zekâ uygulamalarının etik, hukuki ve teknik boyutlarını ele alan çalışmalardan faydalanılmıştır. Elde edilen veriler, içerik analizi yöntemiyle sistematik biçimde kodlanmış, belirlenen temalar üzerinden vaka kapsamındaki sorun alanları tanımlanmıştır. Bu sayede, YZ kullanımının bankacılık hizmetlerinde yol açtığı hukuki riskler, uygulama pratikleri ve mevcut regülasyonlardaki eksiklikler bütüncül bir yaklaşımla ortaya konmuştur.

Bu yöntemsel yaklaşım, hem mevcut yasal çerçevelerin eleştirel bir bakışla değerlendirilmesini hem de geleceğe yönelik politika ve düzenleme önerilerinin geliştirilmesini mümkün kılmıştır. Çalışma, Türk bankacılık sektöründe yapay zekâ temelli bir uygulamanın hukuki yönlerini betimleyici ve nitel bir vaka analizi yöntemiyle ele almaktadır.

GİRİŞ

Finansal teknolojiler (FinTech), teknolojik yeniliklerin finansal hizmetlerin sunumu, geliştirilmesi ve yönetimi süreçlerine entegre edilmesini ifade eder (Arner, Barberis & Buckley, 2017). FinTech kavramı, başlangıçta ödeme sistemleri, dijital cüzdanlar ve mobil bankacılık gibi alanlarla sınırlıydı. Ancak günümüzde, büyük veri (big data), blokzinciri (blockchain), bulut bilişim (cloud computing) ve özellikle yapay zekâ (AI) gibi ileri teknolojilerin entegre edilmesiyle çok daha geniş bir yelpazeye yayılmıştır (Gomber ve diğerleri, 2018).

Bankacılık sektörü bu dönüşümün merkezinde yer almakta olup, geleneksel finansal aracılık fonksiyonlarını dijital altyapıya dayalı hale getirmiştir. FinTech çözümleri, geleneksel finans kuruluşlarının yanı sıra startup ekosisteminden çıkan yeni oyuncular tarafından da geliştirilmektedir. Bu yapılar yalnızca teknolojik inovasyonla değil, aynı zamanda mevcut finansal sistemin regülasyon yapısıyla da etkileşim halindedir.

Yapay zekâ, FinTech ekosistemi içinde özellikle veri analizi, öngörüsel modelleme, müşteri deneyimi optimizasyonu ve güvenlik uygulamaları gibi alanlarda devrimsel etkiler yaratmaktadır (Berg, Burg, Gombović & Puri, 2020). Bu dönüşüm, yalnızca finansal süreçleri değil, aynı zamanda hukuki düzenlemeleri de yeniden şekillendirmektedir. Bu nedenle FinTech'in ve onun alt bileşeni olan AI tabanlı uygulamaların, hem teknolojik hem de hukuki bağlamda kapsamlı şekilde ele alınması gerekmektedir.

YAPAY ZEKÂ TABANLI BANKACILIK UYGULAMALARI

Yapay zekâ teknolojilerinin bankacılık sektöründeki uygulamaları çok katmanlı ve çeşitlidir. AI, veri madenciliği, makine öğrenmesi (machine learning), doğal dil işleme (NLP) ve derin öğrenme (deep learning) gibi tekniklerle finansal süreçlere entegre edilmektedir (Bussmann, 2017).

En yaygın kullanım alanları şunlardır:

- **Kredi Skorlama ve Risk Analizi:** Geleneksel kredi derecelendirme sistemlerinin aksine, AI modelleri farklı kaynaklardan gelen verileri (sosyal medya, işlem geçmişi, demografik bilgiler) analiz ederek daha dinamik ve bireysel risk skorları oluşturur (Berg et al., 2020).
- **Dolandırıcılık Tespiti:** Gerçek zamanlı işlem takibi yapan yapay zekâ

sistemleri, şüpheli aktiviteleri tespit ederek dolandırıcılık risklerini azaltır. Anomalilerin saptanması makine öğrenmesi modelleriyle yapılır (Ngai ve diğerleri, 2011).

- **Chatbotlar ve Müşteri Hizmetleri:** NLP teknikleri sayesinde geliştirilen sanal asistanlar, müşteri taleplerine hızlı yanıt verebilir ve işlem gerçekleştirebilir (Brandtzaeg & Følstad, 2017).
- **Yatırım Danışmanlığı (Robo-danışmanlar):** Müşteri profiline göre otomatik yatırım tavsiyesi sunan sistemler, maliyetleri düşürürken erişilebilirliği artırır (Sironi, 2016).
- **Uyum ve Regülasyon Teknolojileri (RegTech):** Yapay zekâ, bankaların uyum yükümlülüklerini yerine getirmesi için de kullanılmaktadır. Özellikle Kara Para Aklamayı Önleme (AML) ve Müşteri Tanıma (KYC) süreçlerinde yapay zekâ modelleri manuel sürece göre daha etkin sonuçlar vermektedir (Anagnostopoulos, 2018).

Bu uygulamalar sayesinde bankalar, operasyonel maliyetlerini azaltmakta ve müşteri memnuniyetini artırmaktadır. Ancak bu süreçlerde alınan kararların şeffaflığı ve doğruluğu, ciddi hukuki ve etik sorunları da beraberinde getirmektedir. Özellikle algoritmik karar verme sistemlerinde insan denetiminin zayıf olması, hatalı veya önyargılı kararların sorumluluğunu belirlemeyi zorlaştırmaktadır (Wachter ve diğerleri, 2017).

HUKUKİ DÜZENLEMELER VE REGÜLÂSYON BOŞLUKLARI

Yapay zekâ uygulamalarının finans sektöründe giderek yaygınlaşması, hukuki düzenlemeleri kaçınılmaz hâle getirmiştir. Ancak mevcut hukuk sistemleri, AI'nin özerkliği ve karar alma mekanizmaları konusunda çoğu zaman yetersiz kalmaktadır (Zetzsche ve diğerleri, 2020). AI tabanlı sistemlerin iç işleyişinin genellikle anlaşılması zor ve opak olması, hukuk uygulayıcılarının ve denetim makamlarının sorumluluk tespiti yapmasını güçleştirmektedir.

Bu durum, "kara kutu" (black box) olarak adlandırılan yapay zekâ sistemlerinin şeffaf olmayan yapısıyla daha da karmaşık hâle gelir. Özellikle AI'nin verdiği kararların gerekçesinin izah edilememesi, hukuki denetim mekanizmaları açısından ciddi sorunlar doğurmaktadır. Örneğin, bir bankanın kredi başvurusunu reddetme kararının, yapay zekâ tarafından verilmesi durumunda gerekçe göster-

me yükümlülüğünün kimde olacağı net değildir (Wachter ve diğerleri, 2017).

Avrupa Birliği, bu hukuki belirsizliklere çözüm getirmek amacıyla 2021 yılında Yapay Zekâ Yasası (Artificial Intelligence Act) taslağını yayımlamıştır. Bu düzenleme, AI sistemlerini risk temelli bir yaklaşımla dört kategoriye ayırmakta ve yüksek riskli uygulamalar için daha sıkı düzenleyici tedbirler öngörmektedir (European Commission, 2021). Bankacılık sektörü, özellikle müşteri skorlama sistemleri nedeniyle bu yüksek riskli kategoriye girmektedir.

Türkiye'de ise doğrudan yapay zekâya ilişkin bütüncül bir mevzuat hâlen bulunmamaktadır. Bununla birlikte, Türk Borçlar Kanunu, Türk Ceza Kanunu, Tüketicinin Korunması Hakkında Kanun, Elektronik Para ve Ödeme Hizmetleri Kanunu gibi çeşitli düzenlemeler dolaylı olarak AI uygulamalarına uygulanabilmektedir. Ancak bu düzenlemeler, AI'nin teknik özelliklerini dikkate alan özel hükümler içermemektedir.

Ayrıca, Bankacılık Düzenleme ve Denetleme Kurumu (BDDK) gibi otoritelerin yayımladığı ikincil düzenlemeler kapsamında AI kullanımına ilişkin bazı dolaylı hükümler yer almaktadır. Ne var ki bu düzenlemeler, algoritma şeffaflığı, hesap verebilirlik ve insan denetimi gibi temel prensipleri kapsamamaktadır (Erbaş, 2022).

Bu bağlamda, hukuki düzenleme ihtiyacı yalnızca normatif değil, aynı zamanda teknolojik bilgiyle iç içe geçmiş çok boyutlu bir mesele olarak ele alınmalıdır.

KİŞİSEL VERİLERİN KORUNMASI VE ETİK SORUNLAR

Yapay zekâ destekli bankacılık uygulamaları büyük veri kümeleri ile çalışmakta ve bireylerin çeşitli düzeylerde kişisel bilgilerini işlemektedir. Bu bağlamda kişisel verilerin korunması ve işlenmesi, yalnızca teknik bir güvenlik meselesi değil; aynı zamanda temel hak ve özgürlüklerle doğrudan ilişkili hukuki ve etik bir meseledir (Zuboff, 2019).

Avrupa Birliği'nde Genel Veri Koruma Tüzüğü (GDPR), Türkiye'de ise 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu (KVKK), bireylerin veri üzerindeki kontrolünü sağlamayı amaçlamaktadır. Bu düzenlemeler, otomatik karar alma süreçleri, veri minimizasyonu, açık rıza, amaçla sınırlılık ve şeffaflık gibi ilkelere dayanmaktadır (Voigt ve Von dem Bussche, 2017).

Yapay zekâ uygulamalarında özellikle şu sorunlar dikkat çekmektedir:

- **Açık Rıza ve Otomatik Kararlar:** Bankacılıkta AI ile yapılan değerlendirme ve sınıflandırmalar (örneğin kredi skoru) sıklıkla bireylerin açık rızası dışında gerçekleşmekte ve bu durum veri işleme hukukunu ihlal edebilmektedir. GDPR'ın 22. maddesi otomatik karar alma sürecine karşı bireye itiraz hakkı tanımaktadır.
- **Profil Oluşturma (Profiling):** AI sistemleri kullanıcıların davranışlarına dair kalıplar çıkararak onları kategorilere ayırmaktadır. Bu da bireylerin potansiyel olarak ayrımcılığa maruz kalmasına yol açabilmektedir (Tadajewski ve Brownlie, 2008).
- **Algoritmik Önyargı (Bias) ve Ayrımcılık:** Eğitim verilerindeki sistematik hatalar, yapay zekânın da bu hataları yeniden üretmesine sebep olabilir. Örneğin; geçmişte belli etnik grupların daha az kredi alabildiği bir veri seti, gelecekte bu ayrımcılığı sürdürme riski taşır (Barocas ve Selbst, 2016).
- **Şeffaflık ve Hesap Verebilirlik:** AI sistemlerinin "açıklanabilir" olması gerekmektedir. Ancak çoğu derin öğrenme algoritması, karar sürecini anlaşılır biçimde açıklayamamaktadır. Bu durum da hesap verebilirlik mekanizmalarını zayıflatmaktadır (Doshi-Velez ve Kim, 2017).

Bu etik ve hukuki sorunlar, yapay zekâ sistemlerinin "güvenli, adil ve insan haklarına duyarlı" şekilde tasarlanmasını gerekli kılmaktadır. Özellikle bankacılık gibi vatandaşın temel ekonomik yaşamıyla doğrudan ilişkili bir alanda, etik ilkelere bağlılık daha da kritik hâle gelmektedir.

AVRUPA BİRLİĞİ VE TÜRKİYE UYGULAMALARI

FinTech ve yapay zekâ tabanlı bankacılık uygulamalarına ilişkin regülasyonlar, ülkeden ülkeye değişiklik göstermekte ve büyük ölçüde politika yapıcıların teknolojik gelişmeleri ne hızda ve nasıl kavramsallaştırdığına bağlı olarak şekillenmektedir. Avrupa Birliği, bu alanda küresel düzeyde en kapsamlı regülasyon çerçevesini oluşturma çabasında olup, özellikle **Yapay Zekâ Yasası (Artificial Intelligence Act)** ile FinTech uygulamalarını da içine alan geniş kapsamlı bir düzenleme ortaya koymaktadır (European Commission, 2021).

Yapay Zekâ Yasası, risk temelli bir yaklaşım benimsemektedir. Bu kapsamda, yapay zekâ sistemleri dört gruba ayrılmakta (minimal risk, sınırlı risk, yüksek risk, yasak risk) ve bankacılık uygulamaları genellikle **"yüksek riskli**

sistemler" kategorisine girmektedir. Kredi skorlama, müşteri profil analizi ve kara para aklama ile mücadele süreçleri bu bağlamda sıkı denetim yükümlülüğüne tabidir (Veale ve Borgesius, 2021).

Buna ek olarak AB, **Dijital Finans Stratejisi**, **Kripto Varlıklar Piyasası Yönetmeliği (MiCA)** ve **DORA (Digital Operational Resilience Act)** gibi düzenlemelerle dijital finansal hizmetlerin güvenliğini, rekabetçiliğini ve uyum süreçlerini bütüncül biçimde ele almaktadır. Özellikle DORA, yapay zekâ tabanlı sistemlerin dijital operasyonel direnç bakımından denetimini öngörmektedir.

Türkiye'de ise bu alana dair doğrudan bir çerçeve yasadan söz etmek mümkün değildir. Ancak çeşitli kurumlar aracılığıyla dolaylı denetim mekanizmaları işletilmektedir:

- **BDDK (Bankacılık Düzenleme ve Denetleme Kurumu):** Finansal kuruluşların bilgi sistemleri ve elektronik bankacılık hizmetlerine ilişkin yönetmeliklerle AI uygulamaları dolaylı şekilde denetlenmektedir.
- **KVKK:** Yapay zekâ sistemlerinin işlediği kişisel veriler bakımından temel çerçeveyi belirlemekte; ancak otomatik karar alma ve algoritmik şeffaflık konularında uygulama yetersizlikleri görülmektedir (Gürses, 2022).
- **SPK (Sermaye Piyasası Kurulu):** Algoritmik ticaret ve robo-danışmanlık hizmetlerine ilişkin bazı sınırlı rehber dokümanlar yayımlamıştır.

Türkiye'de sektörel bazda düzenleme yoğunluğu bulunmakla birlikte, **yapay zekâ odaklı bütüncül ve önleyici bir yaklaşım henüz oluşturulamamıştır**. Regülasyonlar genellikle reaktif olup, teknolojik gelişmelerin gerisinde kalma riski barındırmaktadır (Erbaş, 2022).

Bu nedenle Türkiye'nin, Avrupa Birliği ile müktesebat uyumu kapsamında AI Act gibi öncü düzenlemelere uyum sağlayacak şekilde **proaktif ve şeffaf temelli bir yapay zekâ stratejisi** geliştirmesi önem arz etmektedir.

RİSKLER, FIRSATLAR VE GELECEK PERSPEKTİFLERİ

Yapay zekâ teknolojilerinin finansal sistemlere entegrasyonu, hem yapısal avantajlar hem de önemli riskler barındırmaktadır. Bu ikili doğa, AI sistemlerinin hukuk, etik ve güvenlik perspektiflerinden çok boyutlu olarak değerlendirilmesini gerektirir (Zetzsche ve diğerleri, 2020).

Fırsatlar

- **Verimlilik ve Maliyet Azaltımı:** AI sistemleri, manuel süreçleri otomatikleştirerek bankacılık operasyonlarında verimlilik sağlar. İş gücü maliyetleri azalırken işlem hacmi artar (Brynjolfsson ve McAfee, 2017).
- **Kişiselleştirme ve Müşteri Deneyimi:** Makine öğrenimi algoritmaları, müşteri davranışlarını analiz ederek hizmetlerin kişiselleştirilmesini mümkün kılar. Bu da müşteri memnuniyetini artırır (Ng ve Kwok, 2017).
- **Risk Yönetimi:** AI tabanlı modeller, geçmiş verilerden öngörü üreterek kredi riski ve piyasa dalgalanmaları gibi unsurları daha isabetli şekilde tahmin eder (Krauss, Do ve Huck, 2017).
- **Finansal Kapsayıcılık:** Geleneksel kredi sistemlerinin dışında kalan bireylerin alternatif veri kaynaklarıyla değerlendirilmesi, finansal erişimi artırır.

Riskler

- **Hukuki Belirsizlikler:** Yapay zekâ sistemlerinin karar alma süreci opak olduğunda, sorumluluğun kimde olduğu (geliştirici, kurum, kullanıcı) netleşmemektedir. Bu durum hukuk devleti ilkesiyle çelişebilir (Wachter ve diğerleri, 2017).
- **Algoritmik Tarafsızlık Sorunu:** AI sistemleri önyargılı verilerle beslendiğinde ayrımcılık riski artar. Bu durum özellikle kredi tahsisi gibi kararlar açısından ciddi sosyal sonuçlar doğurabilir (Barocas ve Selbst, 2016).
- **Siber Güvenlik ve Sistemik Risk:** AI sistemlerinin hacklenmesi, yanıltılması (adversarial attacks) veya kötü niyetli amaçlarla kullanılması, bankacılık altyapısında zincirleme krizlere neden olabilir (Brundage ve diğerleri, 2018).
- **Rekabetin Bozulması ve Piyasa Yoğunlaşması:** Büyük teknoloji şirketlerinin AI temelli finansal hizmetlerde yoğunlaşması, finansal sektörde rekabeti zedeleyebilir ve tekelci eğilimleri artırabilir.

Gelecek Perspektifleri

Önümüzdeki yıllarda AI teknolojilerinin gelişmesiyle birlikte:

- "**Açıklanabilir yapay zekâ (XAI)**" sistemlerinin yaygınlaşması beklen-

mektedir. Bu sistemler kararların gerekçesini anlamlandırılabilir biçimde sunmayı hedefler.

- **Yasal standartlar** ve "**etik puanlama sistemleri**" üzerinden algoritmaların sertifikalandırılması gündeme gelebilir.
- Regülasyonun yalnızca denetleyici değil, "**önleyici ve yönlendirici**" bir çerçeveye kavuşması kaçınılmazdır.

Dolayısıyla, AI destekli finansal hizmetlerin regülasyonu, sadece hukuki boşlukların giderilmesinden ibaret olmamalı; aynı zamanda şeffaflık, hesap verebilirlik ve etik ilkeleri merkeze alan çok disiplinli bir stratejiyi içermelidir.

REGÜLASYON TEKNOLOJİLERİ (REGTECH) VE UYUMLULUK OTOMASYONU

Regülasyon teknolojileri (RegTech), finansal kurumların düzenleyici yükümlülüklerini daha verimli, hızlı ve şeffaf biçimde yerine getirmelerine olanak tanıyan teknolojik çözümleri ifade eder. Yapay zekâ, bu teknolojilerin merkezinde yer almakta ve bankaların karmaşık yasal düzenlemelere uyum süreçlerinde otomasyon, analiz ve tahminleme kapasiteleri sunmaktadır (Arner ve diğerleri, 2017).

RegTech'in Kapsamı

RegTech çözümleri genellikle aşağıdaki alanlarda yoğunlaşmaktadır:

- **Müşteri Tanıma (KYC):** AI sistemleri müşterilerin kimliğini dijital olarak doğrulamakta, sahte belgeleri tespit etmekte ve risk sınıflandırmaları yapmaktadır.
- **Kara Para Aklamanın Önlenmesi (AML):** Gerçek zamanlı işlem analizi ve anomalilerin tespiti ile AI, şüpheli faaliyetleri tanıyarak otoritelere raporlamaktadır.
- **Uyumluluk İzleme:** Mevzuat değişikliklerinin izlenmesi, iç politika güncellemeleri ve otomatik uyum kontrolleri AI destekli sistemlerle mümkün hale gelmektedir (Anagnostopoulos, 2018).
- **Raporlama ve Bildirim:** AI tabanlı sistemler, otoritelere gönderilmesi gereken raporları otomatik olarak hazırlamakta ve uyumsuzluk risklerini azaltmaktadır.

Yapay Zekânın Rolü

Yapay zekâ, RegTech sistemlerine entegre edilerek:

- Mevzuata uyum süreçlerini hızlandırmakta,
- Denetim maliyetlerini azaltmakta,
- Yasal riskleri öngörmekte ve azaltmaktadır.

Özellikle doğal dil işleme (NLP) algoritmaları sayesinde, mevzuat belgeleri otomatik olarak analiz edilip kurum içi politikalarla eşleştirilebilmekte, böylece manuel uyum analizleri büyük ölçüde azaltılmaktadır (Winn, 2019).

Hukuki ve Kurumsal Zorluklar

- **Standart Eksikliği:** RegTech çözümleri için ulusal veya uluslararası düzeyde ortak standartlar henüz oluşmamıştır.
- **Veri Güvenliği ve Gizlilik:** Bu sistemlerin veriye erişim yetkisi, kişisel verilerin işlenmesi bağlamında KVKK ve GDPR ile çelişebilir.
- **Denetleyici Kurumların Yetersiz Dijitalleşmesi:** RegTech sistemlerinin sağlıklı işlemesi için regülatörlerin de dijital altyapıya sahip olması gerekmektedir (Zetzsche ve diğerleri, 2020).

Geleceğe Dair Öngörüler

RegTech, gelecekte sadece uyum sağlamakla sınırlı kalmayacak, aynı zamanda düzenleyici kurumlar ile finansal kuruluşlar arasında bir "dijital köprü" işlevi görecektir. Bu bağlamda:

- Denetim otoriteleri RegTech uygulamalarını aktif olarak denetleyecek ve lisanslayacaktır.
- Algoritmik uyum puanlaması sistemleri geliştirilecektir.
- Uyumluluk otomasyonunda "açıklanabilir yapay zekâ" esas alınacaktır.

Yapay zekâ ile desteklenen RegTech sistemleri, sadece riskleri azaltmakla kalmayacak, aynı zamanda hukuk ve teknoloji arasında etkileşimli bir inovasyon alanı yaratacaktır.

Sonuç ve Hukuki Politika Önerileri

Finans sektöründe yapay zekâ temelli uygulamaların yükselişi, ekonomik verimlilik ve hizmet kalitesi açısından devrimsel fırsatlar sunarken, hukuki, etik ve toplumsal düzeyde de ciddi soruları gündeme getirmektedir. Bu bağ-

lamda yapılan analizler, mevcut düzenleyici çerçevenin parçalı, çoğu zaman reaktif ve teknolojiye göre geriden gelen bir yapıda olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla hukuk sistemlerinin yalnızca riskleri önlemeye yönelik değil, aynı zamanda teknolojik inovasyonu yönlendiren bir yapıya evrilmesi gerekmektedir (Zuboff, 2019).

Temel Bulgular

- AI sistemlerinin bankacılık alanında karar alma süreçlerine dahil olması, mevcut hukuk normlarının şeffaflık, hesap verebilirlik ve adalet ilkeleri açısından sınırlarını zorlamaktadır.
- Avrupa Birliği, risk temelli ve proaktif bir yaklaşım geliştirerek AI Act, DORA ve MiCA gibi öncü regülasyonlar ortaya koymuştur. Türkiye'de ise dağınık ve sektörel bazlı regülasyonlar hâkimdir.
- Kişisel verilerin korunması, algoritmik önyargı ve otomatik karar alma süreçleri hem hukuk hem etik açısından en sorunlu alanları oluşturmaktadır.

Politika Önerileri

- **Bütüncül ve Önleyici Yasa Tasarısı Hazırlanmalı:** Türkiye, yalnızca sektörel değil tüm FinTech ve yapay zekâ alanlarını kapsayan bir çerçeve yasa oluşturmalıdır. Bu yasa, algoritmik karar alma, insan denetimi, veri şeffaflığı gibi ilkeleri içermelidir.
- **AI Sistemleri için Sertifikasyon ve Etik Etiketleme:** Yüksek riskli AI sistemleri için standartlara dayalı sertifikasyon süreçleri ve bağımsız denetim mekanizmaları oluşturulmalıdır.
- **Hesap Verebilirlik ve Açıklanabilirlik İlkeleri Güçlendirilmeli:** Kara kutu etkisinin önüne geçilmesi için AI sistemlerinin açıklanabilirlik düzeyi yasal zorunluluk hâline getirilmelidir.
- **Uluslararası Uyum ve AB Müktesebatına Yakınsama:** Türkiye'nin yapay zekâ hukukunda Avrupa Birliği müktesebatına uyumu hızlandırılmalı, AI Act ve GDPR ile uyumlu ikincil mevzuatlar geliştirilmelidir.
- **RegTech Çözümleri ve Denetleyici Teknolojiler Desteklenmeli:** Finansal kurumların hukuka uygunluk süreçlerini teknolojik olarak otomatize eden çözümlerin kullanımı teşvik edilmelidir.
- **Algoritmik Etki Değerlendirmesi (Algorithmic Impact Assessment) Zorunlu Kılınmalı:** AI sistemlerinin bireysel haklar üzerindeki etkile-

rini önceden değerlendiren yöntemlerin uygulanması yasal zorunluluk hâline gelmelidir.

Bankacılıkta yapay zekâ uygulamalarının sağlıklı biçimde gelişebilmesi için hukuk, teknoloji ve etik alanlarının entegrasyonu zorunludur. Bu doğrultuda yalnızca risk odaklı değil; insan merkezli, şeffaf, adil ve güvenilir bir dijital finansal ekosistem inşa edilmelidir. Türkiye, bu süreci fırsata çevirerek sadece regülasyonu takip eden değil, aynı zamanda teknolojiye yön veren bir pozisyon da üstlenebilir.

KAYNAKÇA

Anagnostopoulos, I. (2018). Fintech and regtech: Impact on regulators and banks. *Journal of Economics and Business, 100*, 7–25. https://doi.org/10.1016/j.jeconbus.2018.07.003

Arner, D. W., Barberis, J. N., & Buckley, R. P. (2017). Fintech and regtech: Impact on regulators and banks. *Journal of Banking Regulation, 19*(3), 10–25. https://doi.org/10.1057/s41261-017-0038-3

Barocas, S., & Selbst, A. D. (2016). Big data's disparate impact. *California Law Review, 104*(3), 671–732. https://doi.org/10.2139/ssrn.2477899

Berg, T., Burg, V., Gombović, A., & Puri, M. (2020). On the rise of fintechs: Credit scoring using digital footprints. *The Review of Financial Studies, 33*(7), 2845–2897. https://doi.org/10.1093/rfs/hhz099

Brandtzaeg, P. B., & Følstad, A. (2017). Why people use chatbots. In *Internet Science* (pp. 377–392). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-70284-1_30

Brundage, M., et al. (2018). The malicious use of artificial intelligence: Forecasting, prevention, and mitigation. *arXiv*. https://arxiv.org/abs/1802.07228

Brynjolfsson, E., & McAfee, A. (2017). *Machine, platform, crowd: Harnessing our digital future*. W. W. Norton & Company.

Bussmann, N. (2017). Trust, security and participation in the era of artificial intelligence. *Journal of Digital Banking, 2*(2), 119–124.

Doshi-Velez, F., & Kim, B. (2017). Towards a rigorous science of interpretable machine learning. *arXiv*. https://arxiv.org/abs/1702.08608

Erbaş, A. (2022). Türkiye'de yapay zekâ hukuku gelişmeleri: Mevzuat boşlukları ve regülasyon yaklaşımları. *İstanbul Barosu Dergisi, 96*(2), 45–63.

European Commission. (2021). *Proposal for a regulation laying down harmonised*

rules on artificial intelligence (Artificial Intelligence Act). COM(2021) 206 final. https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:52021PC0206

Gomber, P., Kauffman, R. J., Parker, C., & Weber, B. W. (2018). On the fintech revolution: Interpreting the forces of innovation, disruption, and transformation in financial services. *Journal of Management Information Systems, 35*(1), 220–265. https://doi.org/10.1080/07421222.2018.1440766

Gürses, S. (2022). Algoritmalar ve veri koruma: Türkiye'de otomatik kararlar üzerine değerlendirme. *İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Mecmuası, 80*(1), 435–458. https://doi.org/10.26650/mecmua.2022.80.1.0054

Krauss, C., Do, X. A., & Huck, N. (2017). Deep neural networks, gradient-boosted trees, random forests: Statistical arbitrage on the S&P 500. *European Journal of Operational Research, 259*(2), 689–702. https://doi.org/10.1016/j.ejor.2016.10.031

Ng, I. C. L., & Kwok, S. K. (2017). Emergence of fintech and its impact on financial consumer behaviour. *Journal of Financial Perspectives, 4*(3), 1–16.

Ngai, E. W. T., Hu, Y., Wong, Y. H., Chen, Y., & Sun, X. (2011). The application of data mining techniques in financial fraud detection: A classification framework and an academic review of literature. *Decision Support Systems, 50*(3), 559–569. https://doi.org/10.1016/j.dss.2010.08.006

Sironi, P. (2016). *FinTech innovation: From robo-advisors to goal-based investing and gamification*. John Wiley & Sons.

Tadajewski, M., & Brownlie, D. (2008). *Critical marketing: Issues in contemporary marketing*. Wiley.

Veale, M., & Borgesius, F. Z. (2021). Demystifying the draft EU Artificial Intelligence Act. *Computer Law Review International, 22*(4), 97–112. https://doi.org/10.9785/cri-2021-220402

Voigt, P., & Von dem Bussche, A. (2017). *The EU General Data Protection Regulation (GDPR): A practical guide*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-57959-7

Wachter, S., Mittelstadt, B., & Floridi, L. (2017). Transparent, explainable, and accountable AI for robotics. *Science Robotics, 2*(6), eaan6080. https://doi.org/10.1126/scirobotics.aan6080

Wachter, S., Mittelstadt, B., & Floridi, L. (2017). Why a right to explanation of automated decision-making does not exist in the General Data Protection Regulation. *International Data Privacy Law, 7*(2), 76–99. https://doi.org/10.1093/idpl/ipx005

Winn, J. K. (2019). RegTech and the struggle to automate compliance. *Law and Financial Markets Review, 13*(1), 1–9. https://doi.org/10.1080/17521440.2019.1571941

Zetzsche, D. A., Buckley, R. P., Arner, D. W., & Barberis, J. N. (2020). Artificial intelli-

gence in financial services: The need for regulation. *Journal of Banking Regulation, 21*(1), 1–16. https://doi.org/10.1057/s41261-019-00104-w

Zuboff, S. (2019). *The age of surveillance capitalism: The fight for a human future at the new frontier of power*. PublicAffairs.

Önder UĞUR
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
onderugur3@gmail.com
ORCID NO: *0009-0003-5786-7238*

VAKANIN ADI:

İNTERNET ÜZERİNDE YAPILAN ALIŞVERİŞ SONUCUNDA MÜŞTERİYE GÖNDERİLEN UYGUNSUZ (EKSİK) ÜRÜN

PROBLEMİN TANIMI

Alıcı internet alış veriş sitelerinden gezinirken ihtiyacı olan X Markalı bir adet elektrikli süpürge satın almıştır. X kargo satıcısı ile birlikte kargo teslimatı sırasında yapılan gözlemler sonucunda elektrikli süpürgenin 1 adet şarj adaptörünün olmadığı tespit edilmiştir. Bu süreç için de yapılan bütün işlemler, belge ve görselleri ile birlikte firmaya bildirilmiştir.

Tablo 1. Satıcı ve Alıcı bilgileri

SATICI BİLGİLERİ		ALICI BİLGİLERİ	
Firma Unvanı	X İnternet	Adı	X
Firma Adresi	X mah. Z cad. No:x x İlçe / x Şehir	Soyadı	X
Firma e posta adres	X@	Alıcı adresi	X mah. X cad. x İlçe/ xŞehir
Firma İletişim bilgileri	0.506. xxx	e posta adres	X@
		İletişim bilgileri	0.506.xxx

Tablo 2. Ürün bilgiler

ÜRÜN BİLGİLERİ	
Elektrikli süpürge markası	XX
Sipariş edilen miktar	1 adet
Elektrik süpürgesi aksesuarları	1 adet şarj adaptörü 1 paket toz torbası
Yedek toz torbası	1 paket toz torbası

Tablo 3. Fatura bilgileri

FATURA BİLGİLERİ	
İrsaliye numarası	XXX 01
Fatura numarası	XXXX01
Fatura tarihi	03.03.2025
Garanti süresi ve Garanti belgesi	2 yıl – 1 adet garanti belgesi

ÖZET

Hızlı bir şekilde gelişen teknolojinin şüphesiz insanoğlunun hayatında birçok yeniliğe imza atmakta olup günümüzde bu yeniliklerin başında internet olmaktadır. İnternet ve beraberindeki yeni anlayışlar insanoğlunun, içinde barındırdığı değişim ile onların bugüne kadar var olan davranışlarını değiştirmekte ve bazı kesimler açısından buna öncelik olan bir tanesi de E-Ticaret olmaktadır (Doğaner, 2007).

Bu bakımdan incelendiğinde, gelişen teknoloji ile birlikte insanların yorulmadan ve yaşamlarını güvenli bir şekilde sürdürmeleri için çeşitli ürünler üretilmekte ve satılmaktadır. Bun dan 15 yıl önce alışverişimizi kendi köyümüz, kasabamız ve ya yaşadığımız il ve ya ilçe'de yapıyorduk. Gelişen teknoloji ve internet ile birlikte bu gün dünyanın herhangi bir köyünden, ilçesinde veya ilinden alışveriş yapabiliyoruz. Ancak bu internet alışveriş kolaylığın getirdiği bazı zorlukları da bulunmaktadır. Bu zorluklar;

- Alış veriş yapmış olduğunuz internet sitesi sipariş vermiş olduğunuz ürünü eksik gönderilmesi
- Almış olduğunuz ürün yerine başka bir ürün göndermesi

- ❖ Bazen alış veriş yaptığınız ürünün gönderilmemesi
- ❖ Kredi kartınızın ele geçirilmesi gibi durumlarda

Yukarıda belirtilen zorlukları hepimiz az çok bilmekteyiz internet alışverişini yapan çoğu insan bu zorlukların farkındadır. Çünkü internet sitelerinde yapacağımız alışveriş yasal firmaların olmasına dikkat etmemize fayda vardır. Herhangi bir internet sitesinde alışveriş yaptığımızda hayal kırıklığına uğrayabiliriz. Bu nedenle yasal olmayan internet sitelerinden alışveriş yapmamamız gerektiğini bilmemiz açısından önem taşımaktadır.

ANALİZ SÜRECİ

Alıcı 03.03.2025 tarihinde X internet firmasının internet alışveriş sitesinden 1 adet kullanılmamış XX Marka elektrikli süpürgesi satın almıştır. Üç iş günü içinde alıcıya teslim edilmek üzere X Kargo şirketine verilmiştir. Bir gün gecikmeli olarak teslim edilmek üzere alıcıya getirilen ürün X kargo dağıtıcısı tarafından müşteriye teslim etmek istemiştir. Siparişini teslim alan alıcı kutu içerinde ürünün sağlamlığı ve ürün eksikliğinin olup olmadığı yönünden X kargo dağıtıcına sipariş kutusunu açmasını istemiştir.

Sipariş kutusunu açan X kargo dağıtıcısı ürünleri teker teker kutudan çıkararak alıcının masasının üzerine koymuştur. Yapılan gözlem sonucunda X Kargo dağıtıcının masaya koyduğu ürünler aşağıdaki gibi sıralanmıştır.

Ürünler;

- ✓ 1 adet elektrikli süpürge
- ✓ 1 paket toz torbası

Yukarıda belirtilen ürünler fatura ile karşılaştırıldığında

Fatura içeriği

- ✓ 1 adet elektrik süpürgesi
- ✓ 1 adet şarj adaptörü
- ✓ 1 adet toz paketi

Fatura içeriğine uygun olarak sipariş gönderilmemiş Alıcı X kargo dağıtıcı-

na Bu ayıplı (eksik 1 adet şarj adaptörü) nedeniyle elektrikli süpürgesini teslim almayacağını söylemiştir.

SORUNUN TANIMLANMASI

Hukuki işlemler için alıcı ayıplı ürünün değişimi veya ürün ücretini talep etmesi açısından belgeleri hazırlamıştır. Bu belgeler;

- ✓ Ayıplı (eksik) ürüne ait irsaliye ve fatura fotokopileri
- ✓ X kargo dağıtıcısına imzalatılan ayıplı (eksik) 1 adet şarj adaptörünün olmadığı tutanağı
- ✓ X kargo dağıtıcısına imzalatılan ürün iade tutanağı
- ✓ X kargo dağıtıcısından satıcıya ayıplı ürünün iade edildiğine dair kargo takip numarası
- ✓ Ayıplı (eksik) sipariş sepetin ürünün görselleri

Yukarıda yapılan işlemlerden sonra alıcı X internet firması müşteri hizmetlerini arayarak ayıplı ürünün (şarj adaptörünün olmaması) iade edildiği bilgisini verilmiştir. Alıcı müşteri hizmetleri temsilcisine ürünün ayıplı (eksik) olduğuna dair tutanaklar ve görseller olduğunu söylemiştir. Müşteri temsilcisi alıcının iletişim bilgilerini alarak alıcıya kısa süre içinde bu konu hakkında döneceklerini söylemiştir.

07.03.2025 tarihinde saat:11.05 sularında alıcıyı arayan X internet firması müşteri temsilcileri Alıcıya ürünü teslim aldığımızda yapılacak kontroller neticesinde size gerekli bilgiler verilecektir.

X SATICI FİRMANIN LOJİSTİK VE MÜŞTERİ TEMSİLCİLERİNDE Kİ SÜREÇ

X İnternet firması bünyesinde lojistik ağının olmadığı için bir X kargo firması ile anlaştıkları ve bu antlaşma neticesinde satmış olduğu ürünleri X kargo firması ile dağıtımı yapılacağı ancak X kargo firması ile yapılan sözleşmenin 6. Maddesinde

Bu madde;

- ❖ Satılan ürünler kargonuz tarafından firmamızın sözleşmesinde belirtilen

adresten tam ve sağlam olarak teslim alınacağı belirtilmiş ve hiçbir şekilde sorumluluğun X satıcı firmasında olmayacağını aksi takdirde bütün giderlerin X kargo tarafından karşılanacağı belirtilmiştir.

Bu maddeye istinaden X kargo firmasının bu durum karşısında kusurlarının olmadığını tespit etmek için X kargo yöneticileri X kargo çalışanın ifadesine başvurmuş ve alınan ifade sonucunda X kargo çalışanının X internet firmasından teslim almış olduğu ürünü kontrol etmeden teslim alındığı kamera kayıtlarından anlaşılmıştır.

Bu süreçte bir vaka yaşanmış ve bu vakanın olumlu sonuçlanması için X internet firması XY üretici firması ile görüşerek alıcının haklılığı ispatlanması durumunda mağduriyetini giderilmesi için birlikte bir çalışması yapılması gerektiğini bildirmiştir.

Bu süreçler devam ederken müşteri hizmetleri kendilerine gelen sürekli alıcı şikâyetlerinin tamamının dikkate alınmadığı ve bu süreçte x firma yöneticilerinin bilgilendirilmediği orya çıkmış ve bu durum karşısında X firma yöneticileri müşteri hizmetleri sorumluların böyle kritik vakalarının derhal sorunun çözülmesi için yetkili kişileri bilgilendirilmesi gerektiği talimatı verilmiştir.

X İNTERNET SATICISI VE XY ÜRETİCİ FİRMA ARASINDAKİ KALİTE KONTROL SÜRECİ

Bir ürün satıcıdan alınırken ürünlerin kutularında kalite kontrol adına bütün belgelerin mevcut olması gerektiğini XY üretici firması ve X internet firmasının bu durumu iyi bildikleri ve bu durum karşısında X İnternet firması kalite kontrol kayıtlarının incelenmesini XY üretici firmasından talep etmiş ve sonuçlarının X internet firması e mail adresine göndermelerini talep etmişlerdir.

XY üretici firması X internet firmasının talep ettiği belgeleri göndermiş, kalite ve ürünlerde bir sıkıntı olmadığı gönderilen e mail de belirtmiştir. X internet firmasının stokundaki mevcut ürünlerin kalite belgelerinin incelenmesi istenmiştir. X internet firması mevcut ürünlerin kalite kontrol belgelerinin incelenmesi sonucunda belgelerin mevcut olduğu tespit edilmiştir.

X SATICININ AYIPLI ÜRÜN HAKKINDAKİ SÜRECİ

06.03.2025 Tarihinde geri iade edilen ayıplı (eksik) elektrik süpürgesi 09.03.2025 tarihinde X internet firmasına X kargosu tarafından teslim edilmiştir. Kargonun teslim edildiğine dair bir kısa mesajla alıcı X kargosu tarafından bilgilendirilmiştir. X internet firması iade almış olduğu ayıplı (eksik 1 adet şarj adaptörü) elektrikli süpürgesini Üreticisi olan XY firmasına teknik inceleme yapılması için X kargosuna vermiş ve üç iş günü içinde XY firmasına teslim edilmiştir.

XY FİRMASININ AYIPLI ÜRÜN HAKKINDAKİ SÜRECİ

XY Üretici firması ayıplı ürünün (eksik ürün) nedenini öğrenmek için firma çalışanları ile yapılan toplantıda Aşağıdaki durumları incelenmesi istenmiştir.

- Üretim kayıt raporları,
- Ürün teknik kayıtları,
- *Bu vaka ile ilgili daha önceki müşteri şikâyetleri bilgi raporları,*
- *Kalite kontrol kayıtlar.*

XY FİRMASININ AYIPLI (EKSİK) ÜRÜN HAKKINDAKİ İNCELEME SONUCU

Aşağıda yapılan durum incelemesinde

- Üretim kayıt raporlar: Üretim kayıt raporlarında hiçbir maddi hasarın olmadığı tespit edilmiştir.
- Ürün teknik kayıtları**:** Teknik kayıtlarında yapılan inceleme sonucunda teknik elemanlarının kayıtların hiçbir hataya rastlanmamıştır.
- ***Müşteri temsilcisi:*** Yapılan inceleme sonucu bu vaka ile ilgili müşteri şikâyetlerinde aynı ürün için yapılan şikâyet sayısın artığı kayıtlarında mevcut olduğu tespit edilmiştir.
- Ürün test kayıtları: Üretilen ürünlerin test aşamasında yapılan kontrollerde ürünlerin test kayıtlarının tutulmuş ve bir hataya rastlanmamıştır.

XY üretici firmasının elektrikli süpürge üretiminde yapılan inceleme sonucunda hiçbir olumsuzluğa rastlamadığı raporlanmıştır. Ancak alıcıların XY

üretici firmasına gönderdiği tutanaklar ve alış faturalarında yapılan incelemede alıcılara kesilen faturaların %100 X internet firmasına ait olduğunu tespit etmiştir. XY üretici firması X internet firmasında bir inceleme yapılması için gerekli mercilere bildirmiştir.

X İNTERNET FİRMASININ İNCELENMESİ

Satış Öncesi Kolilerin İncelenmesi

XY üretici firması tarafından yapılan şikâyet üzerine devlet görevlilerinin X internet firmasına gönderilen müfettişlerin yapmış olduğu inceleme sonucunda X internet firmasında XY üretici firmasından aldığı ürünlerin kolilerinde hiçbir eksikliğin olmadığı tespit edilmiştir.

Alıcılar için hazırlanan ürünler incelenmesi

Satışa hazırlanmış ve alıcılar adına fatura kesilmiş ürün kolilerin incelenmesi sonucunda kolilerin içinde elektrik süpürgesi şarj cihazı aksesuarı olmadığı müfettişlerce tespit edilmiş ve tutanak alına alınmıştır.

X İNTERNET FİRMA PERSONELİNİN SORUŞTURLMASI

X internet firması personelinin tek tek soruşmalarının yapılması sonrasında X internet firmasında satışa hazırlık bölümünde çalışan XX çalışanı şarj cihazı aksesuarını aşağıda belirtilen durumlardan dolayı alıcılara göndermediği itiraf etmiştir.

- XX Çalışan kendine bir piyasa oluşturmuş
- İkinci el fiyatına bazı teknik servislere şarj cihazı aksesuarını satması

Soruşturma sonucunda Tespit edilen eksiklikler müfettişler tarafından kayıt altına alınmıştır. Bu kayıtlar;

- Ürün gönderim eksikliği tutanağı

- Koli içinde eksik ürün fotoğrafı
- XX Çalışanın ifadesi

Yukarıda belirtilen evrakların hazırlanması sonucunda bu belge fotoğrafların birer nüshası XY üretici firmaya, birer adedi X internet firmasına ve birer nüshasını da kendi dosyalarına koymak için almışlarıdır.

ALICININ AYIPLI MAL ALIMINA İLİŞKİN CAYMA HAKKI

Alıcı almış olduğu ürünün iadesi veya cayma hakkı üzerindeki haklarını bilmesi işini kolaylaştırmış ancak ürünün eksik teslim etme durumundan dolayı işler bilindiği gibi olmamıştır.

Bu nedenle alıcı, on dört gün içinde hiçbir gerekçe göstermeden ve hiçbir ceza ödemeden satıcıdan almış olduğu ürünü iade veya cayma hakkına sahip olduğunu bilmektedir. Ancak alıcı almış olduğu ayıplı ürünün aksesuarlarının eksik olması nedeniyle bu durumu satıcıya İspatlamak için ürünün eksik teslim edildiğini ve bu teslimat sırasında ürünün eksik olduğunu X kargo firması çalışanı ile birlikte tespit edilmiş ve tutanak altına alınmıştır.

Bu süreçten dolayı alıcı mağduriyet yaşamış ve eksik ayıplı ürünün iadesinin sağlanması için gerekli bilgi ve belgeleri satıcıya ulaşması gerektiğini ve bundan sonraki süreç içinde haklılığını ispatlamak gerektiğini bilmektedir (Türkiye Cumhuriyeti, 2014).

X İNTERNET FİRMASININ HUKUKİ İŞLEM BAŞLATMASI

Müfettişlerce yapılan bu vaka araştırma sonucunda elde edilen bilgi ve belgelerle X internet firması XX çalışanı hakkında işlem başlatmıştır.

İşyerinde çalışanlar Ahlak ve iyi niyet kurallarına uymaları gerekmektedir. Bu krallar İşverenin güvenini kötüye kullanmak işverenin işyerinde hırsızlık yapması, işverenin meslek sırlarını açığa çıkarmak, doğruluk ve bağlılığa uymayan davranışlarda bulunması durumundan dolayı çalışan hakkında hukuki işlem başlatmıştır (Türkiye Cumhuriyeti, 2003).

İyi niyet kuralına uymayan X İnternet firması çalışanı yapmış olduğu usulsüzlüklerin bedeli toplam bir aylık alacağı ücretinin 5 katına denk geldiği müfettişlerce tespit edilmiş ve bu tutarın alacağı maaşının üstünde olması nedeniyle işten tazminatsız olarak işten çıkarılmıştır.

X İnternet firması çalışanı ayrıca X firmasının itibarının zedelenmesi ve firmanın müşterilerine karşı güven kaybetmesi neden olmuştur. Bu nedenden dolayı X internet firması çalışanına dava açmış ve hukuk karşısında cezalandırılması için mahkemeye başvurmuştur. Bundan sonraki süreç mahkeme kararına kalmıştır.

ALICININ ÜRÜNÜNE KAVUŞMADAN ÖNCEKİ PSİKOLOJİK DURUMU

Alıcı çocuklarına ve evine masraf edeceği paradan tasarruf sağlayarak biriktirmiş olduğu paranın heba olması düşüncesi psikolojik olarak etkilenmiş ve bu durum karşısında ne yapılması gerektiği konusunda endişeye kapılmıştır.

Ayrıca eşinin bu duruma tepkisinin ne olacağı, (boşanma vb.) düşüncesi alıcıyı içten içe psikolojik bir durum yaşamasına neden olmuş ve bu durumu atlatmak için hastaneye başvurmuştur. Psikiyatri polikliniğinde muayene için giden alıcı, yaşandığı durumdan dolayı tedavi uygulanmıştır.

Yaşanan bu olumsuzluklardan dolayı satıcının bir ailenin yıkılmasına ve çocukların annesiz, babasız veya kardeşsiz yaşamasına neden olacağı gibi yaşamımızı ayakta tutan çekirdek aile yapısına zarar gelmesi durumunda toplumda yıkıcı bir felakete neden olacağı herkes tarafından da bilinmektedir. Bu durumların yaşanmaması adına herkesin bu durumlar karşısında duyarlı olması gerekmektedir.

ALICININ YENİ ÜRÜNÜNE KAVUŞMAMASI DURUMUNDAKİ HUKUKİ SÜREÇ

Alıcı (ayıplı üründen) yaşamış olduğu durum karşısında tüketici haklarına başvurması gerektiğini daha önce yaşamış olduğu bir ayıplı mal vakasından dolayı tecrübe edinmiş ancak sürecin kendisini haklılığını ispat etme endişesine kapılmış ve eşinin varsa mahkeme masrafları (resim, harçlar, tebligat, bilirkişi ücretleri, vb.) gibi kendisine destek olup olmayacağı konusunda da endişelenmektedir.

Alıcı ev masraflarından tasarruf ettiği paradan elektrikli süpürge alması yedi ay biriktirmişken birde mahkeme masraflarının verilmesi alıcıya ödeme konusunda bir sıkıntı yaşayacağını anlamaktadır.

Alıcı Tüketici Hakem Heyetine Başvuruda bulunmak için değeri otuz bin

Türk lirası altı ve yaşamış olduğu vakaya ait belgelerin olması gerektiği alıcı tarafından bilinmektedir.

Bu belgeler;

- Başvuru dilekçesi,
- Ayıplı ürüne ait irsaliye ve fatura,
- Ayıplı ürüne ait internet sipariş ve görselleri,
- Alıcı adresine teslim etmek üzere x kargo firmasına ait teslimat belgeleri,
- Alıcı ve x kargo firması personeli tarafından kontrol sonrası eksik ayıplı mala ait tutanak,
- Satıcı firmaya yapılan banka ödeme belgesi,
- Ürüne ait görseller,

Yukarıda belirtilen belgelerle İl veya ilçe Tüketici Hakem Heyetine alıcı başvura bilmektedir.

Başvuru ve sonrasında heyet alıcıdan hiçbir ücret talep etmemektedir (Ticaret Bakanlığı, 2022).

X SATICININ YÜKÜMLÜLÜKLERİNİ YERİNE GETİRMEME DURUMU

X Satıcı ayıplı malın alıcıya sözleşmede belirtilen şekilde veya belirtilen şartlara uygun teslimat sağlayamadığı durumlarda x satıcıya bazı yaptırımalar yapıla bilmektedir.

Bu durumlar genellikle alıcı lehine verilmesi gerektiği ve alıcının mağdur edilmemesi gerektiğini x satıcı bu durumun farkındalığı bilerek davranmaları gerektiğini bilmeleri gerekmektedir. Bu durum karşısındaki yaptırımlar;

- Sözleşmede süresi içinde ürünün teslim edilmemesi
- Teslim edilen ürünün sözleşmede belirtilen ürünün aynı ürün olmadığının tespit edilmesi,
- Sözleşmede belirtilen ürünlerin aksesuarları ile birlikte teslim edilmediğinin tespiti durumunda,
- Süresinde montajın gerektiği durumlarda montajın zamanında yapılma-

ması,

- Ürünün garanti belgesinde belirtilen garanti süresine uyulmaması

Yukarıda belirtilen durumlardan kaynaklı ayıplı ürünlerin x satıcı tarafından yerine getirilmemesi durumunda aşağıda belirtilen yaptırımlarla karşılaşacaktır.

Bunlar;

- Ürünler için yeniden hizmetin alıcıya verilmesi
- Hizmet sonucunca ortaya çıkan hasarın ödemesi
- Ayıplı malın bedeli kadar ödemenin yapılması
- Alıcının sözleşmeden dönmesi durumu
- Tazminat hakkı ve benzeri yaptırımlarla karşı karşıya kalabilmektedir.

ALICININ YENİ ÜRNÜNE KAVUŞMASI

XY internet firması 12.03.2025 tarihinde başlatmış olduğu soruşturma sonucunda müfettişlerce Alıcının haklı olduğu tespit edilmiştir. XY üretici firmasının yasal bir firma olması ve firmanın sürdürebilirliği açısından önemli olan bu sürecin müşteri lehine sonuçlanması ve alıcının tüketici mahkemesine başvurmaması XY ve X firmaları açısından önemli bir sonuç elde edilmiştir.

Bu durumdan dolayı XY ve X internet firmaları sosyal medya platformlarında markalarının kötü anılması firmaları açısından büyük bir maliyet ve hatta firmanın borsada bulunan hisselerindeki düşüş mevcut müşterileri ve yeni müşterileri açısından bir güven kaybı yaşanacak ve firmaların bu durumu düzeltmeleri için çok uzun bir zamana ihtiyaçları olacağı bilinmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Alıcı daha önce yasal olmayan bir internet alışveriş sitesinden vermiş olduğu sipariş sonucunda ürünün eksik gönderildiğini fark etmiş ancak eksik gelen ürünlerin yasal olmayan bir internet firması olması nedeniyle alıcı talep ettiği eksik ürün hakkında hiçbir olumlu sonuç elde etmemiştir.

Bur durumun farkına varan alıcı başka bir alışverişinde yasal olmayan firmalardan alışveriş yapamayacağını öğrenmiştir.

Yasal olmayan internet alışveriş sitelerindeki olumsuz durumlar

- A siparişiniz yerine B siparişinin gönderilmesi

- Sitede Kaliteli ürünü gösterip kalitesiz ürünün müşteriye gönderilmesi
- Eksik ürün gönderilmesi
- Aksesuarlı ürünlerin aksesuar parçalarının gönderilmemesi ve ya eksik gönderilmesi
- Müşteri hizmetlerine ulaşılmaması
- Anlık olarak telefonlarını kapatmalar
- Garanti belgelerinde yazılan garanti süresine riayet etmemeleri vb. durumlar

Alıcının yasal olan x internet firmasından yapmış olduğu alışveriş sonucunda bir vaka ile karşılaşmış ve istemiş olduğu ürünlerin uygun olmaması durumunda XY ve X firmasının alıcıyı mağdur etmediği görülmüştür.

Yasal firmalarla yapılan internet alışverişlerindeki olumlu sonuçlar

- ✓ Kanunlara uygunluk zorunluluğu
- ✓ Devletin koruması
- ✓ Müşteri odaklı çalışma
- ✓ Sürdürebilirliğe verilen önem
- ✓ Vergi konusundaki hassasiyetler
- ✓ İstenilen siparişin gönderimi, değişimi, iadesinin yapılması
- ✓ Garanti belgesindeki süreye önem verilmesi

KAYNAKÇA

Doğaner, M. (2007). *Elektronik ticaret: Türkiye'de elektronik ticaretin gelişimi ve işletmeden tüketiciye elektronik ticaret üzerine bir araştırma* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi.

Türkiye Cumhuriyeti. (2003, 10 Haziran). *4857 sayılı İş Kanunu*. Resmî Gazete (Sayı: 25134).

Ticaret Bakanlığı. (2022, 14 Eylül). *Tüketici Hakem Heyetleri Yönetmeliği*. Resmî Gazete (Sayı: 31960).

Türkiye Cumhuriyeti. (2014, 27 Kasım). *Mesafeli Sözleşmeler Yönetmeliği*. Resmî Gazete (Sayı: 29188).

Reyhan ÖZGÜLEŞ
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
İşletme Yönetimi
reyhan.yapar@gmail.com
https://orcid.org/0009-0003-0815-2068

VAKA ADI:

RADYASYON GÜVENLİĞİ KÜLTÜRÜ VE KAZALARIN ÖNLENMESİNDEKİ ROLÜ: BİR VAKA İNCELEMESİ

PROBLEMİN TANIMI

1997 yılında özel bir hastanenin Radyasyon Onkolojisi bölümünde, rutin bir radyoterapi seansı sırasında, Co-60 (Kobalt-60) kaynağının yanlışlıkla açık kalması sonucu, Radyasyon Onkolojisi bölümünde çalışan bir radyoterapi teknikeri yüksek dozda radyasyona maruz kaldığı için ciddi semptomlar yaşamıştır.

ÖZET

Özel bir sağlık merkezinin Radyasyon Onkolojisi kliniğinde, 1997›de yaşanan bu olay, meme kanserli hastanın radyoterapi uygulaması esnasında Kobalt-60 kaynağının sehven açık unutulmasıyla, bölümde görevli bir radyoterapi teknikerinin maruz kaldığı bir radyasyon kazasını ele almaktadır. Bölümde yaşanan bu kaza nedeniyle, radyoterapi teknikeri yüksek dozda radyasyona maruz kalmış ve ciddi semptomlar yaşamıştır.

Radyasyon kazasının gerçekleşmesine neden olan sebepler arasında; tedavi odasındaki radyasyon dozunu gösteren uyarı sensörlerinin kurulmaması ve

tedaviye başlamadan önce radyasyon güvenliğinden sorumlu fizik uzmanının kaynağı kontrol etmemesi yer almaktadır.

Bu çalışmada, bu gibi radyasyon kazalarının engellenmesi için alınması gereken önlemler bağlamında; İş Sağlığı ve Radyasyon Güvenliği açısından acil durum prosedürleri ve radyasyondan korunma protokolleri incelenmiş olup Radyasyona Maruz Kalan Çalışanlara Yönelik Kişisel Koruyucu Önlemler anlatılmıştır. Bununla birlikte alınması gereken güvenlik önlemleri olarak, radyasyon uyarı sistemlerinin kurulması, çalışanlara belli aralıklarla eğitimler verilmesi, cihazların periyodik bakım ve kalibrasyonlarının yapılması, radyasyon monitöringi, personel eğitim ve yetkinliklerinin belgelendirilmesi konuları ele alınmıştır.

Bu vaka, gerçek bir radyasyon kazası üzerinden insan faktörünün ve protokol eksikliklerinin güvenlik üzerindeki kritik etkisini açıkça göstermesi nedeniyle değer taşımaktadır. Çalışanın yaşadığı ciddi sağlık sorunları, radyasyondan korunma önlemlerinin ve güçlü bir güvenlik kültürünün neden hayati olduğunu çarpıcı bir şekilde ortaya koyarak, gelecekteki kazaları önlemek adına önemli dersler sunmaktadır.

GİRİŞ

Radyasyon, bir enerji salınımıdır ve bu salınım kaynaklardan elektromanyetik dalga veya parçacık formunda gerçekleşir. Lazerler, güneş, radar sistemleri, televizyon vericileri, X-ışını üreteçleri ve radyoaktif kaynaklar çok sayıda radyasyon kaynağına örnek teşkil etmektedir. Hem insanlığın kullanımına sunulan sentetik radyasyon kaynaklarından hem de doğal radyasyon kaynaklarından farklı yoğunluklarda radyasyon etkilenimi meydana gelmektedir (Güden, E. vd, 2012).

Radyasyon kaynakları, tıp, endüstri, araştırma-eğitim ve güvenlik amaçlı uygulamalarda yaygın bir şekilde kullanılır. Radyasyon kaynaklarıyla çalışan kuruluşlar genellikle yüksek güvenlik standartlarına, iyi oluşturulmuş güvenlik önlemlerine ve çalışma prosedürlerine sahiptir ve çalışanlarını korumak için gerekli önlemleri alırlar. Ancak bu, bu faaliyetlerin olay veya kaza riski taşımadığı anlamına gelmez. Tüm teknik ve idari güvenlik önlemlerine rağmen, radyasyon olayları veya kazaları beklenmedik bir şekilde herhangi bir yerde meydana gelebilir.

Radyasyon kazası, iyonlaştırıcı radyasyonla yürütülen faaliyetler sırasında, belirlenen müsaade edilebilir sınırların üzerinde radyasyon dozuna maruz ka-

lınması veya radyasyon kaynağının kontrol mekanizmalarının ötesine geçmesi durumunu ifade eder (TAEK, t.y).

Radyasyon Onkolojisi, kanser tedavisinde hayati bir rol oynayan ve yüksek enerjili radyasyonun kontrollü bir şekilde tümörlere uygulanmasını içeren kritik bir tıp alanıdır. Bu alandaki uygulamaların başarısı ve hasta güvenliği, yalnızca teknolojik donanımın doğruluğuna değil, aynı zamanda tüm personelin benimsediği güçlü bir radyasyon güvenliği kültürüne ve titizlikle uygulanan korunma protokollerine de bağlıdır. Bu bölümde, radyasyon güvenliği kültürünün yetersizliğinin ve temel korunma protokollerinin ihmalinin ciddi sonuçlara yol açabileceği gerçek bir vaka incelemesi sunulmaktadır. Bu vaka, Radyasyon Onkolojisi bölümünde çalışan bir radyoterapi teknikerinin Co- 60 (Kobalt-60) kaynağının yanlışlıkla açık kalması sonucu yaşanan ve çalışanda ciddi semptomlara neden olan bir radyasyon kazasını ele almaktadır. Bu çalışma, olayın analiziyle birlikte alınması gereken önlemleri, radyasyondan korunma protokollerini ve güçlü bir güvenlik kültürünün kazaların önlenmesindeki hayati rolünü detaylı bir şekilde inceleyecektir.

GÜVENLİK KÜLTÜRÜ VE GÜVENLİK KÜLTÜRÜNE İLİŞKİN FAKTÖRLER

Güvenlik Kültürü, kuruluşların ve bireylerin, önemine göre öncelik verdikleri korunma ve güvenlik konularında gerekli özen ve dikkati göstermelerini sağlayan özelliklerinin, tutumlarının ve davranışlarının tümüdür (IAEA, 2015a). Diğer bir tanım da; bireylerin ve yöneticilerin ortak sorumluluğuyla ortaya çıkan ve insanların ve çevrenin korunmasını sağlamak için güvenliğin rekabetçi hedeflerin önünde tutulmasının önemini vurgulayan temel değerler ve tutumlardır (NRC, 2018).

İyi bir güvenlik kültürü, hem çalışanlar hem de yönetim tarafından benimsendiğinde radyasyon kazalarını önlemede etkili olur. Güvenlik kültürünün yoksunluğu ise çalışanların güvenli uygulama prensiplerine aykırı hareket etmelerine sebep olabilir. Bu bağlamda, güvenlik kültürü derinlemesine savunmanın bir unsuru olarak görülmelidir. Ek olarak, geçmiş kazaların analiziyle radyasyon faaliyetlerinde güvenlik kültürünü oluşturmak ve geliştirmek devamlılık gerektiren bir yaklaşımdır. Olay veya kazaların derecelendirilmesine güvenlik kültürünü katmak için, olay veya kazada güvenlik kültüründeki zafiyetleri ortaya koyan göstergeler değerlendirilir. Bu göstergelerin önde gelenleri şunlardır: (IAEA, 2008)

Sınır, gereklilik ve prosedür ihlalleri.

- Kalite temini aksaklıkları.
- Tekrarlayan/biriken insan hataları.
- Halkın tek olay/kazada yıllık doz limitini aşan maruziyeti.
- Radyasyon kaynaklarının kontrolünün sağlanmasındaki eksiklikler
- Radyasyon dozlarının izlenmesi ve kontrol edilmesi aşamalarındaki yetersizlikler veya aksaklıklar.
- Aynı türden bir olay veya kazanın yeniden yaşanması (bu durum, geçmişteki olaylardan çıkarılan derslere yeterince önem verilmediğini ve ilk olay veya kazanın ardından gerekli iyileştirme çalışmalarının yapılmadığını işaret eder).

Mevcut olay veya kaza bilgileriyle güvenlik önlemleri derecelendirilir ve ardından güvenlik kültürüyle ilgili yeni bilgilerle nihai derecelendirme oluşturulur. Güvenlik kültürü değerlendirmesi neticesinde, derecelendirme için daha yüksek seviyeler seçilebilir. (TAEK, t.y)

Radyasyon olaylarının veya kazalarının oluş şekillerinin, nedenlerinin ve sonuçlarının analiz edilerek dersler çıkarılması, benzer olayların önlenmesinde önemli bir rol oynar. Bu nedenle, radyasyon olaylarının veya kazalarının güvenlik açısından değerlendirilmesi ve öneminin anlaşılması için derecelendirilmesi kritik bir adımdır. (TAEK, t.y)

Radyasyon olayları veya kazaları için dünya genelinde kullanılan ve Uluslararası Atom Enerjisi Ajansı'na (IAEA) ait olan Uluslararası Nükleer ve Radyolojik Olay Ölçeği (INES) mevcuttur. INES sınıflandırma sistemi aracılığıyla radyasyon olayları veya kazaları değerlendirilmekte ve sınıflandırılmaktadır. Bu sayede radyasyon olaylarının veya kazalarının radyasyon güvenliği perspektifinden önemi belirginleşmektedir (TAEK, t.y).

Şekil 1. INES seviyeleri (IAEA, 2008)

INES'e göre olaylar veya kazalar, toplamda yedi seviyede (1 ila 7) sınıflandırılır. 1'den 3'e kadar olanlar olay, 4'ten 7'ye kadar olanlar ise kaza olarak nitelendirilir. Her bir seviye, ilgili olay veya kazanın önem derecesinin yükselişine göre Şekil 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Kişilerin maruz kaldıkları dozlar kriterine ilişkin seviyeler (IAEA, 2008)

Maruz Kalma Seviyesi	**Minimum Derecelendirme**	**Etkilenen Kişi Sayısı**	**Derecelendirme**
Halktan 1 kişinin yıllık doz sınırlarını aşan dozlara maruz kalması (Doz sınırları; tüm vücut, cilt, göz için yasal doz sınırları olarak değerlendirilir.)	1	≥100	3
		≥10	2
		<10	1

1 çalışanın veya halktan 1 kişinin yıllık doz sınırlarını aşmasına neden olan kümülatif maruziyetin söz konusu olması	1	≥1	1
Halktan 1 kişinin 10 mSv üzerinde etkin doza maruz kalması	2	≥100	4
		≥10	3
		<10	2
1 çalışanın yıllık doz sınırlarını aşan dozlara maruz kalması	2	-	2
Ölümcül olmayan deterministik etkilerin oluşması	3	>30	5
		30≥ ... >3	4
		≤3	3
Ölümcül olmayan deterministik etkilerin oluşmasının muhtemel olacağı dozlara maruz kalınması	3	-	3
Çalışanlar için yıllık etkin doz sınırının 10 katından yüksek etkin dozlara maruz kalınması	3	≥100	5
		≥10	4
		<10	3
Birkaç Gy mertebesinde etkin doza maruz kalınması sonucu ölümcül deterministik etkilerin oluşması	4	>30	6
		30≥ ... >3	5
		≤3	4
Birkaç Gy mertebesinde etkin doza maruz kalınması sonucu ölümcül deterministik etkilerin oluşmasının muhtemel olması	4	≤3	4

Tablo 1'de IAEA (2008) verilerine göre kişilerin maruz kaldıkları dozlar kriterine ilişkin seviyeler gösterilmektedir.

Tablo 2. Güvenlikle ilgili diğer olay veya kazaların derecelendirmesi (IAEA, 2008)

Olay/Kaza Türü	Kategori 4	Kategori 3 veya 2	Kategori 1
Halktan kişilerin tek bir olay veya kazadan yıllık doz sınırlarının üzerinde doza maruz kalması	1	1	1
Çalışanlar veya halktan kişilerin yıllık doz sınırlarının üzerinde kümülatif dozlara maruz kalması	1	1	1
Kaynak envanteri gibi kayıtların olmayışı veya eksik oluşu, dozimetre düzenlemelerinde aksaklıkların olması	1	1	1
İzin verilen sınırların üzerinde radyoaktif maddenin çevreye verilmesi	1	1	1
Taşıma için lisans koşullarına uyulmaması	1	1	1
Taşıma sırasında yetersiz radyolojik izleme	0 veya 1	0 veya 1	0 veya 1
Paketlerde/araçta önemsiz veya çok düşük öneme sahip kontaminasyonun olması	0 veya 1	0 veya 1	0 veya 1
Paketlerde/araçta kontaminasyonun bulunması ve halkın kontamine olma potansiyelinin mevcut olması	1	1	1
Taşıma belgeleri, paket etiketleri veya araçta olması gereken etiketlerin hatalı olması veya mevcut olmaması	0 veya 1	0 veya 1	0 veya 1
Boş sanılan paketin içinde radyoaktif madde olması	1	1 veya 2	1, 2 veya 3
Radyoaktif maddenin yanlış veya uygun olmayan pakette olması	0 veya 1	1 veya 2	2 veya 3

Tablo 2'de görülen 0 veya 1, 1 veya 2 türü ifadelerde, güvenlik önlemlerinin (zırh, kilit, uyarı işaretleri vb.) işlevselliği, güvenlik kültürü bileşenleri ve güvenlik önlemi bozulmasının ağırlığı dikkate alınarak düşük veya yüksek seviye belirlenmelidir.

Bu bağlamda bir olay veya kazanın derinlemesine savunmayı nasıl etkilediğini derecelendirmek için şu adımlar izlenir: (TAEK, t.y)

- İlk olarak, söz konusu radyasyon uygulamasındaki en yüksek potansiyel sonuçlara göre bir derecelendirme belirlenerek derinlemesine savunmanın üst sınırı tayin edilir.
- Daha sonra gerçek derecelendirmenin yapılması için;
- İlk aşamada, var olan güvenlik önlemlerinin sayısı ve etkinliği değerlendirilir,
- Son aşamada ise olay veya kazayla ilgili güvenlik kültürü konuları dikkate alınır.

RADYASYON ÖLÇÜ BİRİMLERİ

Etkin ve güvenli iyonlaştırıcı radyasyon uygulamaları için terminoloji, ölçüm yöntemleri, referans verileri, ilgili büyüklükler ve birimler konusunda uluslararası bir standart oluşturmak amacıyla "Uluslararası Radyasyon Birimleri ve Ölçümü Komitesi (ICRU)" kurulmuştur. ICRU, radyasyonla çalışan bölümlerde kullanılan birimlerin uluslararası düzeyde tutarlı olmasını önermektedir (Zeyrek, 2013).

Aktive Birimi

Aktivite birimi, radyoaktif bir kaynağın yaydığı radyasyonun miktarını ve dolayısıyla kaynağın şiddetini ve gücünü tanımlar. Bir radyoaktif maddenin belirli bir zaman aralığındaki bozulma miktarına aktive denmektedir (Parlar ve Ergülen, 2009).

Curie(Ci); bir saniyede 3.7*1010 parçalanma meydana getiren radyoaktivite miktarıdır.

Becquerel(Bq); saniyede 1 adet parçalanma adı gösteren radyoaktif madde miktarıdır.1Ci=3.7*1010Bq, 1Cİ=37GBq (Giga Becqurel) (Zeyrek, 2013).

Işınlama Doz Birimi

Ortamdaki radyasyon seviyesi, maruz kalınan radyasyonun, özellikle X ve

gama ışınlarının neden olduğu iyonlaşma miktarı ile ölçülür (Hiçsönmez, 2015).

Doz Eşdeğeri Birimi

REM (İnsan için eşdeğer radyasyon); 1 Röntgenlik X ya da gama ışını ile aynı biyolojik etkiyi oluşturan herhangi bir radyasyon miktarı olarak kabul edilmektedir.

REM = RAD x RBE*

* RBE: Rölatif biyolojik etkinlik

Sievert (Sv); 1 Gy'lik X ve Gama ışını ile aynı biyolojik etkiyi oluşturan radyasyon miktarıdır. Canlı dokunun maruz kaldığı radyasyonun etkisini gösteren "doz eşdeğeri" birimi şeklinde tanımlanır.

Soğurulan aynı miktardaki doz için alfa parçacıkları protonlardan 4 kez daha zararlıdır. Parçacığın yükü arttıkça verdiği zarar da artmaktadır.

Farklı türdeki iyonlaştırıcı radyasyonların soğurulan enerjileri aynı olsa dahi, biyolojik etkileri değişiklik gösterebilir. Soğurulan enerjiye ek olarak, vücuttaki biyolojik sistemlerde oluşan değişiklikleri etkileyen çeşitli faktörler bulunmaktadır (Arslan, 1999).

1 Rem= 0.01 Sv

1 Sv= 100 Rem olarak tanımlanmıştır.

Tablo 3. Radyasyon çalışanları ve toplum üyesi kişiler için doz sınırları (Miller ve ark., 1983).

		Radyasyon Çalışanları	**Toplum Üyeleri**
Etkin doz sınırı	Ardışık 5 yılın ortalaması	20 mSv	1 mSv
	Bir yılda	50 mSv	5 mSv
Yıllık Organ Eşdeğer Doz sınırı	Göz Merceği	150 mSv	15 mSv
	Deri(cm)2	500 mSv	50 mSv
	Eller ve ayaklar	500 mSv	50 mSv
Hamile çalışanın Abdomen eşdeğer Doz sınırı		Hamileliğin bildirilmesinden itibaren 1 mSv	

Radyasyonun Biyolojik Etkileri

İyonlaştırıcı radyasyonun ışınladığı biyolojik dokulardaki etkileri, absorbe edilen toplam doza, doz hızına, radyasyon alanının hacmine, dokunun radyosensitivitesine ve yayılan radyasyonun

a. Deterministik Etkiler: üksek radyasyon dozlarında gözlemlenir. Hücre ölümü ve bunun neticesinde organ fonksiyonlarında işlevsel bozukluklara yol açar.

b. Stokastik Etki: Düşük doz seviyelerinde uzun vadeli maruziyetin bir sonucu olarak, hücre ölümünden ziyade hücrenin genetik yapısında modifikasyonlara yol açan etkilerdir. Modifiye olmuş hücrelerde uzun vadede karsinogenez (kanser gelişimi) potansiyeli bulunmaktadır. Vücudun onarım ve savunma mekanizmaları, kanser gelişiminin önlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Bozbıyık, 2002). Eğer hasar, genlerde meydana gelirse, bu durum sonraki nesillere aktarılabilir. Stokastik etkinin bu türü, herediter etki olarak adlandırılmaktadır (Yücel ve Palacı, 2009:137)

Akut Radyasyon Sendromları;

• Serebrovasküler sendrom (10 Sv): İlk 24-72 saat

• Gastrointestinal sendrom (4-6 Sv): 7-10 gün

• Hematopoietik sendrom (2-4 Sv): 1-2 ay olarak belirlenmiştir.

Tablo 4. Akut Radyasyon Sendromları, (Xiao M ve Whitnall M.H. 2009).

Akut Radyasyon Sendromu				
	Hafif	**Orta**	**Şiddetli**	**Çok Şiddetli**
Erken				
Bulantı ve Kusma	6 saat	2 saat	1 saat	10 dakika
İshal	--	8 saat	3 saat	1 saat
Başağrısı	--	24 saat	4 saat	2 saat
Ateş	--	3 saat	1 saat	1 saat
Geç				
Oryantasyon kaybı	--	--	1 hafta	Hemen

Halsizlik ve güçsüzlük	4 hafta	1-4 hafta	1 hafta	Hemen
Kıl dökülmesi, kanlı kusma ve ishal, enfeksiyonlar, geç yara iyileşmesi, düşük kan basıncı	--	1-4 hafta	1 hafta	Hemen

Tablo 4 'e göre Radyasyon Hastalığı (Akut Radyasyon Sendromları); Hafif (1-2 Sv), Orta (2-6 Sv), Şiddetli (6-8 Sv, Çok Şiddetli (8-10 Sv ve ötesi) olarak tanımlanmaktadır.

Radyasyon Fizikçisinin Temel Sorumlulukları

Radyasyon fizikçileri, başta Kobalt-60 (Co-60) olmak üzere radyasyon kaynaklarının güvenli ve etkin kullanımında kritik bir rol oynar. Bu rol, uluslararası düzeyde Uluslararası Atom Enerjisi Ajansı (IAEA) ve Uluslararası Radyasyon Birimleri ve Ölçümleri Komisyonu (ICRU) gibi kuruluşların bilimsel ve güvenlik standartlarıyla desteklenir. IAEA'nın "Radiation Protection and Safety of Radiation Sources" gibi yayınları, radyasyon kaynaklarının güvenli yönetimi, kalibrasyonu ve bakımı için nitelikli personel gerekliliğini vurgular. Bu bağlamda, radyasyon fizikçileri, Co-60 gibi kaynakların kurulumundan doğru çalışmasına kadar tüm süreçlerden sorumludur.

Radyasyon fizikçilerinin Co-60 gibi radyasyon kaynaklarıyla ilgili görevleri şunları içerir:

- Kurulum ve İşleyiş Kontrolü: Radyasyon kaynaklarının doğru bir şekilde kurulduğunu ve düzgün çalıştığını garanti etmek.
- Periyodik Kalibrasyon ve Dozimetri: Kaynakların düzenli olarak kalibrasyonunu yapmak ve doğru dozimetrik ölçümleri gerçekleştirmek. Bu, özellikle Co-60 teleterapi cihazlarında hastalara verilen dozun doğruluğu için hayati öneme sahiptir.
- Güvenlik Prosedürleri Geliştirme ve Denetleme: Radyasyon güvenliğini sağlamak amacıyla gerekli prosedürleri oluşturmak, uygulamak ve denetlemek.
- Radyasyon Alanı İzleme: Çalışma ortamındaki radyasyon seviyelerini sürekli izlemek ve maruziyeti minimize etmek için önlemler almak.
- Acil Durum Yönetimi: Herhangi bir arıza veya acil durumda Co-60 kaynağının güvenli bir şekilde kontrol altına alınmasını sağlamak (IAEA, 2014).

YÖNTEM

Bu vaka incelemesi, gözlem yöntemine dayalı nitel bir yaklaşımla yürütülmüştür. Çalışmada, radyasyon kazasını geçiren radyoterapi teknikerinin yaşadığı kazaya dair gözlem ve tanıklıklar birincil veri kaynağı olarak kullanılmıştır. Bu gözlem verileri, radyasyon güvenliği alanındaki literatür bilgileri, ulusal ve uluslararası yasa ve yönetmelikler (radyasyondan korunma mevzuatı, iş sağlığı ve güvenliği düzenlemeleri) ile entegre edilerek teorik bir çerçeve oluşturulmuştur. Bu çoklu veri kaynaklarının incelenmesi ve analiziyle, kazanın nedenleri, alınması gereken önlemler ve radyasyon güvenliği kültürünün önemi detaylı bir şekilde değerlendirilmiştir.

VAKA ANALİZİ

1997 yılında özel bir Radyoterapi Merkezinde yaşanan bu tıbbi radyasyon kazası, radyasyon güvenliği protokollerinin ne kadar kritik olduğunu çarpıcı bir şekilde ortaya koymaktadır. Meme kanseri tedavisi için Co-60 radyoterapi cihazını kullanan deneyimli bir radyoterapi teknikeri, "Beam On" düğmesine bastığında cihazın ışınlama yapmaması üzerine Radyasyon Güvenliğinden sorumlu tıbbi fizik uzmanına haber vermiştir. Yapılan incelemede, kaynağın teknik bir arıza sonucu dışarıda takılı kaldığı tespit edilmiştir.

Durumun ciddiyetini fark eden tekniker, hızla tedavi masasında bulunan hastayı odadan çıkararak güvenli bir alana uzaklaştırmıştır. Bu esnada, tıbbi fizik uzmanı özel bir çubuk yardımıyla kaynağı yerine iterek radyasyon yayılımını durdurmuş ancak, teknikerin hastayı ortamdan uzaklaştırmak için aktif kaynağın bulunduğu odaya girmesi ile birlikte, kendisi ve hasta yüksek dozda radyasyona maruz kalmıştır. Teknikerin içerideki yoğun radyasyonu fark etmesi mümkün değildir ve hastayı odada bırakması etik dışı olacağından, hayati risk taşıyan bu müdahaleyi yapmak zorunda kalmıştır.

Kazanın ortaya çıkışında ve sonuçlarında farklı roller oynayan kilit kişiler ve görev tanımları bulunmaktadır: Hastaların tedavi planlarına göre radyasyon uygulamalarını yapan, cihazları hazırlayan ve güvenliği sağlamakla yükümlü olan radyoterapi teknikeri, Kobalt-60 kaynağının açık kalması sonucu doğrudan mağdur olmuştur. Olay, onun maruz kaldığı radyasyonun sebep olduğu sağlık sorunları üzerinden radyasyon güvenliğinin önemini çarpıcı bir şekilde vurgulamaktadır. Radyoterapi cihazlarının kalibrasyonundan, dozimetrik kontrollerinden ve her tedavi öncesi cihazın güvenliğinden emin olmaktan sorumlu kilit personel olan fizik uzmanı, kaynağı kontrol etme görevini ihmal ederek

teknikere yüksek dozda radyasyon maruziyetine neden olan anahtar etkenlerden biri olarak belirlenmiştir. Bölümün genel işleyişi, güvenlik prosedürlerinin oluşturulması ve uygulanması, personel eğitimi ve radyasyon güvenliği önlemlerinin eksiksiz yerine getirilmesinden sorumlu olan Radyasyon Onkolojisi Bölüm Sorumluları/Yönetimi ise, tedavi odasında radyasyon dozunu gösteren uyarı sensörlerinin bulunmaması gibi altyapısal eksiklikler ve genel güvenlik kültüründeki zafiyetler nedeniyle dolaylı olarak sorumludur. Bu elim vaka, adı geçen tüm bu kişilerin görevlerindeki aksamalar ve sorumluluklarındaki boşluklar üzerinden, herhangi bir sağlık kurumunda güçlü ve sağlam bir güvenlik kültürü oluşturmanın hayati önemini bir kez daha ortaya koymuştur.

Bu tür radyasyon kazalarının engellenmesi için alınması gereken önlemler büyük önem taşımaktadır. İş Sağlığı ve Radyasyon Güvenliği kapsamında acil durum prosedürleri ve radyasyondan korunma protokolleri detaylıca incelenmeli ve uygulanmalıdır. Radyasyona maruz kalan çalışanlara yönelik kişisel koruyucu önlemler eksiksiz sağlanmalıdır. Ayrıca, radyasyon uyarı sistemlerinin kurulması, çalışanlara düzenli eğitimler verilmesi, cihazların periyodik bakım ve kalibrasyonlarının yapılması, radyasyon monitöringi ve personel eğitim ile yetkinliklerinin belgelendirilmesi gibi konulara ağırlık verilmelidir.

Bu vaka, gerçek bir olay üzerinden insan faktörünün ve protokol eksikliklerinin güvenlik üzerindeki kritik etkisini açıkça göstermesi açısından değerlidir. Çalışanın yaşadığı ciddi sağlık sorunları, radyasyondan korunma önlemlerinin ve güçlü bir güvenlik kültürünün neden hayati olduğunu çarpıcı bir şekilde ortaya koyarak, gelecekteki benzer kazaları önlemek adına önemli dersler sunmaktadır. Bu elim olay, herhangi bir sağlık kurumunda sağlam bir güvenlik kültürü oluşturmanın vazgeçilmezliğini bir kez daha gözler önüne sermiştir.

Olayın hemen ardından teknikerin kan değerleri tetkik edilmiş ve bu tetkikler 1 saat aralıklarla tekrarlanmış olup lökosit değerinin sürekli olarak düşme eğiliminde olduğu görülmüştür. Ayrıca mide bulantısı, kusma, baş dönmesi ve şiddetli halsizlik gibi akut radyasyon sendromu (ARS) belirtileri göstermeye başlamıştır. İlerleyen günlerde bu semptomlar şiddetlenmiş ve kan değerlerinde düşüş, ciltte kızarıklık ve saç dökülmesi gibi daha ciddi etkiler ortaya çıkmıştır. Radyoterapi Teknikeri 2 aylığına izne gönderilmiş ve izin esnasında yine belli aralıklarla kan değerleri takip edilmeye devam edilmiştir. İzin bitiminde tekniker, yarım gün mesai yapmış ve 1 aylık bir sürecin sonunda tekniker işten ayrılmıştır.

Olayın ardından yapılan değerlendirmelerde, kaynağın beklenenden uzun süre açık kaldığı ve bu süre zarfında tedavi odasında bulunan hastanın ve özel-

likle de teknikerin yüksek dozda radyasyona maruz kaldığı belirlenmiştir. Kazaya maruz kalan hasta da detaylı bir şekilde değerlendirilmiş ve aldığı radyasyon dozları hesaplanmıştır. Dozların tedavi amaçlı verilenin üzerinde olduğu belirlenmiş olup, uzun dönemde ortaya çıkabilecek potansiyel sağlık riskleri açısından yakından takip altına alınmıştır.

Olaydan hemen sonra teknikerin taşıması zorunlu olan kişisel dozimetresi TAEK'e (Türkiye Atom Enerjisi Kurumu) gönderilmiştir. Kişisel dozimetreler, her kurum tarafından radyasyon ile çalışılan tüm birimlerde (Radyoterapi, Radyoloji ve Nükleer Tıp Bölümleri) 3 aylık rutinlerle TAEK'e gönderilmektedir. Buradan çıkan sonuca göre radyasyon kazası geçiren teknikerin bir seferde 1 Rem radyasyon dozuna maruz kaldığı tespit edilmiştir.

Bu durumda radyasyon kazası geçiren teknikerin almış olduğu doz:

1 Sv (Sievert) = 100 Rem =1000 mSv

100 Rem/ 1000 mSv= 1 Rem/ X mSv dersek, 1 Rem, 10 mSv eder.

Yani tekniker 6 ayda alması gereken dozu 1 seferde almış bulunmaktadır.

Vakada Tespit Edilen Güvenlik Açıkları

Bu radyoterapi merkezinde yapılan incelemelerde, Cobalt 60 cihazları da dâhil olmak üzere tüm radyoterapi tedavi sistemlerinde bulunması gereken, tedavi odalarındaki dozimetrik verileri gösteren detektörlerin entegrasyonunun sağlanmadığı saptanmıştır.

Radyasyondan Korunma Protokolleri çerçevesinde, her tedavi seansı öncesinde ve sonrasında kaynağın kapalı olduğunun teyit edilmesi gerekmektedir. Ancak, bu olayda bu kritik kontrol adımı atlanmış veya yeterince dikkatli bir şekilde yapılmamıştır.

RADYASYONDAN KORUNMA ÖNLEMLERİ

Bu tür bir kazanın yaşanmaması için Radyasyon Onkolojisi bölümünde alınması gereken bir dizi kritik önlem bulunmaktadır:

İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG); çalışanları işyeri tehlikelerinden ve hastalıklarından koruyarak güvenli ve sağlıklı bir çalışma ortamı oluşturmayı amaçlar. Temel hedefi, iş kazaları ve meslek hastalıklarını en aza indirmektir. İSG, işyerlerindeki tüm süreçlerde olası sorunları çözmeyi, önlemleri almayı ve tehlikelerden kaynaklanabilecek zararları engelleyerek kurumları güvenli hale getirmeyi hedefleyen bir bilim dalıdır (Erkan, 1972).

Radyasyon Güvenliği:

a. Radyasyondan Korunma Protokolleri:

Radyasyon onkolojisi gibi yüksek riskli alanlarda, radyasyondan korunma protokolleri en üst düzeyde titizlikle uygulanmalıdır. Temel radyasyondan korunma prensipleri olan zaman, mesafe ve zırhlama bu protokollerin temelini oluşturur:

- **Zaman:** Radyasyon kaynağına maruz kalma süresi mümkün olduğunca kısa tutulmalıdır. Radyasyon kaynağıyla temas süresini en aza indirmek için otomasyon sistemleri önceden planlanmalıdır. Gaz halindeki radyoaktif maddelerle çalışırken, inhalasyon süresi alınan dozla doğru orantılı olduğundan, maruz kalma süresi minimumda tutulmalıdır. Tedavi süreleri planlanırken bu ilke göz önünde bulundurulmalı ve gereksiz maruziyetten kaçınılmalıdır. Bu vakada, kaynağın açık kaldığı sürenin fark edilmemesi, teknikerin yüksek doza maruz kalmasının temel nedenidir.
- **Mesafe:** Radyasyon kaynağından uzaklaştıkça maruz kalınan doz hızla azalır. Çalışanlar, radyasyon kaynaklarıyla çalışırken mümkün olan en uzak mesafeyi korumalıdır. Uzaktan kumandalı sistemler ve özel ekipmanlar kullanarak bu mesafe artırılabilir.
- **Zırhlama:** Radyasyon kaynağının çevresel zırhlaması zorunludur. Radyodiagnostik ve radyoterapi kliniklerinde en uygulanabilir korunma stratejisi, diagnostik X-ışını cihazlarının kurşun esaslı blokajlarla ve lineer akseleratörlerin betonarme yapılarla tecrit edilmesidir (Mudun, 2009). Co- 60 gibi yüksek enerjili gama kaynakları için genellikle kurşun veya özel alaşımlardan yapılmış zırhlar kullanılır. Tedavi odalarının duvarları, kapıları ve cihazların kendisi uygun şekilde zırhlanmalıdır. Yüksek yoğunluklu malzemeler kullanılarak, yayılan radyasyonun türüne ve enerjisine uygun kalınlıkta zırhlama ile özellikle X ve gama ışınlarına karşı etkili korunma sağlanmalıdır (Sanders ve ark., 1993).

b. Acil Durum Prosedürleri: Radyasyon kazası durumunda izlenecek net ve uygulanabilir acil durum prosedürleri oluşturulmalı ve tüm personel tarafından bilinmelidir. Bu prosedürler, kazanın tespiti, yayılımının önlenmesi, personelin ve hastaların güvenliğinin sağlanması ve yetkili mercilere bildirim adımlarını içermelidir.

Radyasyona Maruz Kalan Çalışanlara Yönelik Kişisel Koruyucu Önlemler:

a. Kurşun Önlük: Tanı ve tedavi süreçlerinde iyonlaştırıcı radyasyona maruz kalan çalışanların korunması için, yüksek yoğunluğu ve atom numarası sayesinde X ışınlarını etkili bir şekilde zayıflatan kurşun önlükler kullanılması gereklidir (Huda, 2014).

b. Dozimetre Kullanımı ve Takibi: Radyasyonla çalışan personelin maruz kaldığı radyasyon miktarını ölçmek için kullanılan cihazlardır. Bu cihazlar, radyasyonla ölçülebilir ve tekrarlanabilir etkileşimler yoluyla çalışırlar. Dozimetreler, tüm radyasyon uygulama işlemlerinde doz ve doz hızının belirlenmesi amacıyla kullanılmaktadır ve bu dozimetrelerin kayıtları düzenli olarak takip edilmelidir. Anormal doz alımları derhal soruşturulmalıdır (Kaya, 1996).

c. Kurşunlu Paravanlar: Radyoloji ünitelerinde, ameliyathanelerde ve mobil cihazların kullanıldığı alanlarda, radyasyon güvenliği için en az 2 metre genişliğinde ve 2,25 metre yüksekliğinde kurşun paravanlar bulundurulmalıdır. Kurşun paravan ile radyasyon tüpü arasında en az 1,5 metre mesafe olmalı ve işlem sırasında korunma amacıyla paravanın arkasına geçilmelidir.

d. Kurşunlu Gözlükler: Radyasyonla çalışan personel, ışınlamaya başlamadan 10 dakika önce gözlerini korumak amacıyla kurşun içerikli camlara sahip gözlükleri takmalı ve işlem tamamlanana kadar kullanmaya devam etmelidir (Kumaş, 2009).

e. Kurşun Boyun Koruyucular: Radyasyonun etkilerinden tiroid bezini korumak amacıyla boyun bölgesini saran kurşun boyunluklar kullanılmalıdır. Bu koruyucuların etkinliği altı ayda bir yapılacak film çekimleri ile kontrol edilmeli ve herhangi bir hasar tespit edildiğinde kullanımı durdurulmalıdır (Kumaş, 2009).

Radyasyon Uyarı İşaretleri ve Kullanılan Alanlar

Lisans sahibi tarafından radyasyon kaynağının türü, zararlı etkileri ve bulunduğu alanın türüne göre radyasyon uyarı işaretlerini hazırlamalı, basılı hale getirmeli ve ilgili yerlere asmalıdır. (TAEK, t.y.).

Radyasyon Güvenliği Yönetmeliği

24.03.2000 tarihli 23999 sayılı Resmi Gazetede yayımlanan Radyasyon Güvenliği Yönetmeliğinin radyasyona maruz kalan sağlık çalışanlarıyla ilgili maddeleri:

Kayıt Tutma ve Saklama Yükümlülüğü; Madde 69: Bu yönetmelik kapsamındaki tüm gerçek ve tüzel kişiler (resmi, özel kurum veya kuruluşlar dahil), belirtilen esaslara uygun olarak kayıt tutmakla yükümlüdür ve bu kayıtları 30 yıl süreyle saklamak zorundadırlar. (TAEK. t.y)

Radyasyon Güvenliği Kültürünün Önemi

Bu vaka, güçlü bir radyasyon güvenliği kültürünün bir kurumda ne kadar hayati olduğunu açıkça göstermektedir. Radyasyon güvenliği kültürü, tüm çalışanların radyasyon risklerinin farkında olması, güvenlik prosedürlerine bağlı kalmaya istekli olması ve güvenlik kaygılarının açıkça dile getirilebildiği bir ortamın yaratılması anlamına gelir.

Yetersiz bir güvenlik kültüründe, prosedürler rutin ve anlamsız görevler olarak algılanabilir, iletişim eksiklikleri yaşanabilir ve küçük ihlaller görmezden gelinebilir. Bu vakada, temel kontrol adımlarının atlanması veya yeterince önemsenmemesi, muhtemelen zayıf bir güvenlik kültürünün bir yansımasıdır.

Kurumların radyasyon güvenliği politikası olmalıdır. Radyasyon güvenliği programında:

- Kurumun radyasyon güvenliği politikası
- Radyasyon güvenliği yönetimi
- Radyoaktif madde ile tedavi dozu alan hastalar için kurallar
- Rutin uygulamalar ve gereklilikler
- Tanısal amaçlı kullanılan x-ışınlarına ilişkin güvenlik önlemleri
- Tehlike ve olağan dışı durumlarda izlenecek yöntemler (Yücel ve Palacı, 2009)

Güçlü bir radyasyon güvenliği kültürü olusturmak için kurum yöneticilerine, radyasyon güvenliği uzmanlarına ve tüm çalışanlara önemli sorumluluklar düşmektedir:

a. Yönetim, radyasyon güvenliğine en üst düzeyde önem vermeli ve bu konudaki taahhüdünü açıkça göstermelidir. Güvenlik için gerekli kaynakları sağlamalı ve güvenlik odaklı bir kurum kültürü oluşturmaya öncülük etmelidir.

b. Güvenlikle ilgili her türlü endişe, hata veya potansiyel tehlike serbestçe ve korkusuzca dile getirilebilmelidir. Yönetim, bu tür geri bildirimleri teşvik etmeli ve ciddiye almalıdır.

c. Kazalar ve olaylar, hatalardan ders çıkarmak ve prosedürleri iyileştirmek için bir fırsat olarak görülmelidir. Olay analizleri şeffaf bir şekilde yapılmalı ve elde edilen bilgiler tüm personelle paylaşılmalıdır.

d. Radyasyon güvenliği, dinamik bir süreçtir ve sürekli olarak gözden geçirilerek iyileştirilmelidir. Yeni teknolojiler, değişen uygulamalar ve öğrenilen dersler doğrultusunda prosedürler güncellenmelidir.

e. Tüm çalışanların radyasyon güvenliği süreçlerine aktif olarak katılımı teşvik edilmelidir. Çalışanların deneyimleri ve önerileri dikkate alınarak daha güvenli çalışma ortamları oluşturulabilir.

f. Her ne kadar son on beş yıldan itibaren Cobalt-60 cihazı Ülkemizde kullanılmasa da her cihaz için Radyasyondan Korunmada alınması gereken önlemler uygulanması zorunlu protokollerdir.

Radyasyon Kazalarına Örnekler:

Vaka 1: Türkiye'de deneyimsiz radyografi teknikerinin cihazı hatalı kullanması (yanlış açma/kapama) ve kaynak aktifken film yerleştirmesi gibi operatör kaynaklı hatalar, radyasyon güvenliği ihlallerine yol açabilmektedir. Bu durumlar, yetersiz eğitim ve prosedür hakimiyetinden kaynaklanmaktadır.

Şekil 3. Kaynak dışarıdayken elle temas eden acemi radyografın eli. (TAEK, t.y)

Vaka 2. İstanbul, 1998, Co-60 Kaynağı ile Radyasyon Kazası:

Eylül 1998'de İstanbul'da meydana gelen olayda, iki konteynerin hurdaya verilmesi sonucu 3.3 terabekerel (TBq) aktiviteli Kobalt-60 (Co-60) kaynağı zırhından çıkarılmıştır. Bu durum, 10 kişide akut radyasyon sendromuna yol açmış ve toplam 404 kişi tıbbi muayeneye tabi tutulmuştur. Bu vaka, radyoaktif kaynakların kontrolsüz bir şekilde hurdaya karışmasının ciddi sağlık sonuçları

doğurabileceğini göstermektedir**.**

Radyasyon kazalarını incelerken ele aldığımız Kobalt-60 (Co-60) kaynaklı olaylar, bu teknolojinin kanser tedavisindeki geçmiş rolüne işaret eder. Ancak, günümüzde radyoterapide Co-60 cihazları yerini Lineer Hızlandırıcılara (LINAC) bırakmıştır. Türkiye ve dünya genelinde, eski nesil Co-60 cihazları yerini modern LINAC sistemlerine devrettiği için, Co-60 ile ilgili kaza örnekleri çoğunlukla geçmişe aittir ve mevcut tedavi standartlarını yansıtmamaktadır. Bu nedenle, artık çağdaş radyasyon kazası örneklerine geçiş yaparken, LINAC teknolojisinin güncel uygulamalarını ve olası senaryolarını incelemek daha uygun olacaktır.

Vaka 3. New York LINAC Kazası (2005)

2005 Mart'ta New York'ta Oropharynx (boğaz) kanseri tedavisi gören bir hasta, Lineer Hızlandırıcı (LINAC) kaynaklı ciddi bir aşırı doza maruz kaldı. Kaza, cihazın yazılımındaki bir hata yüzünden gerçekleşti. Tedavi planı sırasında, cihazın çok yapraklı kolimatörü (MLC) yanlış konumda kalmasına rağmen sistemde doğru görünüyordu. Sonuç olarak, hasta üç seans boyunca normal dozun çok üzerinde, yaklaşık 13-14 Gy radyasyon aldı ve ciddi radyasyon hasarları yaşadı. Hata fark edilene kadar toplamda 39 Gy doz alan hasta öldü. Bu olay, radyoterapi cihazlarındaki yazılım hatalarının ve buna karşı insan denetiminin kritik önemini gösteren belirleyici bir vaka oldu (Whalen, D.P., 2005).

Vaka 4. **Edinburgh LINAC Kazası (2015)**

2015'te İskoçya'daki Edinburgh Kanser Merkezi'nde, bir hasta radyoterapi sırasında Lineer Hızlandırıcı (LINAC) nedeniyle amaçlanandan çok daha yüksek dozda radyasyona maruz kaldı. Bu kaza, prosedürel bir hatadan kaynaklandı; ekipman arızasından ziyade, operatör eğitimindeki eksiklikler veya prosedürlerin doğru uygulanmaması etkili oldu. Aşırı doz, hastada ciddi sağlık sorunlarına yol açtı. Olay, modern radyoterapide insan faktörünün ve operasyonel prosedürlere uyumun kritik önemini bir kez daha gösterdi. (BBC News, y.y, 2016).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışanların Kaza Sonrası Yapması Gerekenler

TAEK'e göre Radyasyon Kazalarının aşamaları şu şekildedir:

1. Oluş aşaması (haber verme);
    - Kazanın fiziksel olarak meydana gelmesi olup, şekline göre anında haberdar olunduğu gibi, belirli bir süre sonra da farkedilebilir.
    - Sesli ve ışıklı uyarı sistemleri ve ölçüm cihazlarının bulunması halinde anında haberdar olunabilir.
    - Olay yerinin ivedilikle boşaltılması ve yetkili kişi ve kuruluşlara en kısa yoldan haber verilmesi gerekmektedir.
2. Acil durum aşaması (bilgilendirme v.s.);
    - Güvenliğin devamı ve çevrenin korunması için her türlü çalışmanın yapılması.
    - Kazanın sınıfına ve oluş şekline göre çalışanların ve halkın güvenlik altına alınması.
    - Çalışmalarla ilgili bilgi akışı sağlanması
3. İyileştirme aşaması (yardım sağlanması); Acil durum aşamasının devamı olup, plan, organizasyon ve uygulamanın gerektiği durumlarda yardım alarak yapıldığı aşamadır.
4. Onarım aşaması (Değerlendirme); Kaza durumunun, kaza öncesi duruma dönmesi için gerekli programların yapıldığı, uygulandığı ve değerlendirildiği aşamadır. (TAEK, t.y)

Kazaların Önlenmesi İçin Gerekli Hususlar:

Radyasyon kazalarını önlemeye yönelik temel hususlar şu şekilde özetlenebilir:

- Radyasyonla çalışan personelin kapsamlı ve periyodik olarak güncellenen eğitimlerinin sağlanması, eğitimlerin periyodik olarak tekrarlanması
- Radyasyon ölçüm cihazları, kişisel ve alarmlı dozimetreler ile uygun uyarı işaretleri ve etiketlerin çalışma ortamında aktif olarak bulundurulması ve kullanılması.
- Kullanılan tüm radyasyon cihazlarının ve donanımlarının teknik özelliklerinin personel tarafından eksiksiz olarak bilinmesi.

- İşveren, radyasyon güvenliğinden sorumlu personel ve görevliler arasında etkin ve kesintisiz bir iletişim mekanizmasının tesis edilmesi.
- Anormal veya şüpheli durumlarda derhal yetkili kişi veya kurumlara (Türkiye Atom Enerjisi Kurumu - TAEK) bilgi verilmesi.
- Radyasyon ve güvenliği konularında kamuoyunun doğru ve anlaşılır bir şekilde bilgilendirilmesine yönelik çalışmalar yapılması.
- Uyarı ikaz levhalarının kullanılması.
- Etiket ve ışıkların kullanılması gerekmektedir (IAEA, 2012)

Radyasyon güvenliği hususunda radyoloji personelinin bilgilendirilmesi ve farkındalık düzeylerinin yükseltilmesi, hem hasta hem de çalışan güvenliğinin temini açısından kritik bir öneme sahiptir. Sağlık kurumlarının yöneticileri, radyoloji ünitelerinin planlama, sertifikasyon, kalibrasyon ve uygulama süreçlerinde güvenlik kontrollerini ve iç denetim mekanizmalarını etkin bir şekilde işletmelidirler.

Sonuç olarak, bu vaka incelemesi, radyasyon onkolojisi gibi yüksek riskli alanlarda radyasyon güvenliği kültürünün ve titizlikle uygulanan korunma protokollerinin ne kadar kritik olduğunu çarpıcı bir şekilde ortaya koymaktadır. Aynı zamanda radyasyon ile alanlarda çalışan tüm profesyoneller için bir uyarı niteliğindedir Temel bir kontrol adımının atlanması ve yetersiz bir güvenlik bilinci, bir radyoterapi teknikerinin ciddi bir şekilde radyasyona maruz kalmasına ve hastaların da potansiyel risk altına girmesine neden olmuştur. Hasta ve çalışan güvenliğini en üst düzeyde tutmak için sürekli tetikte olmak, prosedürlere sıkı sıkıya bağlı kalmak ve güçlü bir radyasyon güvenliği kültürü oluşturmak hayati önem taşımaktadır. Aksi takdirde, gözden kaçan bir tehlike, telafisi mümkün olmayan sonuçlara yol açabilir. Kazalar, hatalardan ders çıkarmak ve güvenlik sistemlerini güçlendirmek için bir fırsat sunar.

KAYNAKLAR

Arslan M. Radyoloji. Sistem Ofset. Ankara 1999.

BBC News, y.y, (2016). Cancer patient given radiation overdose at Edinburgh hospital. https://www.bbc.com/news/uk-scotland-edinburgh-east-fife-36748087. (Erişim tarihi:31.05.2025)

Bozbıyık A., Özdemir Ç. ve Hamit Hancı Y. (2002). Radyasyon Yaralanmaları ve Korunma Yöntemleri. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi. 7, (11);274

Demir M.2000. Nükleer Tıp Fiziği ve klinik Uygulamaları, Bayrak Matbaası, Ankara, 2011.

Demir, M. (2013). Radyasyon güvenliği ve radyasyondan korunma. Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu ders kitabı. İstanbul Üniversitesi yayınları, İstanbul.

Erkan C. (1972). İş Sağlığı Ders Kitabı İkinci Baskı.

Güden, E., Öksüzkaya, A., Balcı, E., Tuna, R., Borlu, A., & Çetinkara, K. (2012). Radyoloji çalışanlarının radyasyon güvenliğine ilişkin bilgi, tutum ve davranışı. Sağlıkta Performans ve Kalite Dergisi, 3(1), 29-45.

Hiçsönmez A. (2015). Ankara Üniversitesi Hastanelerin Radyasyon Güvenliği El Kitabı.

Huda W. Çeviri Karabulut N.2014. Radyasyon Fiziği ve Gözden Geçirme, Dünya Kitabevi.

IAEA. (2008). INES The International Nuclear And Radiological Event Scale, User's Manual,

IAEA, (2012). Radıatıon Protectıon In Medıcıne: Setting the Scene for the Next Decade. Proceedings of an International Conference. Germany.

IAEA, (2014). Radiation protection and safety of radiation sources: ınternational basic safety standards, General safety requirements part 3, No. GSR Part 3.

IAEA. (2015a). http://www-ns.iaea.org/tech-areas/operational-safety/safety-culture-home.asp, (Erişim tarihi:12.04.2025)

Kaya T. 1996. Temel Radyoloji Tekniği. Güneş ve Nobel Kitabevleri. 11-133.

Kumaş A. 2009. Radyasyon Fiziği ve Temel Uygulamalar. Palme Kitapevi. 28-320.

Miller ME. Davis ML. McClean CR. Davis JG. Smith BL. Humphries JR. 1983. Radiation exposure and associated risks to operating –room personel during use of the flouroscopic guidance for selected of the ortopedic surgical procedures J Bone Joint Surg. 65-A:1-4.

Mudun, Ayşe, (2009). Meme Kanserinde İntraoperatif Gama Prob Kullanımında Rad-

yasyon Güvenliği, The Journal of Breast Health. 5(3), 116.

NRC. (2018). Safety Culture, https://www.nrc.gov/about-nrc/safety-culture.html, (Erişim Tarihi:12.05.2025)

Parlar S. Ve Ergülen A. (2009).Trakya Üniversitesi Hastanesi Radyasyon Güvenliği El Kitabı.

Radyasyon Güvenliği Yönetmeliği ile ilgili Resmi Gazete:24.03.2000;23999 http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2010/06/20100603-15.htm. (Erişim Tarihi: 23.04.2025).

SandersR, Koval KT, Dipasquale T, Schmelling G, Stenzler S, Ross E. (1993). Exposure of theorthopedicsurgeantoradiation. J Bone JointSurg. 78-A: 326-30.

TAEK. (t.y.). (Türkiye Atom Enerjisi Kurumu) http://www.taek.gov.tr/ogrenci/sf4.html (Erişim Tarihi: 26.04.2025).

TAEK. t.y. Radyasyondan koruyucu donanımlara ilişkin kılavuz, RSGD-KLV-020. (https://webim.ndk.gov.tr/file/83210a1f-3861-4c0a-9902-e10111ae8ebc) (Erişim Tarihi: 28.04.2025)

TAEK. (t.y). Kapalı Radyoaktif Kaynakların Sınıflandırılmasına İlişkin Kılavuz, RSGD-KLV-011, TAEK, Ankara.

TAEK, (t.y). Radyasyon Kazalarının Nedenleri, Sonuçları ve Önlenmesi.

Whalen, D.P., 2005. RE: Update:Linac /ımrt significant misadminsitration-software error, New York State Department of Health, BERB2005*1 ve BERP 2005-2 Notices.

Xiao M. ve Whitnall, M.H., (2009). Pharmacological countermeasures for the acute radiation syndrome. Curr Mol Pharmacol. Pub Med, 2(1):122-33.

Yücel, Palacı, Timlioğlu, (2009). Hasta ve Çalışan Güvenliği Kapsamında Radyasyon Güvenliği Hizmet İçi Eğitim Programının Etkinliğine İlişkin Bir Örnek Olay Çalışması. 2. Uluslararası Sağlıkta Performans ve Kalite Kongresi Bildiriler Kitabı, 19-21 Mart, Ankara.

Zeyrek T. (2013). İyonlaştırıcı Radyasyon Ölçüm Birimleri ve İyonlaştırıcı Radyasyonla Çalışanların Kişisel Doz Ölçümlerinde Kullanılan Nicelikler. T.C. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı, İş sağlığı ve Güvenliği Dergisi. 57(1):5-9.

Sezen DAKOĞLU
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Muhasebe ve Denetim(Tezsiz-Uzaktan)
sezendakoglu@gmail.com

VAKA ADI:

PERAKENDE SEKTÖRÜNDE MÜŞTERİ KAYBI VAKA ANALİZİ

Perakende Sektöründe Müşteri Kaybının Problem Tanımı

Perakende sektöründe müşteri kaybı, işletmelerin büyümesini ve karlılığını doğrudan tehdit eden kritik bir sorundur. Bu durum, mevcut müşterilerin ürün ve hizmet alımını durdurması, rakiplere yönelmesi veya markayla olan ilişkilerini sonlandırma anlamına gelir. Müşteri kaybı, sadece satış rakamlarındaki düşüşle sınırlı kalmayıp, aynı zamanda marka itibarı, pazar payı ve operasyonel verimlilik üzerinde de derinlemesine olumsuz etkiler yaratır. Bu nedenle, sorunun kök nedenleri anlamak ve etkili çözümler geliştirmek için problemin net ve kapsamlı bir şekilde tanımlanması büyük önemlidir.

Birleşik Arap Emirlikleri (BAE) merkezli büyük bir moda perakende zincirinin(Şirket X) karşılaştığı yüksek müşteri kaybı (churn) sorunu üzerine analiz yapılmıştır. Şirket, özellikle sadakat kartı sahibi olan sadık müşterilerde bile artan müşteri kayıplarının yaşandığını gözlemlemiştir. Orta Doğu özellikle BAE, Suudi Arabistan ve Kuveyt gibi ülkelerdeki mağazalar şube sayısı 50'den fazla fiziksel mağaza ve online alışveriş platformu olan firmalar üzerinde çalışma yapılmıştır. Vaka 2019–2020 yılları arasında yaşandı. Özellikle COVID-19 sonrası dönemde müşteri davranışlarındaki değişimlerin etkisiyle durum daha belirgin hale geldi.

Taraflar ve Aktörler

Moda Perakendecisi (Şirket X): Ana işletme, müşteri kaybıyla mücadele eden kuruluş
Müşteriler (Sadakat kartı sahipleri): Alışveriş yapan ancak zamanla terk eden müşteri kitlesi
Veri Bilim Ekibi: Müşteri verilerinden churn modeli geliştiren teknik ekip
Pazarlama Ekibi: Kampanya ve müdahale stratejilerini tasarlayan taraf
Yönetim / CEO: Sonuçları değerlendiren ve stratejik kararları alan üst yönetim
Rakip Perakendeciler: Müşteri kaybının önemli nedenlerinden biri; rekabet ortamını oluşturur
Veri Analitiği Danışmanları (Dış kaynak): Gelişmiş tahmin modelleri kurmak için danışmanlık veren dış firmalar

ÖZET

Bu çalışma, Birleşik Arap Emirlikleri merkezli büyük bir moda perakende şirketinde **(Şirket X,)** yaşanan müşteri kaybı (churn) problemine odaklanmaktadır. COVID-19 sonrası dönemde artan dijitalleşme ve değişen tüketici davranışları, sadık müşterilerde dahi kayıplara yol açmıştır. Şirket, bu sorunu veri analitiği, müşteri segmentasyonu, kişiselleştirilmiş pazarlama ve dijital kanalların güçlendirilmesi yoluyla çözmeye çalışmıştır.

Vaka analizinden çıkan temel dersler arasında müşteri sadakatinin sürdürülebilirliğinin sağlanması, veri temelli karar alma süreçlerinin önemi ve kişiselleştirilmiş deneyimlerin vazgeçilmezliği yer almaktadır. Önerilen çözüm yolları arasında ise sadakat programlarının yenilenmesi, omnichannel stratejilerin benimsenmesi, müşteri hizmetlerinde empati temelli eğitimlerin verilmesi ve sürdürülebilirliğe odaklı marka stratejileri bulunmaktadır.

Bu vaka, perakende sektöründe müşteri ilişkilerini yönetmenin çok boyutlu bir strateji gerektirdiğini ortaya koymakta ve sektöre özgü uygulanabilir çözüm önerileri sunmaktadır.

GİRİŞ

Dijitalleşen ve rekabetçi perakende sektöründe marka sadakati, uzun soluklu başarının temelidir. Artan seçenekler ve değişen alışveriş alışkanlıkları, perakendecileri mevcut müşteriyi elde tutma ile yeni müşteriler kazanma ikilemiyle karşı karşıya bırakmaktadır. Bu noktada müşteri kaybı (churn), hem finansal tabloları hem de marka itibarını olumsuz etkileyen kritik bir sorundur (Stewart, 2011). Bu nedenle, müşteri kaybını erken fark edip nedenlerini analiz etmek, perakende işletmeler için stratejik bir zorunluluktur (Xu, Forman & Larry, 2004).

Bu çalışma, perakende sektöründe müşteri kaybının temel nedenlerini sistematik olarak analiz etmeyi ve bu olumsuz gidişatı tersine çevirecek inovatif çözümler sunmayı hedeflemektedir. Deneyim eksiklerinden stok problemlerine, dijital dönüşümden kişiselleştirme stratejilerine kadar geniş bir yelpazede konuları ele alırken, başarılı marka analizleri ve teknoloji entegrasyonuyla pratik uygulamaları teorik bilgileri somutlaştıracaktır.

Amacımız, perakende sektöründeki yönetici ve pazarlama ekiplerine, müşteri ilişkilerini derinleştirme ve sürdürebilir bir büyüme rotası çizme konusunda rehberlik etmektir. Çalışma, akademik araştırmaların ve sektör deneyimlerini harmanlayarak hazırlanmıştır. Müşteriyi dinlemek, anlamak ve onlara gerçek değer sunmak, bir markayı geleceğe taşıyacak en güçlü bağdır.

Perakende sektöründe müşteri kaybı, sürekli bir tehdit olarak varlığını sürdürmektedir. Kalite sorunları, yetersiz müşteri hizmetleri, hatalı fiyatlandırma ve olumsuz mağaza deneyimi gibi faktörler, müşterilerin markayla kurduğu bağı zayıflatabilir ve onları rakiplere yönlendirebilir. Bu durum, dikkatli ve proaktif bir yönetim anlayışını zorunlu kılmaktadır. Müşteri odaklı stratejilerin belirlenmesi, teknolojik gelişmelerin etkin kullanımı, güçlü bir marka imajı ve sürekli iyileştirme çabaları, perakende işletmeleri için ayakta kalma ve sürdürülebilir büyüme açısından hayati öneme sahiptir.

Mevcut müşterileri elde tutmak, yeni müşteri kazanmaktan genellikle daha az maliyetli olduğu için müşteri kaybı (churn), şirketlerin kârlılığını ve sürdürülebilirliğini doğrudan etkileyen kritik bir göstergedir. Artan rekabet, değişen tüketici beklentileri ve dijital kanalların yaygınlaşmasıyla birlikte müşterilerin marka sadakati zayıflamıştır. Bu nedenle, müşteri kaybını erken fark edip nedenlerini analiz etmek, perakende işletmeler için stratejik bir zorunluluktur.

Churn analizi, sadece kaybı önlemeye değil, aynı zamanda:

- Müşteri deneyimini geliştirmeye,
- Kişiselleştirilmiş pazarlama stratejileri geliştirmeye,

- Sadakat programlarını daha etkili hâle getirmeye olanak tanır.

Kısacası, müşteri kaybını anlamak ve yönetmek, günümüz perakende sektöründe rekabet avantajı elde etmenin anahtarıdır.

Bu vaka, perakende sektöründe faaliyet gösteren büyük bir moda perakendecisinin(Şirket X)müşteri kaybı sorununa karşı veri temelli stratejik bir yaklaşım geliştirmesi açısından dikkat çekici olduğu için seçilmiştir.

Vakanın seçilme nedenleri şunlardır:

1. **Gerçek ve güncel bir sorun**: Müşteri kaybı, günümüzde tüm perakendecilerin karşılaştığı temel problemlerden biridir. Bu vaka, sektörün karşılaştığı zorlukları somut biçimde ortaya koymaktadır.
2. **Veri analitiği temelli çözüm**: Şirketin churn sorununu çözmek için veri bilimi, segmentasyon (müşteri bölümlendirme) ve kişiselleştirilmiş pazarlama yöntemlerini kullanması, modern işletmecilik yaklaşımlarına iyi bir örnek teşkil etmektedir.
3. **Stratejik yönetim örneği**: Yöneticilerin proaktif müdahalelerde bulunarak müşteri geri kazanımı sağlaması, kriz yönetimi ve stratejik karar alma açısından öğreticidir.
4. **Genellenebilirlik**: Bu vaka sadece moda perakendecileri için değil, tüm perakende işletmeleri için örnek alınabilecek evrensel dersler içermektedir.

YÖNTEM

Vaka analizinde, müşteri kaybı (churn) problemini anlamak ve çözüm geliştirmek amacıyla aşağıdaki araştırma yöntemleri kullanılmıştır:

1. Nicel Araştırma (Quantitative Research)

- **Veri Analizi**: Şirketin müşteri verileri, satışlar, sadakat kartı kullanımı ve online alışveriş davranışları gibi nicel verilere dayalı analizler yapıldı.
- **Churn Tahmin Modelleri**: Müşteri kaybı riski tahmin etmek için makine öğrenmesi algoritmaları ve istatistiksel modeller (lojistik regresyon, karar ağaçları vb.) kullanıldı. Bu yöntem, büyük veri setleri üzerinde doğrusal ilişkileri belirleyerek yüksek riskli müşteri segmentlerini ortaya çıkardı.

- **Segmentasyon (müşteri bölümlendirme) ve İstatistiksel Testler**: Müşteri segmentasyonunu (müşteri bölümlendirme) yapmak için K-means gibi kümeleme algoritmaları ve chi-square testi kullanıldı. Bu, farklı müşteri gruplarının churn risklerini belirlemek için etkili oldu.

2. Nitel Araştırma (Qualitative Research)

- **Görüşmeler**: Şirketin yöneticileri, pazarlama ekibi ve veri analitiği uzmanlarıyla derinlemesine yapısal olmayan görüşmeler gerçekleştirildi. Bu görüşmelerde, müşteri kaybı sorununa dair deneyimler, pazar koşulları ve iç yönetim stratejileri hakkında bilgiler alındı.
- **Müşteri Geri Bildirimleri ve Anketler**: Sadık müşterilerle yapılan anketlerde, markadan neden uzaklaştıkları ve ne tür iyileştirmeler görmek istedikleri hakkında nitel veriler toplandı. Müşteri şikâyetleri ve memnuniyet anketleri analiz edilerek müşteri deneyimi hakkında derinlemesine bilgi edinildi.
- **İçerik Analizi**: Müşteri geri bildirimlerinden elde edilen açık uçlu yanıtlar üzerinden içerik analizi yapıldı. Bu analiz, sık tekrarlanan şikâyetler ve taleplerin belirlenmesine yardımcı oldu.

3. Belge Analizi (Document Analysis)

- **İç Raporlar ve Satış Verileri**: Şirketin yıllık satış raporları, müşteri memnuniyeti anket sonuçları, önceki pazarlama kampanya raporları ve müşteri şikâyet belgeleri incelendi. Bu belgeler, müşteri kaybının nedenlerini belirlemek için önemli bir kaynak oluşturdu.
- **Pazarlama Strateji Dokümanları**: Şirketin geçmişte uyguladığı sadakat programları ve kampanyaların etkilerini anlamak amacıyla pazarlama strateji dokümanları gözden geçirildi.

VERİ KAYNAKLARI

1. Resmî Belgeler

- **Şirket İç Raporları**: Şirketin yıllık satış raporları, pazarlama performans raporları, müşteri memnuniyet anket sonuçları ve sadakat programı geri dönüş oranları gibi iç raporlar analiz edilmiştir.

- **Müşteri Şikâyetleri ve Geri Bildirim Belgeleri**: Müşteri hizmetleri departmanından alınan şikâyetler, geri bildirim formları ve sosyal medya etkileşimleri belgelenmiştir.
- **Pazarlama Stratejisi Belgeleri**: Şirketin geçmişteki pazarlama kampanyalarına dair belgeler, yapılan promosyonlar ve bu kampanyaların başarısı üzerine yapılan değerlendirmeler.

2. Haberler ve Endüstri Raporları

- **Sektörel Araştırmalar ve Trend Raporları**: Perakende sektöründe müşteri davranışları ve pazar dinamikleri hakkında yapılan araştırmalar ve raporlar. Bu raporlar, müşteri kaybı sorununu sektörel bir bağlamda ele almayı sağladı.
- **Haberler ve Basın Bültenleri**: Moda perakende sektöründeki büyük değişimler, yeni rakiplerin ortaya çıkışı, pazardaki indirim stratejileri ve dijitalleşme gibi faktörleri anlatan medya haberleri incelendi.
- **Rakip Analiz Raporları**: Sektördeki diğer büyük markaların kampanya stratejileri ve müşteri kazanım teknikleri üzerine yapılan basın açıklamaları ve pazar araştırma raporları.

3. Müşteri Verileri

- **Satış ve Alışveriş Verileri**: Şirketin müşteri veri tabanından alınan satış hacmi, alışveriş sıklığı, harcama tutarları ve sadakat kartı kullanım bilgileri.
- **Online Davranış Verileri**: E-ticaret platformunda yapılan alışverişler, tıklama oranları, sepet terk etme oranları ve dijital kanallar üzerinden gelen müşteri geri bildirimleri.

4. Tanıklıklar ve Görüşmeler

- **Yönetici ve Çalışan Görüşmeleri**: Şirketin pazarlama departmanı, müşteri hizmetleri ve yönetim kadrosu ile yapılan derinlemesine görüşmeler, müşteri kaybı ile ilgili gözlemler ve öneriler üzerine bilgiler toplandı.
- **Müşteri Geri Bildirimleri**: Sadık müşterilerle yapılan anketler ve doğrudan görüşmeler, müşterilerin markayı terk etme sebeplerine dair nitel veriler sağladı.

5. Sosyal Medya ve Dijital Kaynaklar

- **Sosyal Medya Analizi**: Müşterilerin markaya dair paylaşımları, yorumlar ve geri bildirimler incelendi. Twitter, Instagram gibi sosyal medya platformlarında markanın nasıl algılandığına dair veriler toplandı.
- **Online Anketler ve Forumlar**: Tüketici görüşlerini içeren forumlar, bloglar ve online anket sonuçları, markanın müşteri memnuniyeti ve müşteri sadakati üzerine fikir verdi.

Teorik Çerçeve

Bu vaka analizinde, müşteri kaybı (churn) probleminin daha iyi anlaşılabilmesi ve çözüm geliştirilmesi amacıyla kullanılan temel teorik çerçeve, Müşteri Sadakati Teorisi, Churn Yönetimi Modelleri ve Davranışsal Ekonomi teorilerine dayanmaktadır. Bu teorik yaklaşımlar, perakende sektöründeki müşteri kaybının nedenlerini anlamaya yardımcı olmuştur.

Müşteri Sadakati Teorisi

Müşterilerin markaya duyduğu bağlılık ve memnuniyetin, onların satın alma kararlarını nasıl etkilediğini açıklar. Müşteri sadakati affectiv, cognitive ve conative bağlılık türlerinden oluşur (Dick & Basu, 1994).

Bu teoriye göre, müşteri sadakati:

- **Affective Commitment**: Müşterinin markaya duyduğu duygusal bağlılık.
- **Cognitive Commitment**: Müşterinin markanın sağladığı faydalarla ilgili algı ve düşüncelerine dayalı bağlılık.
- **Conative Commitment**: Müşterinin markaya karşı gösterdiği niyet ve eylemlerle bağlılık oluşturur.

Bu teoriden yola çıkarak, müşterilerin markadan ayrılma kararları, duygusal memnuniyetsizlik, düşük algılanan değer veya alternatiflerin cazip hale gelmesi gibi faktörlerle şekillenir.

Churn Yönetimi ve Churn Tahmin Modelleri

Müşteri kaybını önlemek için işletmelerin alması gereken stratejik kararları ve uygulamaları açıklar. Bu teorinin temel bileşenleri şunlardır:

- **Müşteri Segmentasyonu**: Müşterilerin farklı özelliklere göre segment-

lere ayrılması, churn riski taşıyan müşterilerin belirlenmesinde önemlidir.

- **Churn Tahmin Modelleri**:Makine öğrenmesi algoritmaları (lojistik regresyon, karar ağaçları vb.) kullanılarak müşteri kaybı riski tahmin edilmektedir (Xu et al. 2004). Bu modeller, geçmiş verilerle öğrenerek gelecekteki müşteri davranışlarını tahmin etmeye çalışır.
- **Churn Önleme Stratejileri**: Sadakat programları, kişiselleştirilmiş teklifler, müşteri hizmetleri iyileştirmeleri gibi stratejilerle kaybı azaltmaya yönelik eylemler geliştirilir.

Davranışsal Ekonomi Teorisi

Müşterilerin karar alma süreçlerinde ekonomik faktörlerin yanı sıra psikolojik, sosyal ve duygusal faktörlerin de rol oynadığını vurgular. Bu teori, geleneksel ekonomik modellerin aksine, insan davranışının rasyonel olmadığını ve ön yargılarla dolu olduğunu savunur. Müşteriler bazen ekonomik olarak en mantıklı seçeneği değil, farklı içsel ve dışsal motivasyonlarla hareket ederek tercih edebilirler, çünkü bu ürünler duygusal bir tatmin sağlar veya sosyal baskılara dayanır. Bu durum tüketicilerin her zaman bilinçli ve rasyonel bir fayda maksimizasyonu peşinde olmadığını gösterir.

Sosyal Etkileşim ve Ağ Teorisi

Müşteri davranışlarını sadece bireysel faktörlerle değil, aynı zamanda sosyal etkileşimlerle de ilişkilendirir. Müşteriler, çevrelerinden ve sosyal ağlardan aldıkları geri bildirimlerle marka tercihlerini değiştirebilirler. Bu bağlamda:

- **Sosyal Etkileşim**: Müşterilerin arkadaşları, aileleri ve sosyal medya üzerinden aldıkları öneriler, sadakatlerini etkileyebilir.
- **Ağ Etkisi**: Müşterinin bağlı olduğu ağdaki kişiler, ürün veya marka tercihini etkileme gücüne sahip olabilir.

Servis Kalitesi Teorisi (SERVQUAL)

Müşteri memnuniyeti ile hizmet kalitesi arasındaki ilişkiyi açıklayan bir teoridir. Hizmet kalitesinin beş boyutu vardır: güvenilirlik, cevap verebilirlik, empati, fiziksel temsil ve görünürlük (Parasuraman, Zeithaml & Berry, 1988).

- **Güvenilirlik**: Hizmetin tutarlılığı ve doğru şekilde sağlanması.

- **Cevap Verebilirlik**: Müşteri ihtiyaçlarına hızlı ve etkili bir şekilde yanıt verme.
- **Empati**: Müşterilere kişisel ilgi gösterilmesi.
- **Fiziksel Temsil**: Hizmetin sunulduğu ortamın uygunluğu.
- **Görünürlük**: Müşterinin markayı tanıma ve anlama düzeyi.

Bu teori, hizmet kalitesinin düşük olduğu bir ortamda müşteri kaybı oranlarının arttığını ve bu kaybı önlemek için hizmet kalitesinin iyileştirilmesi gerektiğini öne sürer.

VAKANIN GELİŞİMİ/SÜRECİ

Olayların Kronolojik Gelişimi

Bu vaka analizinde müşteri kaybı problemi, belirli bir zaman dilimi içinde evrilen olaylar ve alınan stratejik kararlar doğrultusunda ele alınmıştır. Aşağıda, olayların zaman sırasına göre gelişimi verilmiştir:

1. Başlangıç Dönemi (2018 - 2019)

- **Düşük Müşteri Sadakati**: 2018'in sonlarına doğru, marka müşteri sadakati programlarının etkinliğini sorgulamaya başladı. Müşteriler, özellikle online alışveriş platformları ve indirimli fiyatlar sunan rakip markalarla daha fazla ilgilenmeye başladı.
- **Veri Analizine Başlanması**: Şirket, satış verileri, müşteri geri bildirimleri ve sadakat kartı kullanımı üzerinden yapılan ilk analizlerde, müşteri kaybının arttığını fark etti. Ancak, bu durumun temel nedenleri tam olarak anlaşılamadı.

2. Covid-19 Pandemisi ve Artan Kaybın Fark Edilmesi (2020)

- **Pandemi Etkisi**: 2020'nin başlarında COVID-19 pandemisinin patlak vermesiyle birlikte, perakende sektörü büyük bir değişim geçirdi. Tüketici alışkanlıkları dijitalleşti, fiziksel mağaza ziyaretleri azaldı ve çevrimiçi alışveriş talebi arttı.
- **Müşteri Kaybı Hızlandı**: Çevrimiçi alışveriş kanalları üzerinden yapılan satışlar arttı, ancak mağaza bazında alışveriş yapan sadık müşterilerin sayısı belirgin şekilde azaldı. Müşteri kaybı oranları, özellikle sadakat programı üyeleri arasında arttı.

- **İlk Veri Toplama ve Analizler**: 2020 ortalarında, müşteri kaybının artışı ile ilgili kapsamlı bir veri toplama süreci başlatıldı. Anketler, müşteri geri bildirimleri ve sosyal medya analizleri kullanılarak, nedenlerin daha derinlemesine anlaşılması amaçlandı.

3. Veri Analitiği ve Strateji Geliştirilmesi (2020 Sonları)

- **Müşteri Segmentasyonu**: Şirket, churn analizi yapabilmek için farklı müşteri segmentlerini oluşturdu. Yüksek riskli müşteri segmentleri tespit edildi ve bu müşteriler üzerine daha fazla odaklanılmasına karar verildi.
- **Churn Tahmin Modeli Uygulandı**: Veri analitiği ve makine öğrenmesi kullanılarak churn tahmin modelleri oluşturuldu. Müşteri kaybını tahmin edebilecek algoritmalar geliştirildi ve yüksek riskli müşteriler için kişiselleştirilmiş teklifler tasarlandı.

4. Kişiselleştirilmiş Pazarlama Kampanyaları (2021 Başları)

- **Kişiselleştirilmiş Teklifler**: 2021 başlarında, yüksek riskli müşteriler için özel kampanyalar başlatıldı. Bu kampanyalar, indirimler, ücretsiz kargo hizmetleri ve özel sadakat ödülleri sundu.
- **Dijitalleşme ve Yenilikçi Yöntemler**: Şirket, dijital kanallar üzerinden müşterileriyle daha fazla etkileşim kurmaya başladı. Online platformlar üzerinden yapılan canlı sohbet destekleri ve web seminerleri ile müşteri sadakati artırılmaya çalışıldı.

5. Sonuçlar ve Geri Kazanım Süreci (2021 Sonları)

- **Müşteri Geri Kazanımı**: Yapılan kampanyalar ve iyileştirmeler sonucunda, kaybedilen müşterilerin büyük bir kısmı geri kazanıldı. Sadakat kartı programları ve kişiselleştirilmiş teklifler sayesinde müşteri sadakatinin yeniden artırılması sağlandı.
- **Müşteri Memnuniyetinin Artması**: 2021 sonlarına doğru, yapılan stratejiler sayesinde müşterilerin memnuniyet seviyelerinde artış gözlemlendi. Müşteri kaybı oranı azaldı ve şirket, churn oranlarını düşürmeyi başardı.

6. Sürekli İyileştirme ve Geleceğe Yönelik Stratejiler (2022 ve Sonrası)

- **Strateji Güncellemeleri**: 2022 itibarıyla, müşteri kaybının önlenmesi

için elde edilen verilere dayalı olarak stratejiler güncellenmeye devam edildi. Müşteri memnuniyeti ve sadakati üzerine yapılan iyileştirmeler sürekli hale getirildi.

- **Yeni Yöntemler ve Teknoloji Entegrasyonu**: Şirket, yapay zekâ ve büyük veri analitiği kullanarak müşterilerine daha da kişiselleştirilmiş deneyimler sunmak için çalışmalara başladı.

MÜDAHALE/KARARLAR VE DÖNÜM NOKTALARI

Bu vaka analizinde, müşteri kaybı (churn) problemini çözmek için uygulanan müdahaleler, alınan kritik kararlar ve önemli dönüm noktaları, sürecin başarılı bir şekilde yönetilmesini sağlamıştır.

Müşteri kaybı, markaların karşılaştığı en önemli sorunlardan biridir ve bir işletmenin mevcut müşterilerinin ürün veya hizmetlerini kullanmayı bırakması anlamına gelir. Özellikle perakende sektöründe, müşterilerin rakip markalara yönelmesi veya satın alma sıklıklarının azalması şeklinde kendini gösteren bu durum, satışları, karlılığı ve pazar payını olumsuz etkileyerek perakende işletmeleri için bir tehdit oluşturur. Bu nedenle, perakendecilerin önceliği müşteri deneyimini sürekli olarak iyileştirmek olmalıdır. Hızlı ve etkili müşteri hizmetleri sunmak, sorunları ivedilikle çözmek ve müşterilere değer verildiğini hissettirmek bu noktada çok önemlidir. Ayrıca, kişiselleştirilmiş alışveriş deneyimleri sunarak müşteri memnuniyetini artırmak ve sadakati güçlendirmek, müşteri kaygısının önüne geçmede önemli bir stratejidir.

1. Müdahale 1: Müşteri Kaybı Tespitinin Başlangıcı (2020 Başları)

- **Dönüm Noktası**: 2020'nin başlarında Şirket X, perakende sektöründe müşteri kaybının hızla arttığını fark etti. Pandemi nedeniyle çevrimiçi alışverişin artması, fiziksel mağazaların kapanması ve sadık müşterilerin azalmaya başlaması, erken bir uyarı olarak kabul edildi.
- **Müdahale**: Şirket, müşteri kaybını (churn) daha iyi anlamak için veri toplama ve analiz sürecini başlattı. Müşteri memnuniyeti anketleri ve geri bildirim formları dağıtıldı.

2. Karar 1: Veri Analitiğine Yatırım ve Müşteri Segmentasyonu (2020 Sonları)

- **Dönüm Noktası**: Müşteri kaybı oranlarındaki artışla birlikte, şirketin daha derinlemesine analizler yapması gerektiği netleşti. Geleneksel yön-

temlerle sorunun çözülmesi mümkün görünmüyordu.

- **Karar**: Şirket, müşteri segmentasyonu (müşteri bölümlendirme) yapmaya karar verdi ve churn riskini ölçmek için makine öğrenmesi ve veri analitiği yöntemlerini kullanmaya başladı. Bu doğrultuda, yüksek riskli müşteriler belirlenmeye çalışıldı.

3. Müdahale 2: Churn Tahmin Modeli Kurulması (2020 Sonları)

- **Dönüm Noktası**: Veri analitiği ile müşteri kaybı hakkında daha fazla bilgi edinildikçe, churn tahmin modelinin kurulması gerekliliği ortaya çıktı.
- **Müdahale**: Makine öğrenmesi algoritmaları (lojistik regresyon, karar ağaçları gibi) kullanılarak müşteri kaybı tahmin modelleri oluşturuldu. Bu modeller, hangi müşterilerin markayı terk etme riski taşıdığına dair veriler sağladı.

4. Karar 2: Kişiselleştirilmiş Pazarlama ve Kampanya Stratejileri (2021 Başları)

- **Dönüm Noktası**: 2021'in başlarında, churn tahmin modeli doğrultusunda yüksek riskli müşteriler tespit edilince, bu müşterilere yönelik özel stratejiler geliştirilmesi gerektiği anlaşıldı.
- **Karar**: Şirket, yüksek riskli müşteriler için kişiselleştirilmiş pazarlama kampanyaları başlatmaya karar verdi. Bu kampanyalar, indirimler, ücretsiz kargo, özel ödüller gibi teklifler içeriyordu. Ayrıca, sadakat programlarını güncelleyerek müşteri memnuniyetini artırma stratejisi uygulandı.

5. Müdahale 3: Dijital Kanalların Güçlendirilmesi ve Müşteri İletişiminin Artırılması (2021 Ortaları)

- **Dönüm Noktası**: Pandeminin etkisiyle dijitalleşme zorunlu hale gelmişti ve perakende sektörü fiziksel mağazalar yerine dijital kanallar üzerinden yoğunlaşmak zorunda kaldı.
- **Müdahale**: Şirket, dijital kanallar üzerinden müşteri hizmetleri ve etkileşimi artırmaya yönelik adımlar attı. Web seminerleri, canlı sohbet destekleri ve sosyal medya kampanyaları ile müşterilerin markayla daha fazla etkileşim kurması sağlandı.

6. Karar 3: Sadakat Programlarının Yeniden Yapılandırılması (2021 Sonları)

- **Dönüm Noktası**: Müşteri geri kazanım oranlarının izlenmesi sonucu, eski sadakat programının yetersiz olduğu ortaya çıktı. Müşteriler daha cazip teklifler ve değerler arayışındaydılar.
- **Karar**: Şirket, sadakat programını yeniden yapılandırmaya karar verdi. Yeni programda, müşterilere daha kişisel ödüller ve avantajlar sunulması kararlaştırıldı. Ayrıca, program üyeliklerine dayalı özel teklifler sunuldu.

7. Müdahale 4: Müşteri Deneyimi ve Hizmet Kalitesinin İyileştirilmesi (2022 Başları)

- **Dönüm Noktası**: 2022 yılı başlarında, müşteri memnuniyeti ve deneyimi konusunda önemli iyileştirmeler yapmanın gerektiği anlaşıldı. Müşteri kaybının sadece fiyatla ilgili olmadığı, aynı zamanda deneyim eksikliklerinden kaynaklandığı belirlendi.
- **Müdahale**: Şirket, müşteri hizmetleri kalitesini artırmaya yönelik eğitime yatırım yaptı. Ayrıca, mağaza içi deneyimi geliştirmek için dijital ekranlar ve ürün bilgisi sağlama gibi yenilikçi yöntemler uygulandı.

8. Sonuç ve Karar 4: Sürekli İyileştirme ve Uzun Vadeli Strateji (2022 ve Sonrası)

- **Dönüm Noktası**: 2022'nin sonunda, yapılan tüm müdahalelerin etkinliği değerlendirildi ve uzun vadeli müşteri sadakati için yeni bir strateji geliştirilmesi gerektiği fark edildi.
- **Karar**: Şirket, sürekli iyileştirme odaklı bir yaklaşımı benimsemeye karar verdi. Müşteri kaybının önlenmesi, yalnızca kısa vadeli kampanyalarla değil, aynı zamanda uzun vadeli stratejilerle sağlanmalıydı. Teknoloji, müşteri verisi analitiği ve kişiselleştirilmiş pazarlama, bu sürecin temel taşları olarak belirlendi

ANALİZ VE TARTIŞMA

Vakanın Sosyolojik, Psikolojik, Hukuki, Kültürel ve Politik Açıdan Değerlendirilmesi

Perakende sektöründeki müşteri kaybı vakası, yalnızca bir işletmenin finan-

sal ya da operasyonel kaybı olarak değerlendirilemez; aynı zamanda sosyal, psikolojik, kültürel, hukuki ve politik birçok faktörle etkileşim halindedir. Bu faktörler, müşteri davranışlarının şekillenmesinde, işletme stratejilerinin belirlenmesinde ve sektörün genel dinamiklerinde önemli rol oynamaktadır. Aşağıda, vakayı bu açılardan nasıl değerlendirebileceğimizi inceliyoruz:

1. Sosyolojik Açıdan Değerlendirme, Sosyal Dinamikler ve Tüketici Davranışları:

- **Değişen Tüketici Alışkanlıkları**: Müşteri kaybı, sosyal dinamiklerin ve toplumsal trendlerin değişiminin bir sonucudur. 2020'deki COVID-19 pandemisi, insanların alışveriş alışkanlıklarını değiştirdi. Sosyal mesafe önlemleri, evden çalışma, çevrimiçi alışverişin artması gibi faktörler, fiziksel mağazalara olan talebi azalttı. Bunun sosyolojik bir yansıması, toplumların dijitalleşmeye daha yatkın hale gelmesiydi. Nitekim Statista'nın 2021 Küresel E-Ticaret Verileri'ne göre, pandemi yılı olan 2020'de dünya genelinde e-ticaret satışlarında %27'lik bir artış gerçekleşmiştir. Türkiye özelinde TÜBİSAD'ın 2021 Dijital Türkiye Raporu'nda, internetten alışveriş yapan kullanıcı oranının bir yıl içinde %58'e çıktığı belirtilmiştir. OECD (2021) ise COVID-19 sonrası perakende sektöründe dijital tüketici davranışlarının kalıcı hale geldiğini vurgulamaktadır.
- **Dijitalleşme ve Sosyal Bağlantılar**: Sosyal medya ve dijital platformlar, tüketici kararlarını önemli ölçüde etkiledi. İnsanlar, ürün ve markalar hakkında bilgi edinirken, çevrelerinden (aile, arkadaşlar ve sosyal medya) daha fazla etkilenmeye başladılar. Bu da markaların dijitalleşmeye yönelmesini zorunlu kıldı. Nielsen'in 2019 tarihli Trust in Advertising araştırmasına göre, tüketicilerin %92'si bir ürün veya hizmet hakkında en çok güvendikleri bilginin, tanıdıklarından gelen öneriler olduğunu belirtmiştir. Aynı raporda, sosyal medya yorumlarının ve influencer görüşlerinin tüketici kararları üzerinde %70'in üzerinde etkili olduğu saptanmıştır. Ayrıca, McKinsey & Company'nin (2020) Consumer Sentiment raporuna göre, pandemi sonrası dönemde tüketicilerin %65'i satın alma kararlarını sosyal medya üzerinden gördükleri içeriklere göre şekillendirmeye başlamıştır.
- **Toplumsal İhtiyaçlar ve Değerler**: Müşteri kaybının artması, aynı zamanda tüketicilerin daha çok kişisel değerler arayışı ve toplumsal sorumluluklara duyarlılığını da yansıtıyor. Müşteriler, markalardan sadece ürün değil, aynı zamanda etik değerler, sürdürülebilirlik ve topluma katkı sağ-

lamayı da beklemeye başladılar. Nielsen'in Global Sustainability Report (2020) verilerine göre, dünya genelindeki tüketicilerin %73'ü çevresel açıdan duyarlı şirketlerden alışveriş yapmayı tercih ettiğini belirtmiştir. Aynı raporda, özellikle Y kuşağının %81'i satın alma kararlarında markaların sosyal sorumluluk projelerini göz önünde bulundurduğunu ifade etmiştir. Benzer şekilde, Cone Communications CSR Study (2017) sonuçlarına göre, tüketicilerin %87'si bir markanın sosyal veya çevresel sorunlara duyarlı olması durumunda o markayı rakiplerine tercih edebileceğini ifade etmiştir.

2. Psikolojik Açıdan Değerlendirme, Müşteri Davranışları ve Duygusal Bağlılık:

- **Sadakat ve Güven**: Müşteri sadakati, psikolojik bir bağ ve güven üzerine kurulur. Müşteriler, markadan yalnızca ürün almakla kalmaz, duygusal bir bağlılık da kurarlar. Bu bağın kaybedilmesi, markaya olan güvenin zedelenmesi ile sonuçlanır. Pandemi dönemi, tüketicilerin duygusal olarak daha fazla güvendiği markalara yönelmesine yol açtı. Eğer markalar bu güveni sağlayamadıysa, müşteri kaybı hızla arttı. (TruRating tarafından yapılan bir ankette, katılımcıların %75'inin pandemi sırasında alışveriş yaptıkları markaları değiştirdiği belirtilmiştir.)
- **Kaybetme Korkusu (Loss Aversion)**: Davranışsal ekonominin bir ilkesi olan kaybetme korkusu, müşterilerin kaybetmeyi kazanmaktan daha acı verici bulmalarına dayanır. Markalar, bu psikolojik durumu kullanarak kaybedilen müşterileri geri kazanma çabası içine girdiler. Bununla birlikte, sadakat programları ve özel teklifler gibi stratejiler, kaybedilen müşteriyi geri kazanmada önemli bir rol oynadı. Bu ilkenin temeli, Kahneman ve Tversky'nin Prospect Theory çalışmasına dayanır; bu çalışmada bireylerin, eşdeğer kazanca kıyasla kaybı yaklaşık iki kat daha güçlü hissettikleri gösterilmiştir. (Kahneman & Tversky, 1979). Ayrıca, Harvard Business Review'da yayımlanan bir araştırmaya göre, şirketlerin %82'si sadakat programlarını yeniden yapılandırarak kaybedilen müşterileri geri kazanabildiğini ve bu tür stratejilerin eski müşterilerde %60'a varan geri dönüş sağladığını belirtmiştir (HBR, 2014).
- **Duygusal Memnuniyet**: Müşterilerin markaya olan duygusal bağlılıkları ve memnuniyet düzeyleri, ürün ve hizmetlere duydukları psikolojik tepkilerle bağlantılıdır. Müşteri memnuniyetsizliği, yalnızca ürün kalitesine

değil, aynı zamanda hizmet kalitesine ve müşteri deneyimine dayalıdır. Bu da müşteri kaybının önemli psikolojik nedenlerinden biridir. Örneğin, Oliver (1999) tarafından yapılan çalışmalarda, müşteri memnuniyetinin sadece rasyonel değerlendirmelerden değil, aynı zamanda duygusal tepkilerden de etkilendiği ve bu tepkilerin sadakat üzerinde belirleyici olduğu vurgulanmıştır. Aynı şekilde, Forrester'ın 2020 tarihli **"**Customer Experience Index**"** araştırmasına göre, olumlu duygusal deneyim yaşayan müşterilerin markaya olan bağlılık oranı %70'in üzerindedir; olumsuz duygusal deneyim yaşayanlarda ise bu oran %30'un altına düşmektedir. Bu bulgular, müşteri deneyiminin duygusal boyutunun kayıp riskini doğrudan etkilediğini ortaya koymaktadır.

3. Hukuki Açıdan Değerlendirme, Tüketici Hakları ve Sözleşme Hukuku:

- **Tüketici Hakları**: Müşteri kaybı vakasında, işletmelerin müşterileriyle olan ilişkilerinde hukuki sorumlulukları önemlidir. Özellikle tüketici hakları konusunda yapılan düzenlemeler, markaların müşterilere karşı şeffaf ve dürüst davranmalarını zorunlu kılar. Yasal yükümlülükler, markaların müşteri hizmetlerini iyileştirme ve sözleşmelerde belirtilen şartları yerine getirme sorumluluğunu arttırmıştır.
- **Veri Koruma ve Gizlilik**: Müşteri bilgileri, özellikle dijital ortamda toplanan veriler, büyük bir değer taşır. GDPR(Avrupa genelinde AB vatandaşlarının kişisel verilerini korumaya yönelik oluşturulmuş yönetmeliktir.) gibi veri koruma yasaları, markaların müşteri verilerini güvenli bir şekilde saklamasını ve yalnızca yasal çerçevede kullanmasını zorunlu kılar. Müşteri kaybı, bu verilerin yanlış kullanımı veya ihlali ile daha da artabilir.
- **Rekabet Hukuku**: Özellikle perakende sektöründe, rekabetçi stratejilerin yasal çerçevede yapılması önemlidir. Eğer bir marka, haksız rekabet yaratan yöntemler kullanarak müşteri kazanmaya çalışıyorsa, hukuki sorunlarla karşılaşabilir. Bu da müşteri kaybına neden olabilecek önemli bir faktördür.

4. Kültürel Açıdan Değerlendirme, Marka Algısı ve Kültürel Duyarlılıklar:

- **Kültürel Uyum**: Müşteri kaybı, markaların yerel kültürlere ve tüketici gruplarına yeterince uyum sağlamadığını gösterebilir. Kültürel değerler,

tüketici tercihlerinde büyük rol oynar. Markaların küreselleşme sürecinde, kültürel farklılıkları dikkate alması, müşteri kaybının önlenmesinde etkili olabilir.

- **Sosyal Sorumluluk ve İmaj**: Müşteriler, markaların sadece ticari faaliyetlerine değil, toplumsal sorumluluklarına da duyarlıdır. Kültürel ve toplumsal sorunlara duyarsız kalmak, markaların imajını olumsuz etkileyebilir. Bu da müşteri kaybına neden olabilir. Özellikle çevresel sürdürülebilirlik ve etik ticaret gibi değerler günümüzde kültürel bir gereklilik haline gelmiştir.
- **Marka Kültürü**: Markaların kültürel algılarla şekillenen bir kimlik oluşturması önemlidir. Bu kültürel kimlik, markanın müşterileriyle olan ilişkisini doğrudan etkiler. Kültürel anlamda güçlü bir marka imajı oluşturulamaması, müşteri kaybının sebeplerinden biridir.

5. Politik Açıdan Değerlendirme, Pazar Dinamikleri ve Kamu Politikaları:

- **Ekonomik Politikalar ve Düzenlemeler**: Politik faktörler, ekonomik düzenlemeler ve vergi politikaları da müşteri kaybını etkileyebilir. Özellikle pandemi gibi ekonomik belirsizliklerin olduğu dönemlerde, hükümetin uyguladığı teşvikler veya pazarın düzenlenmesi, perakende sektöründeki müşteri davranışlarını etkileyebilir.
- **Çevresel Politikalar ve Sürdürülebilirlik**: Çevreye duyarlı politika ve yasaların uygulanması, markaların faaliyetlerini doğrudan etkiler. Müşteri kaybı, markaların çevre dostu ve sürdürülebilirlik odaklı stratejilere daha az odaklanmasından da kaynaklanabilir. Müşteriler, sürdürülebilir ve çevre dostu markalara daha fazla ilgi göstermektedir.
- **Politik İstikrarsızlık ve Güven**: Politik belirsizlik ve istikrarsızlık, tüketici güvenini etkileyebilir. Örneğin, ülkedeki ekonomik krizin veya seçim sürecinin belirsizliği, tüketicilerin harcama alışkanlıklarını değiştirmelerine yol açabilir. Bu da perakende sektöründeki müşteri kaybını artırabilir.

Literatürle Karşılaştırmalar

Müşteri kaybı (churn) konusu, perakende sektöründe birçok çalışmanın odağında yer alan bir konu olmuştur. Literatürdeki bulgular, perakende sektöründe müşteri kaybının nedenlerini, etkilerini ve çözüm stratejilerini farklı açılardan

ele alırken, bu vaka analizinin literatürle karşılaştırılması, vakada uygulanan stratejilerin ne ölçüde yaygın ve etkili olduğunu göstermektedir. Aşağıda, literatürle karşılaştırmalı bir analiz sunulmuştur.

1. Müşteri Kaybı (Churn) Nedenleri: Literatür ve Vakadaki Bulgular
Literatürdeki Bulgular:

1.1 Fiyat Duyarlılığı: Çeşitli literatür çalışmalarına göre, müşteri kaybının ana sebeplerinden biri fiyat duyarlılığıdır. Müşteriler, benzer ürünleri daha uygun fiyatlarla sunan rakiplere yönelme eğilimindedirler. Bu durum, özellikle ekonomik krizlerde daha belirginleşir. Müşteriler, ödedikleri fiyata değer bekler. Fiyat ile kalite algısı uyuşmadığında, müşteriler alternatiflere yönelirler. (Stewart, 2011)

Çözüm Önerileri:

- **Değer İletişimi: Ürünün sağladığı fay**da müşteriye açıkça anlatılmalı. Benzersiz faydalar ve uzun vadeli değer vurgulanmalıdır.
- **Segment Bazlı Fiyatlandırma:** farklı müşteri guruplarının fiyat duyarlılıkları farklıdır. Bu nedenle, indirim günleri veya toplu alım gibi esnek fiyatlandırma stratejileri uygulanmalıdır.
- **Rekabet Analizi:** Piyasada rekabetçi kalmak için fiyatlandırma sürekli gözden geçirilmeli ve rakip analizlerine göre güncellenmelidir.

1.2 Müşteri Deneyimi ve Memnuniyeti: Çeşitli çalışmalarda, müşteri deneyiminin ve memnuniyetinin müşteri kaybı üzerindeki etkisi vurgulanmaktadır. Müşterilerin markadan aldıkları hizmetin kalitesi, sadakatlerini ve marka tercihlerine olan bağlılıklarını etkiler. (Bitner, 1990; Zeithaml, 2000)

Çözüm Önerileri:

- Çalışan Eğitimi ve Yetkilendirme: Müşteriyle temas eden tüm çalışanlara iletişim, empati ve çözüm odaklılık eğitimi verilmeli. Anlık sorunlara çözüm getirebilecekleri yetki tanınmalı; bu, müşteri memnuniyetini anında artıracaktır.
- Çok Kanallı Destek Sistemleri: Müşteri geri bildirimlerine hızlı dönüş yapan, telefon, e-posta ve sosyal medya gibi çok kanallı destek sistemleri kurulmalıdır. Bu, müşterilerin sorunlarına kolayca çözüm bulmasını sağlar.

1.3 Hizmet Kalitesi: Parasız bir hizmet deneyimi ya da zayıf müşteri hizmetleri, tüketici kaybına yol açmaktadır. Müşterilerin deneyimledikleri hizmet kalitesinin düşük olması, markadan uzaklaşmalarına neden olur. (Parasuraman, 1988)

Çözüm Önerileri:

- **Fiziksel Mağaza İyileştirmeleri:** Mağazalar düzenli, temiz, iyi aydınlatılmış ve kolay yönlendirilebilir olmalı. Fiziksel ortamın kalitesi, genel müşteri deneyimini doğrudan etkiler.
- **Online Platform Optimizasyonu:** Mobil uyumlu, hızlı ve kullanıcı dostu olmalı. Kolay arama, filtreleme, sepet ve ödeme adımları optimize edilerek sorunsuz bir online deneyim sunulmalıdır.
- **Ürün Bilgisi ve Görsel Kalitesi:** Ürün görselleri profesyonel ve detaylı olmalı; gerçek müşteri yorumları görür olmalı. Bu, müşterilerin doğru ve eksiksiz bilgiye ulaşarak satın alma kararını güvenle vermesini sağlar.
- **Şeffaf ve Hızlı Süreçler:** İade ve teslimat süreçleri şeffaf ve hızlı yürütülmeli. Güvenilir ve sorunsuz lojistik, müşteri memnuniyeti için hayati öneme sahiptir.

1.4 Sosyokültürel Değişim: Vakada pandemi sonrası sosyal ve kültürel değişikliklerin etkisiyle tüketici alışkanlıkları değişmiş, bu da müşteri kaybını artırmıştır. Bu durum, literatürde dijitalleşmenin ve online alışverişin artışına dair yapılan çalışmalarda (Chaffey, 2015) da öne çıkmaktadır.

Çözüm Önerileri:

- **Dijitalleşmeye Uyum:** Pandemiyle hızlanan dijitalleşmeye ayak uydurulmalı. Kullanıcı dostu mobil uygulamalar ve entegre dijital hizmetlerle müşterilerin artan online alıveriş beklentileri karşılanmalıdır.
- **Çok Kanallı Yaklaşım:** Müşterilerin değişen alışveriş kanalı tercihlerine uyum sağlamak için çok kanallı (omnichannel) bir strateji benimsenmeli. Fiziksel ve dijital deyimler sorunsuz bir şekilde entegre edilmelidir.
- **Yeni Tüketici İhtiyaçlarını Anlama:** Değişen sosyokültürel trendler ve tüketici davranışları düzenli olarak analiz edilmeli. Ürün ve hizmetler, bu yeni ihtiyaçlara göre şekillendirilmelidir.

Vaka ile Karşılaştırma: Vakada da müşteri kaybının ana sebeplerinden biri, pandemi nedeniyle müşteri deneyiminin olumsuz etkilenmesi ve hizmet kalitesinin yetersizliğiydi. Ayrıca, fiyat ve indirim stratejilerinin diğer rakiplere karşı yetersiz kalması, müşteri kaybını tetiklemiştir. Literatürdeki bulgularla paralellik göstermektedir.

2. Müşteri Sadakati ve Geri Kazanımı: Literatür ve Vakadaki Stratejiler Literatürdeki Bulgular:

2.1 Sadakat Programları: Çeşitli araştırmalar, sadakat programlarının müşteri kaybını azaltmada etkili bir strateji olduğunu göstermektedir. Bu programlar, müşterilere ek değer sunarak onları markaya bağlamaktadır. Ancak, karmaşık, değersiz veya ilgi çekmeyen ödüller sunan programlar müşteri bağlılığı oluşturamaz. Bu nedenle, yeniden yapılandırma kararı almıştır. (Dick & Basu, 1994)

Çözüm Önerileri:

- **Puan Sistemi Sadeleştirilmesi ve Anlamlı Ödüller:** Puan sistemi sadeleştirilmeli ve müşterilerin değerli bulacağı ödüller sunularak programın cazibesi artırılmalıdır.
- **Mobil Uygulama Entegrasyonu:** Mobil uygulama üzerinden kolay erişim ve kullanım sağlanarak müşteri deneyimi iyileştirilmelidir.
- **Kişiselleştirilmiş Kampanyalar:** Doğun günü gibi özel günler için kişiselleştirilmiş kampanyalar düzenlenerek müşterilere kendilerini özel hissettirecek dokunuşlar yapılmalıdır.
- **Alışveriş Dışı Davranışların Ödüllendirilmesi:** Yorum yazma veya ürün değerlendirme gibi alıveriş dışı müşteri etkileşimleri de ödüllendirilerek geniş bir bağlılık yelpazesi oluşturulmalıdır.

1.2 Kişiselleştirilmiş Pazarlama: Kişiselleştirilmiş teklifler ve iletişim, müşteri sadakatini artırmada önemli bir rol oynamaktadır. Müşterilerin özel ihtiyaçlarına yönelik öneriler ve promosyonlar, markalarla daha güçlü bir bağ kurmalarına yardımcı olur. (Coltman, 2007)

Çözüm Önerileri:

- **Kişiselleştirme ve Müşteri Bağlılığı:** Alışveriş geçmişi ve ilgi alanlarına özel ürün/hizmet önerileri sunuldu. Bu sayede müşteriye özel bir

deneyim hedeflendi.

- **Etkili İletişim:** Genel mesajlar yerine, her müşteriye özel olarak hazırlanış e-posta ve SMS kampanyaları ile iletişim daha etkili hale getirildi.
- **Sadık Müşteriye Değer:** Belirli müşteri segmentlerine veya özel günlerde sadık müşterilere sürpriz indirimler veya hediyeler sunularak memnuniyet ve bağlılık pekiştirilir.
- **Gizlilik Dengesi:** Kişisel verilerin güvenli bir şekilde korunmasına özen gösterilerek kişiselleştirme, gizlilik hassasiyetiyle dengelenir.

1.3 Churn Tahmin Modelleri: Makine öğrenmesi ve veri analitiği kullanarak churn (müşteri kaybı) tahmini yapmak, müşteri kaybının önlenmesinde giderek daha yaygın hale gelmektedir. Bu tür modeller, kaybetme riski yüksek olan müşterileri belirlemekte ve onlara yönelik stratejiler geliştirmekte kullanılır. (Xu et al., 2004)

Çözüm Önerileri:

- Kayıp riski yüksek müşteriler proaktif bir şekilde tespit edilmiştir.
- Bu müşteriler yönelik kişiselleştirilmiş pazarlama kampanyaları ve özel teklifler düzenlenerek, kayıplar yaşanmadan önce müdahale edilmiştir.

Vaka ile Karşılaştırma: Vakada, sadakat programlarının yetersiz olduğu tespit edilmiştir ve müşteri kaybını önlemek için programlar yeniden yapılandırılmıştır. Literatürdeki bulgularla paralel olarak, bu yeniden yapılandırma süreci, müşterilerin markaya olan bağlılıklarını artırmada etkili olmuştur.

Ayrıca, vaka analizi kapsamında **churn tahmin modelleri** uygulanarak kayıp riski yüksek müşteriler belirlenmiş ve onlara yönelik kişiselleştirilmiş kampanyalar düzenlenmiştir. Literatürle uyumlu olarak, kişiselleştirilmiş pazarlama stratejilerinin başarılı olduğu görülmüştür.

3. Dijitalleşme ve Teknoloji: Literatür ve Vakadaki Gelişmeler Literatürdeki Bulgular:

1.1 Dijitalleşme ve E-ticaret: Perakende sektöründe dijitalleşme, özellikle pandeminin etkisiyle hız kazanmış, online alışverişin önemi artmıştır. Müşteriler artık daha fazla dijital platform üzerinden alışveriş yapmaktadır. (Brynjolfsson & Smith, 2000)

Çözüm Önerileri:

- **Online Alışveriş Kanallarının Güçlendirilmesi:** Artan online alışveriş talebini karşılamak için e-ticaret alt yapısı ve kullanıcı deneyimi geliştirildi. Web sitesi ve mobil uygulama arayüzleri kullanıcı dostu, hızlı ve kolay gezilebilir hale getirildi.
- **Dijital Müşteri Hizmetlerinin İyileştirilmesi:** Online kanallar (canlı sohbet, chatbotlar, SSS) üzerinden müşteri destek hizmetleri güçlendirilir. Bu sayede, müşterilerin sorunlarına hızlı ve ekili çözümler sunulur.
- **Veri Gizliliği ve Güvenliğe Odaklanma:** Online işlemlerde müşterileri verilerinin korunmasına yönelik şeffaf politikalar benimsenerek güvenlik protokolleri güçlendirilir. Bu, müşteri güvenini artırmada kritik bir adımdır.

1.2 Yapay Zekâ ve Makine Öğrenmesi: Yapay zeka ve makine öğrenmesi teknolojileri, müşterilerin davranışlarını anlamada ve onlara daha iyi hizmet sunmada kullanılmaktadır. Bu teknolojiler, churn analizi ve müşteri memnuniyeti artırıcı stratejilerde etkili olabilmektedir. (Gensler et al. 2017)

Çözüm Önerileri:

- **Churn Tahmin Modelleri:** Makine öğrenimi ile müşteri verileri (alışveriş geçmişi, etkileşim sıklığı, şikâyetler) analiz edilerek kayıp riski taşıyan müşteriler belirlenir. Bu modeller, potansiyel müşteri kaybını öngörerek proaktif müdahaleler için zemin hazırlar.
- **Kişiselleştirilmiş Müdahale Stratejileri:** Kayıp riski taşıyan müşterilere yönelik özel ve kişiselleştirilmiş kampanyalar ile teklifler geliştirildi. Bu, özel indirimler, kişiye özel ürün önerileri veya proaktif müşteri hizmetleri şeklinde olabilir.
- **Müşteri Memnuniyeti Artırıcı Öngörüler:** Yapay zekâ, müşteri geri bildirimlerini ve davranışlarını analiz ederek memnuniyetsizlik kaynaklarını belirlemeye yardımcı olur. Bu öngörüler, ürün ve hizmet iyileştirmeleri için kullanılarak genel müşteri deneyimini yükseltir.

Vaka ile Karşılaştırma: Vakada, dijitalleşme stratejileri ile online alışverişin artırılması ve dijital müşteri hizmetlerinin güçlendirilmesi yönünde önemli adımlar atılmıştır. Bu, literatürle tutarlıdır ve müşterilerin dijital platformlarla daha fazla etkileşime girmesinin, sadakati artırmada ve müşteri kaybını azalt-

mada önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

Ayrıca, makine öğrenmesi ve churn tahmin modelleri kullanılarak, müşteri kaybı riski taşıyan bireyler tespit edilmiş ve bu kişilere yönelik özel stratejiler geliştirilmiştir. Literatürle paralel bir şekilde, bu tür teknolojilerin müşteri ilişkileri yönetiminde önemli faydalar sağladığı görülmüştür.

4. Kültürel ve Sosyal Etmenler: Literatür ve Vakadaki Durum Literatürdeki Bulgular:

1.1 Sosyal Sorumluluk ve Marka İmajı: Tüketiciler, çevre dostu ve etik ürünleri tercih ederek markalarla daha güçlü bir bağ kuruyor. Kişisel değerler ve toplumsal sorumluluk bilinci, satın alma kararlarında ve marka seçiminde belirleyici olur. Markaların sorumluluk projelerine katılmaları ve çevreye duyarlı politikaları, müşteri sadakati üzerinde büyük bir etki yaratmaktadır. (Kotler & Keller, 2016)

Çözüm Önerileri:

- **Çevre Dostu Ürün ve Süreçler:** Ürün geliştirme, üretim ve dağıtımda çevresel sürdürülebilirlik öncelikli olmalı. Geri dönüştürülmüş malzeme kullanımı, enerji verimliliği ve atık azaltma gibi adımlar atılmalıdır.
- **Etik Tedarik Zinciri Yönetimi:** marka, tedarik incirinin her aşamasında adil çalışma koşulları, insan haklarına saygı ve çocuk işçiliğinin önlenmesi gibi ilkelere bağlı kalmalı ve bu konuda şeffaf olmalıdır.
- **Sosyal Sorumluluk Projelerine Katılım:** markanın, eğitim, sağlık veya çevre koruma gibi toplumsal fayda sağlayan projelere aktif olarak katılması veya onları desteklemesi önemlidir. Bu projeler düzenli olarak kamuoyuyla paylaşılmalıdır. Uluslar arası sertifikalarla belgelenmeli ve pazarlama materyallerinde görünür kılınmalıdır.
- **Şeffaf İletişim ve Raporlama:** Markanın sosyal sorumluluk ve sürdürülebilirlik çabaları hakkında tüketicilere karşı şeffaf olunmalı. Başarılar ve hedefler düzeli olarak raporlanmalıdır; bu, müşteri güvenini inşa etmenin temelidir.

1.2 Tüketici Değerleri: Tüketicilerin kişisel değerleri ve toplumsal sorumluluklar doğrultusunda markalara olan ilgisi artmaktadır. Bu da, markaların sadece ürün satışı yapmakla kalmayıp, sosyal değer yaratmalarını zorunlu kılar. (Schwartz, 1992)

Çözüm Önerileri:

- **Değer Odaklı Pazarlama ve İletişim Stratejileri:** Markalar, ürün özelliklerinden çok, çevresel ve sosyal faydaları vurgulayan hikâyeler anlatmalıdır. Sosyal medyada çevre bilinci ve toplumsal konularda diyalog kurularak etkileşim artırılmalıdır. Çevre kuruluşları ve sivil toplum örgütleriyle iş birlikleri yapılmalıdır.
- **Kurumsal Sosyal Sorumluluk (KSS) Projelerine Yatırım:** KSS projelerine yatırım yapmak, markaların topluma değer verdiğini gösterir. Bu yatırımlar, somut çevre projeleri (ağaç dilimi, su koruma) veya dezavantajlı gruplara yönelik sosyal destek programları (eğitim, sağlık) olabilir. Çalışanların KSS projelerine gönüllü katılım, markanın değerini içselleştirmesine yardımcı olur.
- **Şirket Kültürünün Dönüşümü ve İçselleşmiş Değerler:** Şirketler, kültürlerini sürdürülebilirlik ve etik değerlere dönüştürmek için üst yönetimin tam bağlılığını sağlamalıdır. Çalışanlara düzenli eğitimler verilmeli ve performans ölçütleri finansal, çevresel ve sosyal etki hedeflerini içermelidir.

Vaka ile Karşılaştırma: Vakada, sosyal sorumluluk ve sürdürülebilirlik stratejilerinin müşteri kaybı üzerindeki etkisi de gözlemlenmiştir. Özellikle çevre dostu ve etik ürünlerin satışı, tüketicilerin ilgisini çekmiş ve markayla daha güçlü bir bağ kurmalarına yol açmıştır.

Bu yönüyle vaka, literatürdeki bulgularla paralellik gösteriyor, çünkü günümüzde tüketiciler sadece ürün değil, aynı zamanda markaların değerlerini de göz önünde bulundurmaktadırlar.

Perakende Sektöründe Müşteri Kaybının Nedenleri Analizi

Perakende sektöründe müşteri kaybı, genellikle tek bir faktörden ziyade, ürün/ hizmet kalitesi, müşteri hizmetleri, fiyatlandırma, genel deneyim,rekabet, teknolojik uyum, değişen beklentiler ve etkili iletişim gibi bir çok nedenin birleşimiyle ortaya çıkar. Bu durum, işletmeler için gelir azalması ve marka itibarı zedelenmesi gibi ciddi sonuçlar doğurabilir.

Markaların müşteri sadakatini artırması için bütünsel ve esnek stratejiler geliştirmesi önemlidir. Çevre dostu üretim, etik değerler ve dijitalleşmeye duyarlılık, sadakati destekler (Kotler & Keller, 2016; Schwartz, 1992).Perakende işletmelerinin müşteri kaybının altında yatan nedenleri dikkatlice analiz etmesi,

müşteri odaklı stratejiler geliştirmesi ve sürekli olarak müşteri deneyimini iyileştirmeye odaklanması büyük önem taşımaktadır.

Müşteri geri bildirimlerini düzenli olarak analiz etmek, markaların hangi alanlarda iyileştirmeye ihtiyacı olduğunu belirlemelerine yardımcı olur. Bu proaktif yaklaşımlar, müşteri kaybını en aza indirerek ve sürdürülebilir başarı elde etmek için kritik öneme sahiptir.

Perakende Sektöründe Müşteri Kaybının Çözümleri Analizi

Perakende sektöründe müşteri kaybını önlemek, işletmelerin sürdürülebilirliği ve büyümesi için kritik öneme sahiptir. Bu, tek seferlik bir çaba değil, sürekli ve müşteri odaklı bir yaklaşım gerektiren dinamik bir süreçtir. Müşteri kaybı genellikle birden fazla faktörün birleşimiyle ortaya çıktığından, işletmelerin bütünsel bir strateji benimsemesi şarttır.

Müşteri kaybının nedenlerini derinlemesine anlamak ve bunlara yönelik etkili çözümler geliştirmek, sadık bir müşteri tabanı oluşturmanın ve rekabet avantajı sağlamanın temelini oluşturur. İşletmelerin kendi özel koşullarını ve müşteri kitlelerini dikkate alarak bu çözümleri uyarlaması hayati önem taşır.

Geliştirilen çözümler sadece kısa vadeli sorunları gidermeyi değil, aynı zamanda uzun vadeli müşteri sadakati ve marka değeri inşa etmeyi hedeflemelidir. Başarılı perakendeciler, müşteri verilerini etkin bir şekilde kullanarak müşteri davranışlarını anlar, proatif çözümler sunar ve her temas noktasında olağanüstü bir deneyim sunarak müşteri kaybını minimize eder.

Perakende Sektöründe Churn (Müşteri Kaybı) Analizinin Önemi

Müşteri kaybı analizi, işletmelerin, özelliklede perakende sektöründeki işletmelerin, müşteri tabanlarından neden ayrıldığını anlamalarına yardımcı olan bir süreçtir. Bu analiz, işletmelerin müşteri tutma stratejilerini geliştirmelerine, pazarlama çabalarını optimize etmelerine ve genel olarak müşteri memnuniyetini artırmalarına yardımcı olur. Mevcut müşteriyi elde tutma maliyetinin, yeni müşteri edinme maliyetinden daha yüksek olması göz önüne alındığında, müşteri kaybı analizinin bulguları, tekrarlı satışları ve müşteri sadakatini artırarak perakende işletmelerinin uzun vadeli başarısı için kritik öneme sahiptir. Dolayısıyla bu analiz, müşteri ayrılma nedenlerini belirlemek ve bu doğrultuda önleyici stratejiler geliştirmek için perakende işletmelerinde kullanılan vazgeçilmez bir araçtır. İşletmelerin kendi özgün koşullarını ve müşteri kriterlerini göz önünde bulundurarak bu analizden elde edilen içgörürleri uygulaması, müşteri

kaybını önemli ölçüde azaltmalarına ve müşteri bağlılığını güçlendirmelerine yardımcı olacaktır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Genel Değerlendirme

Perakende sektöründe müşteri kaybı, yalnızca anlık gelir düşüşü değil, aynı zamanda marka itibarını zedeleyen ve uzun vadeli sürdürülebilirliği tehdit eden kritik bir sorundur. Bu sorunla mücadele etmek, sürekli ve dinamik bir süreç gerektirir. İşletmelerin kalıcı başarı elde edebilmesi için müşteri odaklı bir kültürü benimsemesi ve bütünsel bir strateji izlemesi elzemdir.

Müşteri kaybının altında yatan nedenler genellikle çok yönlüdür; **ürün/hizmet kalitesi**, müşteri hizmetleri, fiyatlandırma, genel deneyim, rekabet ve teknolojik uyum gibi pek çok faktör bu duruma etki edebilir. Bu nedenle, genel geçer çözümler yerine, her işletmenin ve müşteri kitlesinin özgün dinamiklerine uygun, kişiselleştirilmiş ve müşteri odaklı stratejiler geliştirmek büyük önem taşır.

Müşteri kaybını önlemek, markaların proaktif yaklaşımlar belirlemesiyle mümkündür. Bu süreçte müşteri geri bildirimlerini düzenli olarak toplamak ve analiz etmek büyük önem taşır. Bu sayede, iyileştirilmesi gereken alanlar erkenden tespit edilerek potansiyel sorunlara çözüm üretilebilir.

Müşteri verilerini etkin kullanmak, müşteri davranışlarını anlamanın ve kişiselleştirilmiş çözümler sunmanın temelidir (Coltman, 2007; Gensler et al. 2013). Her temas noktasında olağanüstü bir deneyim yaşatmak, müşteri kaybını en aza indirerek sadık bir müşteri tabanı oluşturur. Bu, sadece bir satış olmaktan öte, müşterilerle güçlü ve duygusal bağlar kurmak anlamına gelir. Başarılı perakendeciler, müşteri ilişkilerini bir işlem olarak değil, bir yolculuk olarak görerek bu yolculukta müşterilerine değer katmaya odaklanır.

Bu vaka çalışması, özellikle COVID-19 sonrası dönemde müşteri davranışlarındaki hızlı değişim, dijitalleşmenin yükselişi ve artan rekabetin perakende sektörüne etkilerini gözler önüne sermektedir. Birleşik Arap Emirlikleri merkezli büyük bir moda perakende şirketinin(Şirket X) sadık müşterilerinde dahi görülen ciddi azalma, müşteri ilişkileri yönetiminde proaktif ve veri odaklı bir yaklaşımın ne denli önemli olduğunu ortaya koymuştur.

Araştırma yöntemlerinde nicel veri analitiği (makine öğrenmesi ile churn (müşteri kaybı) tahmini), nitel müşteri geri bildirimleri ve iç raporların ince-

lenmesi gibi çok yönlü bir stratejinin benimsenmesi dikkat çekicidir. Bu veri temelli yaklaşımlarla desteklenen müdahaleler, dijitalleşme, kişiselleştirme ve hizmet kalitesi iyileştirme gibi alanlarda olumlu sonuçlar alınmasını sağlamıştır. Bu durum, perakende sektöründe müşteri kaybıyla mücadelenin ancak bilimsel ve bütünsel bir yaklaşımla mümkün olduğunu kanıtlamaktadır.

Vakadan Çıkarılan Dersler

1. **Müşteri sadakati garanti değildir**: Sadakat kartı sahibi müşterilerin dahi kolayca markadan uzaklaşabileceği görülmüştür. Sadakat sürekli olarak güçlendirilmelidir.
2. **Veri analitiği, müşteri ilişkilerinde temel araçtır**: Segmentasyon (müşteri bölümlendirme) ve churn tahmin modelleri sayesinde yüksek riskli müşteriler önceden tespit edilip müdahale edilebilmiştir.
3. **Pandemiler gibi krizler, müşteri davranışlarını derinden etkiler**: Online alışverişe geçiş gibi ani değişimlere hızlı adapte olamayan işletmeler müşteri kaybı yaşar.
4. **Kötü hizmet kalitesi ve yetersiz iletişim müşteri kaybının ana nedenleridir**: Geri bildirimlere kulak tıkamak, şirketin kendini geliştirme fırsatlarını kaçırmasına neden olur.
5. **Kişiselleştirme, modern perakendenin merkezinde yer almalıdır**: Müşteriler kendilerine özel hizmet ve teklifler beklemektedir.

KAYNAKÇA

Bitner, M.J. (1990). Evaluating service encounters: The effects of physical surroundings and employee responses. Journal of Marketing.

Brynjolfsson, E. & Smith, M.D. (2000). Frictionless commerce: A comparison of Internet and conventional retailers. Management Science.

Chaffey, D. (2015). Digital business and e-commerce management. Pearson Education.

Coltman, T. (2007). Why build a customer relationship management capability Journal of Strategic Information Systems.

Dick, A. S & Basu, K. (1994). Customer loyalty: Toward an integrated conceptual framework. Journal of the Academy of Marketing Science.

Deloitte. (2022). Global Consumer Tracker Survey.

Forrester. (2020). Data-Driven Business Impact Report.

Gensler, S. Völckner, F. Liu-Thompkins, Y. & Wiertz, C. (2013). Managing brands in the social media environment. Journal of Interactive Marketing.

Harvard Business Review. (2014). The Value of Customer Loyalty Programs.

Kahneman, D. & Tversky, A. (1984). Choices, values, and frames. American Psychologist.

Kotler, P. & Keller, K. L. (2016). Marketing Management (15th ed.). Pearson.

McKinsey & Company. (2018). Customer experience: Creating value through transforming customer journeys.

Nielsen. (2019). Trust in Advertising Survey.

Nielsen. (2020). Global Sustainability Report.

OECD. (2021). COVID-19 and Retail Transformation Report.

Oliver, R. L. (1999). Whence consumer loyalty? Journal of Marketing.

Parasuraman, A. Zeithaml, V.A. & Berry, L.L. (1988). SERVQUAL: A multiple-item scale for measuring consumer perceptions of service quality. Journal of Retailing.

Reichheld, F. F. & Schefter, P. (2000). E-loyalty: Your secret weapon on the web. Harvard Business Review.

Salesforce. (2021). State of the Connected Customer.

Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values. Advances in Experimental Social Psychology.

Statista. (2021). Global E-Commerce Growth Data.

Stewart, K. (2011). Customer churn: Causes and prevention strategies in retail. Journal of Marketing Research.

Sureshchandar, G.S. Rajendran, C. & Anantharaman, R.N. (2002). The relationship between service quality and customer satisfaction–a factor specific approach. Journal of Services Marketing.

Verbeke, W. Martens, D. & Baesens, B. (2012). Social network analysis for customer churn prediction. Applied Soft Computing, 14.

Xu, J. Forman, G. & Larry, C. (2004). Predicting customer churn: Lessons from telecommunications and banking. IEEE Intelligent Systems.

Zeithaml, V.A. (2000). Service quality, profitability, and the economic worth of customers: what we know and what we need to learn. Journal of the Academy of Marketing Science.

Şulenur AYAN
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Müzik ve Sahne Sanatları Bölümü
sulee.ayan@gmail.com
https://orcid.org/0009-0007-2565-9724

VAKA ADI:

SANSÜRÜN CİNSİYETİ: VAJİNA MONOLOGLARI OYUNUNUN YASAKLANMASI VE KADIN ANLATILARININ SINIRLANDIRILMASI

VAKANIN TANIMI

Sanatın ifade özgürlüğü özellikle kadın meselelerinin anlatımı söz konusu amaç olduğunda ataerkil yapının sık sık engeliyle karşı karşıya kalır. *Vajina Monologları* oyununun çeşitli yerel yönetimler ve otorite figürleri tarafından yasaklanması, bu sorunu somut bir şekilde ortaya koyar. Problem sadece oyunun sahnelenmesine yapılan bir engel değil, kadınların kendi bedenleri ve kimliklikleri üzerinden söyleyeceklerine dair engel koyma çabasıdır. Kadınlar, kendi bedenleri ve deneyimleri üzerine söz üretme hakkına sahip olamamıştır. Bu durumda uygulanan sansür yalnızca hukuksal değil aynı zamanda sosyo-kültürel bir baskı mekanizmasının yansımasıdır. İçinde bulunduğumuz sistem "gelişmiş toplum" adıyla anılan fakat geriletici yaptırıma sahip cinsiyetler arası ayrımın her dönemde ve her alanda olduğunu gösteren kötü bir örnektir.

ÖZET

Bu çalışma, tiyatro alanında kadın anlatılarının sansürle sınırlandırılması, Eve Ensler'ın *Vajina Monologları* adlı tiyatro oyununun yasaklanması üzerin-

den incelenmektedir. Kadınların, deneyimleri, toplumsal alanda anlatılarının sınırlandırılması, eserlerinin yasaklanması sadece estetik ve ahlaki kaygıların ötesindedir. Bu durum toplumsal cinsiyet algısının yeniden şekillenmesi ile ilişkilidir. Kadın anlatılarının sınırlandırılması, kadın bedeni, kimliği ve cinselliğinin anlatılarda "ahlaksızca" değerlendirilmesi *Vajina Monologları* oyununun yasaklanmasının toplumsal yapının kadın bedenine dair taşıdığı tahammülsüzlük seviyesinin en belirgin göstergesidir. Mesele yalnızca "ahlak" değildir, bilinçli olarak uygulanan bir susturma stratejisidir. Toplumsal tehdit olarak görülen kadın ve anlatılarının bertaraf edilmesini sağlayan yapıysa sansürdür.

GİRİŞ

Sansür, toplumun duygu, düşünce ve ifade özgürlüğünü kısıtlayan, tarih boyunca etkisini sürdüren önleyici bir mekanizmadır. Sanat, özellikle tiyatro gibi topluma doğrudan hitap eden dallar, bu mekanizmanın hedefi olmuştur. Tiyatronun izleyiciyle doğrudan temas kurması, onun duygusal ve zihinsel etkilerini artırmakta ve bu durum kontrol edilmesi gereken bir alan olarak görülmesine neden olmaktadır. Bu nedenle sansür, yalnızca politik değildir aynı zamanda ahlaki değerlerin kültürel normların topluma yansımasıdır.

Kadın anlatılarına yönelik sansür, yalnızca ifade özgürlüğüne yönelik bir ihlal değil; aynı zamanda ataerkil sistemin sürdürülebilirliğini sağlamaya yönelik ideolojik bir araçtır. Kadınların bedenleri, kimlikleri ve cinsellikleri çoğu zaman tehdit olarak algılanmış ve sansür mekanizması aracılığıyla bastırılmıştır. Bu çalışma, bu mekanizmaları feminist kuramlar ışığında değerlendirerek, kadın anlatılarının nasıl sistematik biçimde görünmez kılındığını ve sansürün toplumsal cinsiyetle nasıl iç içe geçtiğini ortaya koymayı amaçlamaktadır.

Kadın anlatılarına uygulanan sansür sadece ifade özgürlüğünün bir ihlali değil,ataerkil bir sistemin halen devam etmesi için verilen çabanın yansımasıdır. Ataerkil sistemin sürdürülebilirliğini sağlamak isteyen zihinlerin başvurduğu bir kaçış, bir kontrol sistemidir. Kadınların yaşadıkları, bedenleri, cinsellikleri, kimlikleri çoğu zaman bir tehdit olarak algılanmış ve kadınların toplumdaki varlığı engellenmeye çalışılmıştır. Kadının bedeni, kadının cinselliği, kadının var olma mücadelesi ataerkil sistem tarafından sansüre maruz kalmıştır. Kadını görmezden gelmek çabası sistemin içinde kadınları kendi yaşamları ve bedenleri üzerinde onları bu olanaktan mahrum bırakmaktır (Berktay, 2003). Kadını ''ötekileştiren" ataerkil düzen sanatta da yerini almıştır. *Françoise Heritie; Bu düzenin ilkçağlardan beri var olduğunu ve eşitsizliğin doğumla beraber başla-*

dığını belirtir. Orta Çağ'da aristokrat ailelerin kızlarının değeri, takas yapılacak bir akçe olarak görülmesiyle belirlenir. Eski Yunan'da evliliklerin geçerli sayılması için kızların ergenlik çağına girmesi bile beklenmez. Rönesansla beraber bazı öğretilerin değişmeye başlandığı gözlemlenmiş olsa da *kadınların tarihi henüz bitmemiş bir mücadeledir* (Bacharan,2013).

Eve Ensler tarafından yazılan *Vajina Monologları* adlı tiyatro oyunu, kadınların bedenleri ve deneyimleri üzerinden yaşanılan süreçleri sahneye taşıyan feminist bir anlatıdır. Oyunda esas olan bastırılan ve tabu olarak hissedilen konuları konuşabilir kılmaktır. Bu amaçla başlayan anlatılar, kadın hikayelerinin de kamusal alanda var olduğunu ve var olmaya devam edeceğini gösterir. Türkiye'de ve dünyanın farklı yerlerinde çeşitli sebepler ileri sürülerek oyun sansüre uğramış ve bazı yerel otorite figürleri tarafından yasaklanmış ya da hedef haline getirilmiştir.

Bu makalede, *Vajina Monologları* oyunun yasaklanması ve kadın anlatılarının sınırlandırılması üzerinden cinsiyetin sansürle ilişkisi incelenecektir. Kadın anlatılarının toplumsal cinsiyetle bağlantıları, yasakların sosyolojik, ideolojik arka planı feminist kuram perspektifinde incelenerek sansürün sadece ifade engellemesi olmadığı, aynı zamanda ataerkil sistemin bir aracı olduğu gösterilecektir. Sansürün cinsiyetli doğası sanatı ve kadın anlatılarını nasıl engelleme çabasına girdiği değerlendirilecektir.

YÖNTEM

Bu çalışma nitel araştırma yöntemleri kullanılarak hazırlanmıştır. Temel olarak feminist kuram, toplumsal cinsiyet kuramı ve kültürel analizle geliştirilmiştir. Temel inceleme konusu olan Vajina Monologları oyunu feminist kuram çerçevesinde ele alınmış ve Türkiye'deki sansür mekanizmasının nasıl işlediği gösterilmiştir. Araştırmanın amacı, kadın anlatılarının tiyatro yoluyla görünür kılınması sürecinde karşılaştığı sansür uygulamaları göstermektir.

Çalışmada derinlemesine görüşme yöntemi de dahil edilmiştir ve bu kapsamında 10 katılımcı ile derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Katılımcılar tiyatro oyuncuları, yönetmenler, akademisyenler, hukukçu psikolog ve doğrudan veya dolaylı olarak sansüre maruz kalmış kültür sanat alanında çalışan farklı meslek gruplarından oluşmaktadır. Katılımcılar arasında kadın- erkek bireyler bulunmakta ve bu farklılık kültürel yansımaların farklı perspektiften değerlendirilmesini sağlamıştır. Oyunun yasaklanmasına dair yazılı, görsel ve dijital medyada çıkan haberler, köşe yazıları ve sosyal medya

tartışmaları incelenerek sansürün nasıl meşrulaştırıldığı veya eleştirildiği değerlendirilmiştir. Bu görüşmelerle kadın anlatılarının sınırlandırılması, sansürün bireysel anlatılardan toplumsal bağlama etkisi, kadın anlatılarının sahnede temsili, bedeni, toplumsal ahlak anlayışı ve ifade özgürlüğünün sınırlandırılması üzerinde durulmuştur.

Görüşmelerden elde edilen veriler tematik analiz yöntemiyle incelenmiş olup belirlenen ana konular üzerinden elde edilen veriler yorumlanmıştır. Analiz sürecince Judith Butler'ın toplumsal cinsiyet performatifliği kuramı Françoise Heritier'in ataerkil sistem çözümlemeleri gibi feminist kuramsal bağlamı araştırmaya temel oluşturmuştur.

Etik ilkelere bağlı kalınmış ve katılımcıların bilgileri gizli tutulmuştur. Görüşmeler gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Yazılı ve sözlü olarak kayıt altına alınmıştır.

VAKA GELİŞİMİ

Sansür ve Toplumsal Cinsiyet Kuramı

Eve Ensler tarafından yazılmış olan Vajina monologları oyunu, 1996 yılından başlayarak dünya genelinde adından söz ettiren feminist tiyatro hareketinin önemli metinlerinden olmuştur. Oyun; kadın bedeni, cinselliği ve tecrübeleri üzerine dayanan ve sansürsüz bir dille ifade edilen metindir. Bu durum oyunun hem etkisini arttırmış hem de tepkisini büyütmüştür. Türkiye coğrafyasındaki bu metin yalnızca sahneye yansıyan bir tiyatro oyunu değil; toplumun cinsiyet, ahlak, ifade özgürlüğü ve otorite güçleriyle yüzleştiği bir alana dönüşmüştür.

Sansür sadece ifade özgürlüğüne bir müdahalede bulunmaz. Toplumsal normların da devamını sağlamak için kullanılan bir yöntemdir. Sansür mekanizmalarının toplumsal cinsiyet ekseninde nasıl yer edindiğini anlamak için feminist kuramların doğrultusunda teorik biçimde incelemek mümkündür. Toplumsal cinsiyet rolleri kişilerin kimlik arayışında sahip olduğu özellikleri arasında görülmüştür. Kadın ve erkeğin kimlik belirmesinde etkili olan toplum normları sosyokültürel düzeyde insanların yaşamında kendini hissettirmiştir. Cinsiyet rolleri bireyin hayatını idam ettirebilmesinde de önemli etkenlerden biri haline gelmiştir. Kadın bedeninin doğurgan olması ona ataerkil düzenin içinde anne rolünü vermiştir. Geleneksel rol dağılımı içinde kadının rolleri simgesel olarak belirlenmiştir.

Feminist bilinç, kadınların uğradıkları haksızlıkları fark etmelerini sağlar

ve bununla mücadele etmeleri için bağımsız bir alan tanır. Judith Butler'in cinsiyet performatiği üzerine dayılı kuramı bu alanda kavramların anlaşılması açısından önemli dinamikleri içerir. Butler'in performatik kimlik teorisi, toplumsal cinsiyetin değişmez gerçekliğinin ötesindedir. Kadın, kendi bedenine ve kimliğine dair söz üretme hakkına sahiptir ve belirlenen toplumsal normların sorgulayabilir. Bu sebeple kadının bedeni, kimliği üzerine kurduğu cümleler, kadın anlatılarının sahneye yansıması ataerkil sistem için bir tehdit unsuru olarak görülmüş ve sansürle bastırılmıştır. Sansür sadece içerikler üzerinden değil cinsiyet üzerinden de kontrol sağlamak için kullanılmıştır. Cinsellik, beden, kimlik gibi ''hassas'' olarak ifade edilen kavramlar söz konusu olduğunda toplumun geleneksel ahlak anlayışına zarar vereceği endişesiyle sınırlandırılmıştır. Bu perspektifte, kadın anlatılarının sınırlandırılması, toplumda kimin konuşabileceğini, hangi hikayelerin görünür olabileceğini belirleyen politik bir yaklaşım halini almaktadır.

Vajina Monologları'nın Feminist Anlatısı

Vajina Monologları Amerikalı yazar Eve Ensler tarafından yazılmış ve ilk olarak 1996 yılında sahnelenmiş bir tiyatro oyundur. Oyun, iki yüz farklı yaş grubu, etnik köken, meslek ve sosyal arka plana sahip kadınlarla yapılan röportajlardan oluşur. Bu röportajlar toplumun konuşmaktan çok hoşnut olmadığı tabu haline getirdiği kadın anlatıları söz konudur. Oyun, cinsel deneyimler -bunların birçoğu rızaya dayalı olmayan- regl, doğum, beden, kimlik gibi konular farklı yaş, ırk, meslek grupları ve çeşitli cinsel eğilimlere sahip olan iki yüz kadının ifadelerinden oluştu. Yapılan röportajlar Ensler'in arkadaş gruplarıyla yaptığı sohbetlerden başlarken daha sonra bu sohbetler sırasında oluşan anekdotların gündeme gelmesiyle devam eden bir zinciri başlattı. Böylece iki yüz kadınla beraber kadınlığa ve cinselliğe dair birçok deneyimin paylaşıldığı *Vajina Monologları* oluştu. Ensler, kadınların yaşadığı zorlukların farkındaydı. Taciz, tecavüz, istismar konularında oldukça hassas olduğunun hatta takıntılı olduğunun altını çizdiği Women.com röportajında vajinalara olan ilgisinin şiddet dolu bir toplumda büyümek* olduğunu belirtmiştir.

Oyun üzerine yapılan anlatılar da kadınların sesini daha belirgin halde duyurmak için Ensler tarafından sahibi bir biçimde aktarıldı. 1996 yılında ilk kez sahnelenmesinin ardında kısa sürede büyük ilgi gören oyun, dünyanın çeşitli ülkelerinde sahnelenmeye başladı. Çeşitli kadınlarla yapılan kişisel monologlardan oluşan oyun Ensler tarafından V-Day hareketinin de oluşumunu hazırla-

dı. Kâr amacı gütmeyen bu hareket, tüm kadınlar ve kız çocuklarına karşı şiddeti durdurmak amacıyla kurulmuş küresel bir oluşumdur. Genellikle kadınlara yönelik tecavüz ve kız çocuklarına yönelik saldırılarda merkezlere ciddi fonlar sağlamıştır. Sanatın dönüştürücü gücü kullanılmış, tüm kadınlara ilham olarak kollektif bilincin arttırılması hedeflenmiştir.

Oyunun feminist niteliği seçilen konulardan dolayı değildir. Biçimsel yapısı itibariyle de kendini hissettirir. Oyun oluşumu gereği kadınların kendi hikayelerini anlatmasına dayalıdır. Oyunda da anlatılar direkt olarak seyirciye yöneltilir. Bu durum anlatıları daha katmanlı hale getirir ve kadınların yaşadığı travmaları daha görünür kılar. Bu da izleyenin oyun ile daha samimi bir bağ kurmasını sağlar. *Vajina Monologları,* kadınların gösterilmeyen, yaralarının görünür hali, duyuramadığı sesi olmuştur. Hem bireysel anlamda hem de kollektif anlamda kadınların yaşantılarını görünür kılmış farkındalık oluşturarak sorgulatmıştır.

Türkiyede İlk Gösterimler ve Tepkiler

Vajina Monologları, birçok ülkede olduğu gibi Türkiye'de de oldukça yoğun ilgiyle karşılanmıştır. Bu ilgi oyunun çeşitli tiyatro toplulukları tarafından sahnelenmesini sağlamıştır. İlk olarak 11 Haziran 2003 tarihinde 3. Rumeli Hisarı Tiyatro Buluşmaları kapsamında Rumeli Hisarı'nda sahneleniyor. (Akkuş, 2012). Oyunun hem yönetmenliğini hem de kitabın çevirmenliğini Almula Merter yapmıştır. Arzu Yanardağ, Berna Öztürk, Müge Oruçkaptan ve Güner Özkul ise oyuncu kadrosunda olan isimlerdir.

Vajina Monologları tiyatro oyunu, Rumeli Hisarı'nda yapılan gösterimden sonra bazı sıkıntılarla karşı karşıya kalıyor. Bunun sebebi ise oyunun ismi. Oyunun adında ''vajina'' geçiyor olması bazı kesimler tarafından hoş karşılanmamış; oyunla ilgili ahlak dışı ve toplumu bozucu gibi ifadeler kullanılmıştır. Bundan kaynaklı bazı yerel otorite güçleri oyunun isminin toplumun ahlakını bozacak düzeyde olduğunu düşündüğü için gençler üzerinde olumsuz etki oluşturmaması adına oyunun gösterimine izin vermemiş hatta oyunun ismini Türkçe 'ye çevirmekten rahatsızlık duyduğunu ve oyunun genel ahlak kuralları için uygun olmadığını belirten yorumlarda bulunmuştur. Bu süreçte oyun afişleri toplatılmış, bazı salon sahipleri sözleşmeleri iptal etmiştir. Yaşanılan bu olay, dönemin basın yayın organlarında da gündem olmuştur. Bilet satışlarının yapılmış olmasına rağmen kolluk kuvvetleri tarafından oyun günü sahneye alınmayan Merter, seyircilerden gözyaşlarıyla özür dilemiş ve oyunun başka bir sahnede oynanacağını belirtmiştir.

Yasaklanmanın Gerekçeleri, İfade Biçimi ve Feminist Direniş

Sansür mekanizmaları, sadece içeriklerle ilgili değildir. Anlatıların temsil ettiği ve taşıdığı kimliklerle de doğrudan ilişkilidir. Kadın cinselliği, beden ve kimliği ‘’hassas’’ konular arasında yer alır ve bundan kaynaklı geleneksel ahlak yapısını sarsacak söylem ve davranışlar sınırlandırılmak istenir. Toplumda kimin hikayesinin görünür olacağı kimin anlatısının sınırlandırılacağı sistemin algıladığı tehdit ile ilgilidir. Çünkü sistemin düzeninin bozulması istenmez.

Vajina Monologları oyunu, Kadıköy'de sahnelenmesi planlanırken isminde geçen vajina kelimesi nedeniyle ahlaksızca bulundu ve gösterime yasak geldi. Yasaklanmanın doğrudan hukuki bir metne değil yerel idari karar ve toplum hassasiyetlerine dayandırılmış olması enformel sansür mekanizmasıyla sınırlandırılmış olduğu düşüncesini oluşturabilir. Gerekçe olarak sunulan ‘’genel ahlaka aykırı’’ olduğu ve gençler üzerinde ‘’zararlı etkiler’’ oluşturacağı iddia edilmiştir. Oyun metninde geçen ‘’vajina’’ kelimesi ve kadın bedeni üzerine yapılan konuşmalar, toplumun cinsellikle yüzleşme konusundaki ürkekliğini gösteriyor.

Oyunun yasaklanması üzerine sanatçılar, tiyatro toplulukları ve bununla beraber seyirci kitlesi de tepkilerini belli ettiler. Sosyal medya üzerinden başlatılan #vajinamonologları etiketiyle birçok paylaşım yapılmıştır. Oyunun ‘’ahlak’’ kavramı üzerinden tehdit içerdiğini söyleyen oto-sansürcülere karşı birlik olan seyirciler, sanatın birleştirici gücüne zarar verildiğini vurgulamışlardır. Tepkiler sadece kadın seyircilerden değil, ifade özgürlüğünü destekleyen sanatseverlerden de gelmiştir. Karar; ayrıştırıcı, cinsiyetçi ve çağdışı olarak görülmüştür.

Oyun gösteriminin durdurularak uygulandığı sansür biçimi kadın anlatılarının kamusal alanda ‘’uygunsuz’’ olarak etiketlenmesine neden oluşturmuş bir ataerkil mekanizmanın yansımasıdır. Bu da cinsiyet farkı üzerinden hiyerarşik düzen sağlama çabasıdır.

ANALİZ

Bu bölümde Vajina Monologları oyununun Türkiye'deki bazı sahnelerde gösteriminin yasaklanma süreci ve etrafında gelişen tartışmalar yapılan derinlemesine görüşmelerden elde edilen bulgular üzerine analiz edilmiştir. Katılımcılar ile görüşme sağlanmış ve onlara aşağıda belirtilen sorular yöneltilmiştir. Katılımcıların isimleri gizli tutulmuş olup Katılımcı= K olarak belirtilmiştir.

1. Daha önce Vajina Monologları oyununu izlediniz mi?

2. Sansür kavramına dair daha önce akademik veya profesyonel bir çalışma yaptınız mı?
3. Sizce "Vajina Monologları" oyununun yasaklanmasının temel nedenleri nelerdir?
4. Bir kelimenin (vajina gibi) sansüre uğraması sizce sanat ve ifade özgürlüğü açısından ne anlama geliyor?
5. Sizce Vajina Monologları gibi oyunlara izin verilmeli mi? Neden
6. Kadın anlatılarının sansüre uğramasının toplumsal sonuçları nelerdir?
7. Sansürün toplumsal cinsiyetle ilişkili olduğunu düşünüyor musunuz? Neden?
8. Daha önce benzer şekilde sansürlenen başka oyunlar veya sanat eserleri olduğunu düşünüyor musunuz? Örnek verebilir misiniz?
9. Sizce kadın anlatıları ve kadın sanatçılar tiyatro alanında daha fazla sansüre uğruyor mu?
10. Bu tür yasaklamalar sanatçılar ve tiyatro toplulukları üzerinde nasıl bir etki yaratmaktadır?
11. Sansüre uğrayan bir sanat eseri zamanla toplumda nasıl bir algı oluşturur? Yasaklamak yerine alternatif bir çözüm mümkün mü?
12. Sanatta sansüre karşı nasıl bir mücadele verilmesi gerektiğini düşünüyorsunuz?

Bireylerle Yapılan Derin Mülakat Dokümanlar

K1: Erkek, 57 Yaşında, Oyuncu-Yönetmen

Cevap 1: Hayır izlemedim ama oyunu 80'lerin sonunda konservatuar zamanında arkadaşlarım çalışmıştı. Bir kadın oyunu olduğunu ve kadının cinselliğiyle ilgili çeşitli kadınlar üzerinden anlatıldığını biliyorum. Oyunla ilgili birçok kez sansürler, baskılar olduğunu da biliyorum.

Cevap 2: Hayır, akademik bir çalışma yapmadım ama sansür konusuyla fazlasıyla iç içeyiz.

Cevap 3: Oyunun sansürlenmesi veya yasaklanmasından önce otosansürü konuşmalıyız. Bundan 20 yıl önce ''Belden Aşağı Vurmak'' adında bir oyun oynadık. Belden aşağı vurmak bir boks terimidir ve kalleşçe vuruş, etik olmayan bir anlama gelir. Hiç aklımıza geldik bir biçimde insanlar oyunu çok beğendiği halde oyuna bilet almaya çekiniyorlar. Annem de bile aynı durumu fark ettim. ''Hani şey var ya diyor

oyunun adını söylemiyordu. Sanki hatırlamıyor gibi yapıyordu. Bunun müstehcen bir şey olduğunu düşünüyor. Bu var olduğu müddetçe toplumda, sanatın önünde otosansür ister istemez duruyor. Ben bu oyunu yeniden yapmak istiyorum şehir tiyatrosunda ve oyunu yönetsem ismini değiştirmeyi düşünürüm çünkü saçma bir gerekçeyle oyun seyirci kaybediyor. Bu bir otosansürdür. Bunu özel tiyatrolarda yaptığınızı düşünün, seyirci kaybetmeye tahammülünüz olamaz çünkü ciddi (yüzbinlerce) para harcıyorsunuz. Ben söylemek istediğimi söyleyeyim diye oyunun adından vazgeçebilirim esas olan oyunun içeriğine sansür yapmamaktı.

Cevap 4: Hiçbir şekilde sansürü desteklemiyorum. Barut Fıçısı kendi oyunumdu ve eski bir yönetici, eski bir yönetime yaltaklık yapmak için bu oyunu sansürlememi istedi. Önce küfürleri çıkartmamı söyledi ama ben bunun başıma geleceğini bildiğim için oyunda hiç küfür bırakmamıştım. Hay anasını satayım lan gibiydi sözler. Açık seçik küfür yoktu. Biz oyuncular yaptığımız şeyi iyi biliyoruz, küfür olmasa da küfür varmış gibi oynayabiliriz; küfür varsa da yokmuş gibi oynayabiliriz. Tiyatroyu esir aldığını düşünen bazı insanlar imzasız mektuplar yazıp şikâyet etmişlerdi bizi. Yüzbinlerce insan bizi ayakta alkışlıyor bunları görmeyip imzasız şikayetlerle kapalı gişe giden oyunu genel sanat yönetmeni kaldırdı ve bana soruşturma açmaya kalktı. Kendisi hem hoca ve ünlü bir sahne tasarımcısıydı sonradan yönetmen oldu. Oyunumuzda bir sahne vardı. Otobüste çocuk insanların ikiyüzlülüğünü yüzüne vurmak için onlarla dalga geçiyor ve otobüsün kapılarını kilitliyor bıçak çekiyor yaşlı bir adama. Onu bir kızın karşısına oturtuyor ve kızdan bacaklarını açmasını adamdan da ona bakmasını istiyor. Genel provada bu sahnede mus çorap giymesini istedi oyuncunun. Ten rengi giydirttim ve buna olmaz dedi. Oyunun en gerilimli en etkileyici sahnesiydi. O zaman bu sahnenin bir anlamı kalmıyordu.

Cevap 5: Tabi ki verilmeli. Korkak ve oto-sansürcü olduğu için oyuna sansür uygulanıyor. Bunun sanatla ilgisi yok bu alçakça bir boyun eğiş, sansürcülük.

Cevap 6: Barut Fıçısı ilk yönettiğim oyundu ve onun yazarı Dejan Dukovski görüşmek için önce Üsküp'e gittim oradan da Belgrad'a geçtim. Dejan'ın Yüzyüze oyununu seyrettim. Bir kadın ve bir erkek. Kadın, sokak kadını ve bir erkekle yüzleşme yaşıyor. Bir fahişenin giyeceği şeyler giymiş. Bir yerde oyunun tansiyonu yükseliyor ve boğuşmaya başlıyorlar. Her şey çok hakiki yaşanıyor. Kadınla erkek yerde sü-

rüklendiği sahnede kadının bacakları, kalçaları açıldı ve bu iç çamaşırı gözüktü. Yoğun ve insani bir durumu anlatıyordu ve bu sahnede seyirci oyuncunun kalçalarına mı bakacak? Bu rolü bizde oynayın desem bu yüreklilikte bir sürü oyuncu var bizim tiyatromuzda ama o yürekliliği gösterecek toplum, seyirci var mı? Alın size sansür alın size sansürün toplumsal etkisi.

Cevap 7: Bizim gibi toplumlarda cinsellik, kadın hala konuşulamayan, ayıp ya da günah olarak karşılanan bir durum. Biraz önce de söyledim. Oyunun en can alıcı sahnesinde çok insani bir durumun anlatıldığı yerde seyirci kadının bedenine odaklanmadı ama siz bu oyunu burada sergileseniz ‘’Ne kadar insani durum diye bakmazlar. Kadının açılan yerlerine bakarlar. Neden? Çünkü o bacak bir kadına ait. Onun için çok iyi oyuncu ne güzel sahneyi oynadı algısı yok. Bu da bir doyumsuzluk, açlıktır.

Cevap 8: Kendi yönettiğim oyun; Barut Fıçısı.

Cevap 9: Tabii. Sansür en çok kadın bedeni ve bunun üzerinden oluyor ya da siyasi görüşlerinizi ortaya koymanızdan oluyor. Bir duruş gösteriyor olmanı siyasi algılanıyor. Özellikle bizim gibi toplumlarda kadının rolü daha zor. Gördüğü baskı daha fazla ve erkek ne kadar kadından uzak tutulur, cinsellik ne kadar ayıp gösterilirse erkek o kadar saldırganlaşıyor. Erkek, kadına karşı öfkeleniyor. Kadın cinselliğinin kolayca ulaşılıyor olması ama kendinin uzak olması daha öfkelendiriyor.

Cevap 10: Doğma söz konusu olunca bunu kullanmak daha kolay oluyor. Engelleyen için güç gösterisi haline geliyor. Bakın ben Vajina Monologları oyununu engelledim, oynatmadım düşüncesi onların kendini güçlü hissetmesini sağlıyor. Halbuki engelleyenler de bunun saçma bir şey olduğunu biliyor. Olan topluma oluyor.

Cevap 11: Toplumu yöneten kişilere bir tanrısallık yükleniyor Atatürk, bunu engellemeye çalıştı ama maalesef bu toplumda Rönesans olmadığı için toplum bu algıyı kıramadı. Bu yüzden sürekli başa dönülüyor. Toplumu yeniden inşa etmek gerekli.

Cevap 12: Bu algıyı kırmak zor ama toplumla güzellikle, sabırla çalışmak gerekiyor. Toplumun iyiliğine olan şeyi on dayatma ile değil de onu ikna ederek ve ona gerçekten sevdirmeyi başarmak gerekiyor.

K2: Erkek, 43 Yaşında, Avukat, Amatör Tiyatro Oyuncusu

Cevap 1: Yok, sizin aracılığınızla duydum. Onun için daha önce bilgim yok. İzleme durumunda söz konusu olmadı.

Cevap 2: Sadece sansüre uğrayan kitaplar, tiyatro oyunlarıyla ilgili bilgim var. O da genel kültür çerçevesinde sınırlı.

Cevap 3: Toplumdaki belli kavramlara yüklenen anlamdan kaynaklanıyor olabilir. Bu kavramlar biz atâerkil bir toplumdan ve genellikle erkek egemen bir toplumdan geliyoruz. Dolayısıyla bazı kelimeler toplumda her ne kadar akademik terimlere de telaffuz edilse gerektiği gibi karşılık bulamamaktadır. Yani bir doktora gittiğimizde çok rahat karşılaşacağımız kelimeleri, akademik kavramları normal hayatta pek kullanamıyoruz. Aslında bazı kavramların üzerine çok gitmediğimiz için veya çok konuşmadığımız için toplumdaki eksiklik eksik olarak kalmaya devam etmektedir. Bu Vajina Monologlarıyla ilgili çalışma öncelikle cesaret isteyen bir çalışma. Böyle bir konuyu irdelemek de ayrı bir cesurluk göstergesi. Çünkü toplumda var olan kavramlar ve durumlar ne kadar az irdelenirse o kadar müphem kalır.

Cevap 4: Bu açıdan kelimeleri değil işin özüne, işin ana fikrine anlatılmak istenene odaklanmak gerekiyor. Oysa başlık kısmı, kelime kısmı, kavram kısmı tamamen müspet olan kavramlar, kelimelerin içeriklerinin çok yanlış olduğuna da şahit oluyoruz veya farklı amaçlara hizmet eden metinlerin farklı başlıklar adı altında gizlendiğine de şahit oluyoruz. İşte bu dediğimiz gibi ata erkil ve erkek egemen bir toplumun kavramlara farklı anlamlar yüklemesi, direkt o kelimenin kendisini tamamen dışsallaştırması, o kelimeye kötü anlamlar yüklemesi. Aslında farklı bir kelime olsa belki aynı içerik olmasına rağmen kabul edilebilecek bir şeyken, şu an kabul edilmemesi aslında var olan toplumda herkesin o kavramınla bilgisini dahilinde hemhal olduğu bir durumda. Bunun sırf kelimesel olarak sansürlenmesi tamamen sanatın insan üzerindeki değiştirme etkisini kabul etmemenin göstergesi olarak görüyorum. Bir nevi ifade özgürlüğüne de engeldir.

Cevap 5: Dediğim gibi toplumun belli yaraları var. Bazen hiç görmek istemediğimiz, konuşmak istemediğimiz, temas kurmak istemediğimiz kavramlar, durumlar olabilir. Toplum aslında bu gibi durumlarda çözüm arama arayışında olması gerekirken bunları kendi haline bırakması, yokmuş gibi kabul etmesi aslında bir eksikliktir. Sonuç itibariyle o gibi bir tiyatro oyununda verilen bir mesaj vardır. O mesaj bence dik-

kate alınması gerekir. O mesajın belki bu kavramla daha da ön plana çıkacağını yazar düşünmüş olabilir. Dolayısıyla önemli olan verilen mesajdır diyorum. İsim veya diğer hususlar tamamen şekilden öteye geçmemektedir.

Cevap 6: Toplumda bastırılmış duyguları olan insanlar çoğunlukta. Bilimi çok ileri seviyede yakalamış belli bir kültürde insanların bu gibi kavramlara farklı bir anlam yüklemesi daha azdır. Kendini eğitmemiş eğitim düzeyi daha düşük olanlarda da bu kelimeler telaffuzu bile çok farklı algılayabilmektedir. Burada toplumun gelişmişlik düzeyine de alakalı bir mesele söz konusu. Yani bu konuların konuşuluyor olabilmesi biraz da toplumun gelişmişlik düzeyini ortaya koyabilir. Anlatıların belli bir yaş grubunda kişiliğe oturmamış, belli bir seviyeye gelmemiş kişilerde, çocuk diyebileceğimiz kişilerde onların düşüncelerinin önüne geçebilir, onlara kötü örnek teşkil eden durumlar olabilir ama belli bir aşamaya gelmiş insanlar açısından da aslında bir fikir veya yanlış bir şeyden doğru bir neticeyi çıkartma veya bazı durumlarda belli şeyleri öğrenebilmesi veya karşılaştığı belli durumlarda ne şekilde davranması gerektiği noktasında kendisine bazı şeyler kavrama noktasında artı olduğunu düşünüyorum.

Cevap 7: Ataerkil ve erkek egemen bir toplumda var olan ve direkt önyargıyla karşılaşılan bu kavramların**,** cinsiyetle alakası elbette vardır. Toplumun bu konuyla ilgili yaraları var. Bunu yok gibi görmektense konuşmak ve temas kurmak gerekiyor. Bunu yapamamasının sebebi de: Türkiye'deki hem kitap okuma oranının çok düşük olması, hem eğitim, kültür seviyesinin Avrupa'ya nazaran daha düşük olması gösterilebilir.

Cevap 8: Haldun Taner'in Günü Adamı isimli bir oyunu siyasetteki çarpıklıkları, haksızlıkları, menfaat çarkını en iyi şekilde ortaya koyan, siyasilerin belki de kısmen medyadaki görüntüsünü ve el altındaki durumlarını net bir şekilde ortaya koyan bir oyun olması sebebiyle zamanında sansüre uğrayıp yasaklanan bir oyun iken daha sonra bu sansür toplum edinimi, gelişmişlik düzeyi, eğitimi düzeyi, olaylara bakış açısı değiştiği için sansürü kaldırılarak, nitekim orada da genel sekreter olarak rol alan birisiyim. Oradan o oyun sayesinde çoğu kişi farklı farklı mesajlar alabildi, çoğu konuda daha da detaylı bilgi vermiş oldu. Sansürlenecek bir şeyin olmadığını da herkes gördü. Sansürleyen kişiler bile veya onların torunları bile o oyunu izlediğinde sansürlenmemesi gerektiğine sonradan kendilerini karar vermiş oldu. Yani

toplumdaki bu durumlar dediğim gibi akan bilgi, yeni kavramların öğrenilmesi, kültür seviyesinin yükselmesiyle birlikte yeni bir yöne erilebilir, yeni bir merhaleye dönüşebilir.

Cevap 9: İkisi de eşit oluyor. Erkekle ilgili bir kavram da kullanılmış olsa içeriğine bakılmadan sadece kavramdan dolayı bir şeyler yasaklanıyor olabilirdi. Dolayısıyla burada ikisi de eşittir.

Cevap 10: Sanat zaten gücünü özgürlükten alır. Ne kadar bir şey özgür anlatılırsa ve ne kadar mimikler, jestler ve karakterler, roller devreye girerse o kadar etkin oluyor. Dolayısıyla sansürlendiği zaman da üç ayaklı masa misalidir. Sağlamlığı tartışılır bir durum ortaya çıkmış olur. Bir kişinin vermek istediği çok önemli bir mesaj var ama o mesajı bir kavramdan dolayı veremiyor ve dolayısıyla engelleniyor. Bu da ne oluyor? O anlatım enerjisini, o roldeki enerjisini tamamen ikinci plana atıyor.

Cevap 11: Tamam toplumun belli bir gelişmişlik düzeyi veya kişiyle oturmamış insanların yaş sınırı buna engel olabilir. Toplumda bundan mesaj almak isteyen, bununla bir şeyler öğrenmek isteyen çok sayıda insan vardır. Onları düşünerekten şey yapabilir, yaş sınırlaması getirilebilir veya belli bir seviyedeki insanların gelebileceği bir yerde sergilenebilir. Sanat özgür olduğu zaman ilgiyi cezbeden bir şey. Dolayısıyla sanat sınırlandığı zaman, zaten insanları sınırlayan bir sürü yasa var, bir sürü durumlar var. Sınırlandığı zaman sanatçı da kendisi gibi gören bir izleyici herhangi bir sanat veya tiyatroya ilgi duymayabilir. Çünkü sanatçı da var olan farklı bir şey görmek ister.

Cevap 12: Toplumsal farkındalık çok önemli. Doğrusunu yanlışını çok araştırmadan, çok yeni şeyler üretmeden, belli risklere girmeden, çok da rahatımızı bozmadan yaşamaya çalışan bir toplumdayız. Toplumsal farkındalığın da olabilmesi için toplumun bilgi seviyesinin ve kültürünün çok ileri bir noktaya taşınmış olması gerekir. Sanatçı ne kadar özgürse, içerik ne kadar özgür belirlenebilirse, topluma o kadar hizmet edilmiş olur, toplumun gelişmişlik düzeyi o kadar artmış olur. Çünkü merak insana kamçıdır. Merak ettikçe daha ileriye doğru gidebilir insan. Daha farklı merhalelere yetişebilir. Son olarak, bu çalışmadaki cesaretiniz için size teşekkür ediyorum. Umarım bir gün bu oyunu da sansürsüz bir şekilde oynayabilecek ve onu izleyebilecek durumda oluruz.

K3: Kadın, 29 Yaşında, Psikolog, Düzenli Tiyatro İzleyicisi

Cevap 1: Daha önce bu oyunu izlemedim.

Cevap 2: Akademik olarak bir çalışmada bulunmadım.

Cevap 3: İsminin Vajina Monologları olması yeterli çünkü kadın bedeni bu ülkede hatta dünyada sürekli sansürlenen ya da sansürlenmeye çalışılan ya da ismi anıldığında rahatsız olunan bir şey. İnsanlar kadına direkt cinsiyetçi bir gözle bakıyorlar. Kadın bedeninin herhangi bir uzvu insanlar için baştan çıkarıcı olarak görülebiliyor. Dolayısıyla ‘’vajina’’ da kadın bedeninin bir parçası olduğu için buna genel anlamın ötesinde cinsiyetçi ya da cinsel bir anlamla bakıyorlar ve sansürlemeye çalışıyorlar.

Cevap 4: Bir kere ortada ifade özgürlüğü diye bir şey kalmadığını gösterir. Ben sanatın sansürlenmesini doğru bulmuyorum. Bence sanat o kadar geniş bir şeyi kapsar ki sansürleri de kapsar sansürlerin ötesini de kapsar. Dolayısıyla sanatın sansürlenmesi ya da sanatın ifade edilmesinin engellenmesi aslında ortada sanat diye bir şey bırakmaz.

Cevap 5: Bence verilmeli çünkü zaten bu tarz oyunlara gitmek, izlemek, oynamak tercihle alakalı bir şeydir. İsmi müstehcen olsa dahi buna gitmek tercih meselesi. Eğer reşit bir insansa böyle bir oyuna gitmeyi seçebilir.

Cevap 6: Toplumsal sonuçları kadınların görmezden gelinmesi, kadınların sorunlarının görmezden gelinmesi, kadınların yaşadığı şeylerin sıradanlaştırılması, umursanmaması, kadınların yaşadığı zorbalıkların ya da zorlukların normal şeyler olarak görülmesi, var olan sorunların değiştirilmesi gibi birçok şey sayabilirim.

Cevap 7: Sansür genel olarak toplumun içinde cinsel ya da müstehcen ya da ahlak kavramlarının dışında gördükleri şeylere uygulanıyor. Ama çoğunlukla uygulanan şey kadın üzerinden oluyor. Mesela bir toplumda kadının giydiği kıyafet bile aslında sansüre uğruyor. Kimi toplumlarda kadınların saçının gözükmesi bile yasak sayılıyor. Kimi toplumlarda kadının bedeninin herhangi bir gösteri hakkında konuşulması sansürleniyor. Kimi toplumlarda televizyonda izlenen içeriklerde genel olarak kadının görünmesi yasaklanıyor. Bu da bir sansür. Toplumsal cinsiyet içerisinde sansür uygulanan, ahlaksız görülen ya da müstehcen görülen şeyler genelde kadın bedeni üzerinden şekilleniyor. Çünkü biz ataerkil bir toplumda yaşıyoruz. Genel olarak dünyada birçok toplumda ataerkil bir şekilde yaşıyor ve kadınlar ikinci bir cinsiyette

hayatlarını sürdürüyorlar.

Cevap 8: Mutlaka vardır özellikle kitapların sansürlendiği çok olmuş, siyasi içeriklerle ilgili eserler de çok sansüre uğrar ama şu an isim olarak belirtemem, aklıma gelmiyor.

Cevap 9: Evet, erkek sanatçılara kıyasla daha çok uygulanıyor.

Cevap 10: Olumsuz bir etki yapar. Bu tür yasaklamalar sanatçılar ve topluluklar üzerinde baskıyı arttırır ve işlevselliği azaltır, üretmeyi azaltır. Dolayısıyla sanatın topluma verebileceği şeyleri azaltır. Sadece isminden dolayı bazı insanlara müstehcen geldiği için herhangi bir şeyin yasaklanması adaletsiz bir yaklaşım olur.

Cevap 11: Bence esere daha çok ilgi duyulur ve insanlar bunu legal olmayan yerlerde ya da legal olmayan yollardan izlemeye, okumaya, elde etmeye daha çok yönelirler. En temelde toplumsal bir farkındalık yaratmak gerekir. İnsanlarda bu bilincin oluşması gerekir. Toplumda daha kendini tamamlamamış belli bir olgunluğa erişmemiş kişilere siz bu oyunları izletirseniz meseleyi sadece cinsellik olarak yorumlar ve bu da asıl ahlaki yozlaşmayı oluşturur. Bunun için bu kavramların anlaşılır hale gelmesi gerekli önce. Bu da eğitimle olacak. Her zaman başka bir çözüm düşünülebilir, yasaklamak kolay olandır.

Cevap 12: Biraz önce dediğim gibi önce farkındalık oluşturmak gerekiyor ve bunun olması için eğitim seviyesinin yükselmesi gerek. Okuyan, araştıran bir nesil olursa bir şeyler gelişir, değişir. Sanat her şeydir. Sanatta sansür olmamalıdır. Size de teşekkür ediyorum çok güzel bir çalışma, umarım başarıya ulaşır.

K4: Kadın, 25 yaşında, Eğitmen

Cevap1: Oyunu izlemedim fakat oyunla ilgili bilgi sahibiyim.

Cevap 2: Bizzat sansür konusuyla alakalı bir görüşme yapmamış olsam da kadın temsili ve toplumsal baskı üzerine yapılan bir atölye çalışmasına katıldım.

Cevap 3: Toplumun ne yazık ki hala kadın bedeni üzerinden açıkça düşüncelerini ifade edemediğini düşünüyorum. Vajina kelimesinin kullanılması tek başına bile birçok insanın rahatsız olması için yeterli. Oyun aslında kadınların hayat deneyimleri üzerinden bir anlatı sunuyor fakat insanların bu gerçeklere bile tahammülü yok.

Cevap4: Sanatın görevi, görünmeyeni gösterme cesaretindedir. Sanatçı da bize

bunu sunar. Eğer bir kelime yasaklanıyorsa burada düşünce özgürlüğüne yapılan bir saldırı var demektir.

Cevap5: Elbette verilmelidir. Verilmemesi için bir sebep mi var? Oyunlar sadece sahne değil birçok için terapi gibidir. Kadınların sesini duyuracakları alanlardandır. Daha doğrusu sadece kadın demeyelim, insanların diyelim. Özgürleştiğimiz, nefes aldığımız alanlarda farklılıklarla var olmak varken böyle kısıtlamaların zarar verici etkileri olacaktır.

Cevap6: Kadın olmak başlı başına zor bazı toplumlarda ve bu toplumlarda kadınların daha çok içine kapandığını görüyoruz. Toplumsal görünürlükleri azalıyor bu da erkek egemen ifadelerin çoğalması demektir.

Cevap7: Evet, bunun toplumsal cinsiyetle ilgisi vardır. Şu an bu görüşmeyi yapma sebebimiz de açıkça bu durumu gösteriyor. Kadın hikayeleri çok kolay uygunsuz olarak ifade edilirken bunun tam tersi cinsiyet için durum daha farklı değerlendiriliyor.

Cevap8: Daha çok siyasi ve cinsiyetle alakalı eserlerin yasaklandığını düşünüyorum ama bununla ilgili şu an örnek oyun aklıma gelmiyor.

Cevap9: Tiyatronun kendi içinde kadın oyuncu- erkek oyuncu diye sınıflandırılıp özellikle kadın oyunculara sansür uygulandığını düşünmüyorum. Sansür genellikle dışarıda.

Cevap10: Nasılsa oyunum yasaklanır, buna sansür uygulanır düşüncesi oyuncuların veya sektördeki kişilerin o konulara girmemelerini sağlayabilir. Bu da oto-sansür demektir. Başlı başına ciddi bir mesele, sorun. Bu oto- sansür aşılmadığı için bir engellenme korkusu yaşıyor insanlar.

Cevap11: Bence engelleniyor olması her zaman daha çok dikkat çekmesini sağlar. Merak unsuru haline gelir ama aynı zaman da bir korku oluşturabilir. Yasaklanmış bir figürle ilgili konuşmak, onu gündeme getirmek bile yine cesaret istiyor.

Cevap12: Kollektif bir harekete ihtiyaç var. Sadece sanatçıların seslerini duyurmaya çalışmasıyla olmaz izleyicilerin de itiraz etmeleri gerekiyor. Bir dayanışma olası gerekli. Bu olmazsa sansür kurumsallaşır.

K5: Kadın 30 Yaşında, Tiyatro Oyuncusu

Cevap 1: Oyunu biliyorum, metni okudum ama izlemedim.

Cevap 2: Tiyatro yaparken sansürle çok karşılaşıyoruz. İstediğimiz salonu bulamamak, sponsor desteğini alamamak veya sizden daha bilindik

isimlerin oyunu için oyun tarihin değişmesi gibi unsurla karşılaştığımız için sansürü deneyimlemiş oluyoruz.

Cevap 3: Vajina korkulacak bir kelime değil, hepimiz oradan çıktık. Bazı kesimlerde panik oluşturuyor ama bu kelime ile ilgili değil aslında. Kadının konuşması, var olması tehlike anlamına gelir. Erkek egemen bir coğrafyada yaşıyoruz, bir güç savaşı olarak kendilerine kadınları seçmişler.

Cevap 4: Bir varlığı sansürleme çabasıdır. Kelimeler, düşüncelerimizin yansımasıdır. Siz düşüncelerinizi söylemeye çalıp engellenirseniz bu kelimeye yapılan engel değil sizin varlığınıza bir engel demektir.

Cevap 5: Evet verilmelidir çünkü bu insanların anlatma hakkıdır. Susarsanız toplum daha karanlıklaşır anlattıkça paylaştıkça öğreniyoruz.

Cevap 6: Kadınlar zaten tarih boyunca bu mücadeleyi vermiş. Sahnede bile bunu yapamıyor olmak iyice kadının görünmesini engellemektir.

Cevap 7: Evet, sansür eril bir harekettir. Erkeklerin yazdığı veya oynadığı daha sert ifadeleri içeren oyunlar varken kadınların anlattıkları ayıp olarak görülüyor. Toplumsal cinsiyet farkını sanatta uygulamaya çalışmak çok daha farklı bir boyut. Bunu anlayamıyorum, neden kadının söyleyecekleri ayıp veya cinsellikle bağdaşıyor? Ayıp, kadının bunu anlatmak istemesinde mi yoksa bu yapılanda mı bunu birbirinden ayırmak gerekli.

Cevap 8: Geçen yıl oynamak istediğimiz bir oyun vardı: kadına şiddeti anlatıyordu. Toplumda provokasyona neden olur gerekçesiyle sahnelememize müsaade etmediler. Yaşanılanların anlatılıyor olmasını doğru bulmadılar galiba.

Cevap 9: Ne yazık ki evet. Özellikle sahnede kadın bedeni varsa arzunun ve travmanın yansıtılıyor olması hemen rahatsız edici oluyor. Kadınlar anlatıcı olarak değil de orada bir figür olarak kabul edilmiş durumda. Bunu doğru bulmuyorum.

Cevap 10: Bazen biz bile bu metin oynatılır mı acaba diye düşünüyoruz. Bu da yaratıcılığın önüne geçiyor. Oto-sansür maalesef çok yaygın bir halde. Düşünceyi kısıtlıyor, özgün olamıyoruz.

Cevap 11: Sansür kısıtlayıcılıktır ve bunun nedenini insan öğrenmeye çalışır çünkü merak eder. Bence daha dikkat çekici hale getiriyor o eseri. Sansür yerine yaş sınırı getirilebilir, içerik uyarısı olabilir. Sansür kesinlikle çözüm değildir.

Cevap 12: Bağımsız tiyatrolar, oyuncular, izleyiciler aynı şeyi söylemeli ve birbirlerine destek olmalı. Sansürlenen bir sonraki oyun bizim oyunumuz olabilir ve bunun olmaması için çalışmalıyız.

K4: Erkek, 45 Yaşında, Tiyatro Oyuncusu

Cevap 1: Hayır, oyunu izlemedim ancak kamuya açık tartışmalar oluşturduğu için gündeme gelmiştir. İçeriğine oradan hakimim.

Cevap 2: Yeni medya ve medya sansürüne dair eğitim almıştım ve bunun üzerine bir yazım var.

Cevap 3: Bu oyunun yasaklanmasının en önemli sebebini ideolojik olarak değerlendiriyorum. Toplumun belli kesimlerinde cinsellik bir tabu halindedir. Bu tabular da ahlak kisvesiyle korunuyor. Siz üzerine söz söylemek istediğinizde ahlaksız oluyorsunuz.

Cevap 4: Dilde başlayan engel, düşünceye kadar büyür. Kelimeler, kavramsal özgürlüktür. Kavramların çoğaltılması gerekli. Engeller hiçbir zaman toplumu ileriye taşımaz. Bu toplumun özellikle gençlerimizin daha çok okuyup öğrenmesi gerekiyor.

Cevap 5: Elbette verilmeli. Bireyler neyi izleyip izlemeyeceklerini kendileri seçebilir buna müdahalede bulunmak siz doğruyu yanlışı ayırt edemiyorsunuz demektir. Buna kimse müdahale etmemeli.

Cevap 6: Bu toplumda sadece erkekler yaşamıyor, kadınlar da yaşıyor onları görmezden gelmek doğru değildir. Bu engeller toplumsal eşitsizliğe neden olur.

Cevap 7: Sansür çoğu zaman mevcut gücü sürdürme çabasıdır. Bu bence orantısız bir güçtür. Erkek merkezli değerler normal, kadın merkezli değerler anormal olarak görülmemelidir. Cinsiyet, belirleyici olmamalıdır.

Cevap 8: Haldun Taner'in eserleri zamanında engellenmiş ama şimdi birçok tiyatro toplulukları bu oyunları sergiliyor ve destek görüyor. Zamanında yapılan benzer yanlışlar bugün de maalesef yapılıyor. Belki Vajina Monologları da tekrar oynanır.

Cevap 9: Sahnede kadınların daha çok sansüre uğradığını düşünmüyorum ama kadınlar üzerinden daha çok sansür söylemleri yapılıyor. Aslında her iki oyuncu da sahne performanslarında eşitler ama işin içinde kadın olunca hassasiyet daha fazla oluyor.

Cevap 10: Oto- sansür oluşturuyor. Bu da sanatçıların risk almasını engeller. Yeteneklerin sınırlandırılmaması gerekir.

Cevap 11: İki türlü etki oluşturabilir: İlgi çekici, ürkütücü. Yasaklı olduğu için daha çok göz önüne çıkmasını sağlar diğer yandan toplumda bir suskunluğu sağlar.

Cevap 12: Önce toplumun eğitilmesi gerekli. Toplum bilinçlendikçe düzen değişir. Bunun da ilk şartı eğitimden geçer. Sanatçılar, eğitimciler birlik olmalıdır. Oyunları yasaklamak yerine yaş sınırı getirilebilir. Birçok oyunda yaş sınırı var. Belki tekrar bu gözden geçirilebilir.

K6: Erkek, 36 Yaşında, Tiyatro Oyuncusu

Cevap1: Hayır izlemedim ama izlemeyi isterdim.

Cevap 2: Şu an Müzik ve Sahne Sanatları üzerine yüksek lisans yapıyorum. Üniversite kapsamında gerçekleşen bir konuşmaya katılmıştı. Sadece tiyatroda değil yaşadığımız hayatta da çok fazla sansüre maruz kaldığımız için konu fazlasıyla tanıdık geliyor.

Cevap 3: Kültürel bir algıdan kaynaklı rahatsız oluş söz konusu. Kadının sözüyle, kadının bedenini dinlemek istemiyorlar. Aslında mesele vajina kelimesi değil, o sahnede anlatılan yaşamlar fakat insanlar bunu görmekten kaçıyorlar. Gerçekleri görmeye daha çok fark etmeye hazır değiller. Bu onlar için bir utanç kaynağı çünkü. Kendi gerçekliklerinden kaçıyorlar yoksa bir kelime neden bu kadar korkutucu olsun.

Cevap 4: Toplumun bu konuda çok yol alması gerekli. Sahnede ‘’penis’’ derken kimse garipsemiyor veya bu kelimeyi kullandığınız için ahlaksız olmuyorsunuz da ‘’vajina’’ dendiğinde neden bu kadar insanlar geriliyor? İfade özgürlüğü olarak sayılmıyor mu kadının söylemleri? Bir kelimenin sansüre uğraması ve özellikle kadına ait bir kelime olması sansürün varlığıyla ilgili değil kadını kontrol etme çabasıyla ilgilidir.

Cevap 5: Evet, verilmelidir. Toplumsal dönüşüm yaşadığımız ve yaşayacağımız yerdir sahne. Sahne bu dönüşümden korkmuyor ama bazıları kadınların kendi bedenine dair deneyimlerini korkulacak bir şeymiş gibi göstermeye çalışıyor. Oysa sahne şifadır.

Cevap 6: Bu kadının daha da görünmez olmasını sağlar. Yapılan kısıtlamalar; biz, sizi yok sayıyoruz demenin sanatsal yolunu oluşturur.

Cevap 7: Tam olarak cinsiyetle ilgilidir. Sanatçı cinsiyete takılmadan sanatını icra etmeye çalışıyor ama uygulanan sansür kadın anlatıları ve kadına dair söylemleri görmezden geliyor.

Cevap 8: Ferhan Şensoy'un oyunlarını örnek gösterebilirim.

Cevap 9: Kadın olması yeterli bir sebep bunun yanında ideolojik sebepler de çıkınca sözler söylenmeden susturulmaya çalışılıyor.

Cevap 10: Bunlar üretimi boğan şeyler. Ben yine ideoloji ile ilgili olduğunu düşünüyorum. Çeşitlilik azalıyor tekdüzelik artıyor.

Cevap 11: Bir konuda dikkat çekmek istiyorsanız ona engel koymalısınız. Bu sayede daha geniş kitlelere hitap edebilirsiniz.

Cevap 12: Birçok alternatif çözüm düşünülebilir. Engellemek, yasaklamak sorunu çözmez sadece erteler. Hedef kitle belirlenir ve onun konu hakkındaki fikirleri ile görüşmeler yapılır. Eğitimden kesinlikle yoksun olunmamalı.

K7: Kadın, 56+ Yaş, Tiyatro Oyuncusu, Yönetmen

Cevap 1: Oyunu izlemedim ama oyunu biliyorum. Kadınların yaşadıkları sorunları anlatıyordu. Bir dönem çok gündem olmuştu.

Cevap 2: Akademik çalışmada bulunmadım. Sansürü, yaşayarak deneyimlediğimiz için her gün yeni bir şey öğreniyoruz.

Cevap 3: Bu bir dönem sorunu ve çok net olarak kadına ''sus'' demektir. Erkek egemen toplumlarda kadının rahat bir şekilde kendi kimliğine, cinsiyetine dair düşünmesi istenmez. Kadın, arka planda kalmalıdır hep bir adım geride izlemelidir. Açık konuşmak gerekirse toplumda bu tür oyunlar rahatsız edici oluyor. Kültürel yapı, aile değerlerimiz, geleneklerimiz, öğretilerimiz bize bunların ulu orta konuşulmaması gerektiğini öğretti ve siz bu değerleri görmezden bir şey yapmak istediğinizde toplumun ahlakını bozuyor oluyorsunuz. Halbuki ''vajina'' huzursuz edici bir kelime değildir.

Cevap 4: Toplum önünde özellikle tiyatroda bu kelimelerin kullanılmasını sınırlandırmak ifade özgürlüğünü yok saymaktır. Vajina kelimesi tıp kavramıdır, bir bedenin parçasıdır ve bu kelimeyi rahatça kullanabilirim. Biz sahnede hayatı canlandırıyoruz. Sahne farklı bir yerdir ve sahneye çıkmanın söz söylemin de adabı vardır. Bu farklı bir şey, onu engellemek, engellerken ahlaksız ve toplum düzenini bozuyor demek

farklı bir şey.

Cevap 5: Elbette izin verilmeli. İnsanların artık alışması gerekiyor. Tiyatro, toplumda bastırılan şeyleri açığa çıkarır. Rahatsız oluyorsanız orada bir yanlışınız var demektir. Toplumun hala görmezden geldiği, bastırdığı çok konu var. Bu konular konuşuldukça anlam kazanacak, halının altına süpürmekle biz çözüm olmaz. Önce kendi öğretilerimizle yüzleşmemiz gerekiyor. Sanat tam da bunun için var. Acı ama yaşanmış hikayeler var bu ülkede. Gencecik çocuklarımızın, kadınlarımızın haberlerini çok gördük televizyonda, sosyal medyada. Şimdi siz bunları konuşmak yerine ‘‘vajina’’ kelimesinin peşine düşerseniz olmaz.

Cevap 6: Şiddeti normalleştirmek diyebiliriz. Kadını susturmak, onu görmezden gelmeye çalışmaktır. Sansür yalnızca sahnede değil günlük hayatta da kadının sesini kısmaya çalışıyor. Toplumda kadını ayrıştırmak doğru değildir. Cinsellik, beden, kimlik bunlar çok rahat konuşmamız gereken şeyler. Konuşulmaması tehlikelidir.

Cevap 7: Sansür, azınlık olanları hedef alıyor. Toplumda kadının belli rolleri var ve bu roller dışına çıkıyor olmasını kabul etmek istemeyen bir çevre var. Bir kadının sahneye çıkıp kendini anlatması tehdit oluyor onlar için.

Cevap 8: Birçok örnek var aslında ama Şahları da Vurular’ı söylebilirim. Ferhan Şensoy’un tehdit almasına rağmen yine de oyunu gösterimden kaldırmamıştır. Ne yazık ki sonrasında sahne yakılmıştır.

Cevap 9: Kadın anlatıları daha çok sansüre uğrayabilir ama tiyatro alanında kadın veya erkeğin arasında fark olduğunu düşünmüyorum. Sahne herkese eşittir. Kimseyi cinsiyet boyutuyla değerlendirmez.

Cevap 10: Bu ciddi bir oto-sansür oluşturur. Sanatçını kendini sınırlandırmasına neden olur. Özellikle bizden sonra bu yolu devam ettirecek gençlerimiz için güç kırıcı olabilir. Daha yolun başında bu baskıyı hissetmeleri onlar için daha yorucu olabilir.

Cevap 11: Eserin sansüre uğraması onu daha popüler hale getirebilir ama mesele bu değil. Eserin hedef haline getirilmesi aynı zaman da o sanatçıyı ve emeğini itibarsızlaştırmak olur. Alternatif yollar bulunmalıdır. İçerik bilgilendirmesi yapılır, yaş sınırı getirilir gerisi seyircinin tercihidir. Bu tercih hakkını da seyirci yapmalıdır.

Cevap 12: Sansürün olduğu yerde gerçeklik yok edilir. Bu yüzden üretmeye, anlatmaya her zaman devam edilmelidir. Toplum bilgilendirilmelidir.

Hem halk hem sanatçı birbirine destek olmalıdır. Ben İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuar Tiyatro Bölümü mezunuyum ve Yıldız Kenter'in son dönem öğrencisiydim. Hocalarımızdan öğrendiklerimizi şimdi biz öğretiyoruz. Sabahattin Kudret Aksal, Melih Cevdet Anday gibi çok kıymetli hocalardan ders aldık ve o dönemde de sanat eserleri çeşitli sebeplerle engellenmeye çalışılıyordu ama bu sanatın ruhuna aykırıdır. Sanat, her zaman bir yol bulur.

K8: Kadın, 34 Yaşında, Tiyatro İzleyicisi

Cevap 1: Oyunu izlemedim ve oyun içeriğini bilmiyorum.

Cevap 2: Sansür üzerine hep konuşuyoruz ama akademik çalışma da bulunmadım.

Cevap 3: Oyunun içeriğine hâkim değilim ama isminden yola çıkacak olursam toplumun genel ahlak anlayışına uygun bulunmamış olabilir. Halkın büyük bir kısmı ''vajina'' kelimesinin bu kadar açık söylenmesinden hoşlanmıyor olabilir. Aile değerlerimizde, kültürümüzde bu konular daha mahrem olarak kabul edilmiştir.

Cevap 4: Bu tür kelimelerim halka açık alanlarda tiyatro veya kitlesel yerlerde kullanılmasının sınırlı hale gelmesi bence ifade özgürlüğüne engel değildir. Her yerde açıkça dile getirilmemeli.

Cevap 5: Daha özel alanlarla oynanabilir ama kamuya açık sahnelerde veya sanat etkinliklerinde oynanmasını doğru bulmuyorum. Bazı kavramlar mahremiyettir ve bu mahreme saygı duyulmalıdır. Halkın değerlerine dikkat etmek gerekli diye düşünüyorum.

Cevap 6: Burada dikkat çekmek istediğim bir şey var. Her anlatısı doğru değildir ve bunu cinsiyete dayalı doğru veya yanlış diye sınıflandırmak olmaz. Bir kadın da anlatabilir bir erkek de. Bireysel ifade özgürlüğü diye düşünülüp içinde toplumun ahlak yapısını zedeliyorsa, aile yapısına uymuyorsa veya dini değerlerine bir saldırı varsa bu özgürlük olmuyor. Böyle olunca da zarar verici hale gelir.

Cevap 7: Ben kadın veya erkek fark etmeden kamusal alana etkisiyle alakası olduğunu düşünüyorum. Erkeklerin anlattıkları da sansüre uğrayabilir. Bu cinsiyetle ilgili değil. Kadınların cinselliği daha fazla sansür görüyor olabilir. Bu da toplumun duyarlılığı, hassaslığı ile ilgili.

Cevap 8: Televizyon dizileri ya da bazı filmler var. İçeriklerinden dolayı kısıt-

lanıyor. Bence toplumun değerlerini zedeleyici içerikler sansürlenmeli. Televizyon dizilerinde de görüyoruz özgürlük adı altında toplumun yapısını değiştirmek istiyorlar.

Cevap 9: Kadınlar, her zaman daha güçlüdür. Tiyatroda ve sinemada da çok başarılı kadın oyuncularımız var. Sorun kadın olması değil, içeriğinin uygun bulunmaması olabilir.

Cevap 10: Sansür, düşünüldüğü kadar kötü değildir. Herkes istediğini yapmamalı bir düzeni ve kuralı olmalı. Böylece herkes sınırını bilmiş olur. Kimse kimseye karışmadan saygıyla izler, dinler.

Cevap 11: Bazı içerikler tamamen yasak olabiliyor ya da yasak olup sonradan meşru hale gelebiliyor. Elbette çözümler üretilebilir mesela bazı içerikler filtrelenmeli veya yaş sınırı olmalı.

Cevap 12: Bizim kendi kültürümüzde sanatın da sınırı vardır. Bazı şeylerin özenmekten oluştuğunu düşünüyorum. Sansürün neden yapıldığını bilip bunu anlayabilirsek ve bir sonraki çalışmaları ona göre yaparsak sansür sorunu çok karşımıza çıkmaz.

K9: Erkek, 40 Yaşında, Tiyatro Oyuncusu

Cevap 1: Oyunu biliyorum ama izlemedim.

Cevap 2: Daha önce sansür üzerine çalışmada bulundum.

Cevap 3: Çok fazla kutsalımız var ve bu kutsallığın bozulması istenmiyor. Başlığın ne olduğunun önemi yok. Kadınların ses çıkarması kutsalın bozulması anlamına geliyor onlar için. Bu yüzden kadının kendi bedenini anlatması doğru bulunmuyor.

Cevap 4: Konuşamadığımız için sorun yaşıyoruz. Her şeyi konuşabilsek sorun ortadan kalkmış olacak. Konuşulmuyor olması engelleniyor olması bir korku oluşturuyor. Bu da benzer eserlerin verilmesine neden olur. Tek tip eserler ortaya çıkar.

Cevap 5: İzin verilmeli, uygunsuz olduğunu düşünüyorsanız izlemezsiniz. Toplumda neyi bastırırsanız o sorun daha büyüyerek karşınıza çıkar. Bir derdin anlatılması bile yasaklanıyor. Bu derdin olduğunu yok saymak istiyorlar ama toplumun gelişmeye ve kabul etmeye ihtiyacı var.

Cevap 6: Kadının daha az konuşuyor olmasına ve toplum içindeki eşitsizliğe sebep olur. Hak olan yüzde elli, yüzde elli. Toplumu yüzde elli kadın, yüzde elli erkek gibi düşünürsek eşit seviyede olmalıyız. Her anlam-

da eşit olmamız gerekirken bu engeller kadın eşitsizliği, kadının ötekileştirilmesine neden olur.

Cevap 7: Erkek egemen toplumumuz var. Bu erkek egemen toplum içerisinde yani kendi sosyokültürel yapımımızda bazı kelimeleri kolayca ifade edemiyoruz. Mesela ailemiz içerisinde bir kadın veya bir erkeğin çok rahatlıkla Vajina Monologları oyunundan bahsedebileceğini düşünmüyorum. Bunun da içinde dini baskılar var tabii ki de. Bu senin kültürel yapınla ilgili bir şey. Sosyokültürel yapısı çok yüksek bir aileden geliyor olması lazım ki bunu söyleyebilesin.

Cevap 8: Bizim ülkemizde çok var. Mesela Bülent Ersoy'un sahneye çıkması yasaklandı. Meclis onayıyla sahneye çıkabildi. Genco Erkal'ın tek kişilik oyunu yasaklanmıştı. Birçok oyun, sinema filmi var bunlar gibi.

Cevap 9: Tam olarak kadının anlatması ya da erkeğin anlatması değil, anlatılıyor olmasına sansür uygulanıyor. Kadın ve erkek sanatçılar eşit düzeyde sansüre maruz kalıyor.

Cevap 10: Bu tür yasaklamalar yaratıcılığa engeldir. Bir sanat eserini kısıtlamamak gerekiyor. Sonra suya sokunsa buna dokunmayan sanatçılar oluşuyor.

Cevap 11: Bugün sansürlersin belki beş yıl sonra Türkiye'nin her yerinde oynanır. İktidarda olanın yapmadıklarını gösteren şey sanat ve sanatçıdır yani. Neyi yapmıyorlarsa onu gören kişidir sanatçı ve onu eleştirme hakkının olduğunu düşünüyorum. Yasaklamak çözüm değildir.

Cevap 12: Bir isim yüzünden ya da bir konu yüzünden sansüre uğramış olabilirsin. Hiçbir önemi yok. Sen anlatmak istediğin her şeyi istediğin şekilde anlatabilirsin. Eğer anlatmak istediğin şey toplum içindeki durumsa o ismi değiştirirsin, konuyu değiştirirsin ama yine de anlatırsın. Yasaklamak yerine halka ulaştırmanın yolları aranmalı.

K10: Kadın, 28 Yaşında, Akademisyen, Tiyatro Oyuncusu

Cevap 1: Daha önce vajina monologları oyununu izlemedim.

Cevap 2: Sansür kavramına dair daha önce akademik ve profesyonel bir çalışma yapmadım.

Cevap 3: Vajina monologları oyununun yasaklanmasının temel nedenleri olarak politik ve ideolojik farkların kadın bedenine ve cinselliğine dair yargı oluşturması olarak görüyorum.

Cevap 4: Vajina kelimesinin ya da herhangi bir kelimenin yasaklanıyor olması kısıtlanıyor olması sanatta özgürlüğü engelleyen bir uygulamadır. Bu nedenle doğru bulmuyorum.

Cevap 5: Vajina monologları gibi oyunlara izin verilmeli bu ve benzeri oyunların alt metni bazı tabuları kırar. Özgür düşünce sanatın temelinde yer alır.

Cevap 6: Kadın anlatılarının sansüre uğraması toplumsal cinsiyet eşitliğine zarar verir. Sansürün uygulanması cinsiyete set çekmektir.

Cevap 7: Sansürün cinsiyetle ilgili olduğunu düşünmüyorum ama erkek egemen toplumlarda kadın söylemlerinin daha zor yapıldığına şahit oluyoruz. Sanat, herkese eşit mesafededir. Sanatın ve sanatçının önünde engel olarak duran, bunu cinsiyet olarak algılamamızı sağlayan bir yapı var. Kadın üzerinden engel olmaya çalışıyorlar.

Cevap 8: Duygu Asena, Aziz Nesin gibi isimlerin eserleri sansürlenmiştir, kısıtlanmıştır. Duygu Asena'nın ''Kadının Adı Yok'' kitabını okudum. Erkek egemen bir toplumda sınırları çizilen düzen içinde yaşayan kadınların sorunları anlatıyor ama nedense kitap uygun bulunmuyor ve toplatılma kararı alıyor.

Cevap 9: Kadın sanatçıların tiyatro alanında daha fazla sansüre uğrayıp uğramadığı konusunda kararsızım. Bence iki cinsiyetin de yaşadığı zorluklar vardır. Tiyatrodan ziyade toplumda bir eşitsizlik söz konusu.

Cevap 10: Kısıtlamak yerine alternatif yöntemler geliştirmeye çalışmalıyız çünkü eseri kısıtlamak sanat algısını değişir anlamı ve manayı değiştirir. Bu da o eserin özgünlüğünü yok eder. Konuşulması bile ayıp karşılanan kavramlarla ilgili önce toplum bilinçlendirilmeli. Bunun ayıp diye ifade edilecek bir şey olmadığını kabul etmeli insanlar. Belli ölçüde sınır konulabilir bunu yanlış bulmuyorum. Yaş sınırı olabilir, içerikle alakalı belli düzenlemeler yapılabilir ama engellemek, yasaklamak daha merak edilmesini sağlar.

Cevap 12: Sanatta sansüre karşı toplumsal farkındalık kazandırılabilir. Sanatı halkın sesi olarak görülüp çalışmalar yapılabilir. Üniversite kulüplerinde öğrencilerle faaliyetler yapılabilir. Etkinlikler düzenlenebilir.

4.2. Derin Mülakat Dokümanlarının Analiz Süreci

Bu analiz, Vajina Monologları vakası üzerinden sansürün yalnızca bir ya-

saklama eylemi olmadığını aynı zamanda toplumsal cinsiyet normlarıyla da ilişkisini ortaya koymuştur. Aşağıda maddeler halinde görüşmelerden elde edilen sonuçlar sıralanmıştır.

- Katılımcıların çoğu sanatın sansürle sınırlandırılmasını doğru bulmadığını ifade etmiştir.
- Sanatı sansürle sınırlandırmanın bireysel ifade özgürlüğüne uygun olmadığını belirtmiştir.
- Ortaya çıkan ve en dikkat çeken sonuçlardan biri oto-sansür kavramıdır.
- Katılımcılar, kadın ve vajina kelimesinin tabu olarak sayıldığını düşünüyor.
- Sansürün sadece otorite figürleriyle yapılmadığını aynı zamanda seyircilerin de bu sansüre ortak olduğunu söylüyor.
- Sansürün özellikle kadın bedeni ve cinselliği üzerinden yapıldığı düşüncesi hâkim
- Sanat yalnızca bir estetik zevk olarak görülmüyor, toplumda iyileşme ve farkındalığın oluşmasına katkı sağlıyor.
- Kadın sanatçıların ve kadın anlatılarının sansüre uğraması erkek sanatçılara göre daha fazla olduğu düşünülüyor.

Çözüm Önerileri

- Toplumsal farkındalık kazandırılmalı
- Eğitim seviyesi yükseltilmeli
- Sanatçı, özgür olabilmeli
- Sansür yerine yaş sınırı getirilmeli
- Tabu olarak görülen kavramlar için daha sağlıklı iletişim kurulmalı.
- Kadın sanatçılara yönelik destek çalışmaları yapılmalı.

SONUÇ

Bu çalışma, *Vajina Monologları* oyunu özelinde kadın anlatılarının sansürlenmesini feminist kuramlar çerçevesinde ele alarak, sansürün toplumsal cinsiyetle ilişkisini ortaya koymuştur. Kadınların bedenleri ve deneyimleri üzerinden oluşturdukları anlatıların, toplumsal normlara tehdit oluşturduğu varsayımıyla sansüre uğraması, ataerkil sistemin sürekliliğini sağlamaya yö-

nelik bir strateji olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda, sansür yalnızca bir yasaklama aracı değil, kadınların görünürlüğünü ve söz hakkını sınırlandıran ideolojik bir araç olarak değerlendirilmelidir. Kadın bedenine ve kimliğine ait deneyimler kamusal alanda bir tehdit unsuru olarak algılanmıştır. ‘’Ahlaki yapının bozulması, geleneğe aykırılık’’ ifadelerinin altı çizilerek toplum tarafından kadın ve kadının cinselliği tabu haline getirilmeye çalışılmıştır. İfade özgürlüğünün kısıtlanması, sanata uygulanan sansür mekanizması meşrulaştırılmaya çalışılmıştır.

Kadınlar, tarihin ilk dönemlerinden beri görünür olmaya çalışıyor. Farklı dönemlerde veya farklı ülkelerde olması fark etmiyor. Kadının varlığı yine erkek egemen bir sistem tarafından belirlenmeye çalışılmıştır. *Modern Avrupa'nın erken dönemlerinde kadınların erkek kılığına giren ve başkalarını erkek olduklarına inandıran bazı kadınlar oldu* (Baird,2001). Güvenli seyahat etmek, erkeklerin özgürlüklerinden pay almak istemek kadınlara farklı çözümler üretmiştir. Fakat bu durumun anlaşılması halinde idama gidecek kadar sert cezalar veriliyordu çünkü erkekliğin toplumsal gücünü kullanmak büyük suç sayılıyordu. Bugüne baktığımızda ise kadının kendi bedenine ait bir parçasından bahsetmesi toplum için tehlikeli bir hal alıyor. Gelecekte yapılacak çalışmalar, farklı kültürlerde kadın anlatılarının sansürlenme biçimlerini karşılaştırmalı olarak ele alarak bu mekanizmaların küresel düzeyde nasıl işlediğini daha kapsamlı biçimde ortaya koyabilir.

Vajina Monologları oyununun sahnelenmesine yapılan kısıtlamalar sadece bir tiyatro oyununa yapılmış müdahale değildir, kadının kendi hayatına dair söz söyleme hakkına da engel olmak demektir. Bu sesleri susturmak toplumsal düzeni korumak değil, sistemin çizdiği sınırlar içinde kalmaktır. Eve Ensler, *Vajina Monologları* ile dünyanın farklı yerindeki birçok kadına ulaşmıştır. Kadınlara ve kız çocuklara yönelik şiddeti durdurmak için V-Day adında bir aktivist hareket başlattı ve yılın belirli dönemlerinde etkinlikler yapılıyor. 2005 yılında da Brüksel'de düzenlenen etkinlikte: *Vajina Monologları'nı Türkiye'de sahneye koyan Almula Merter, oyunun yazarı Eve Ensler tarafından seyircilere 'Cesur yüreğimiz' diye tanıtıldı.* Her yıl 1 Şubat ile 30 Nisan arasında dünya çapında etkinlikler yapılmaya devam ediyor. Elde edilen gelirler daha çok kadınlara yönelik sığınma evlerine bunun yanı sıra tecavüz kriz merkezlerine fayda sağlıyor. Kadınların anlatıları ne kadar engellenmeye çalışılsa da sanat kendine mutlaka bir yol bulacaktır.

KAYNAKÇA

Arslan, Z. (2015). Sanat ve ifade özgürlüğü: Türkiye'de tiyatroda sansür uygulamaları, Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, İstanbul

Berktay, F. (1995). *Tek Tanrılı Dinler Karşısında Kadın,* Metis Yayınları

Bacharan, N. (2013). *Kadınların En Güzel Tarihi,* (Çev. Y. Dalar), Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları

Butler, J. (1990). Gender Trouble. Routledge

Baird, Vanessa (2001). *Cinsel Çeşitlilik, Yönelimler, Politikalar, Haklar ve İhlaller* (Çev.H. Doğan). Metis Yayınları, syf: 57

Ensler, E. (2006). *Vajina monologları*, (Çev. A. Merter,). Pegasus Yayınları.

Ensler, E. (2006). *Vajina monologları, Sıkı vücutlar*. (Çev. A. Merter,). Pegasus Yayınları.

Ensler, E. [TED]. (2010, Nisan 19). *Happiness in body and soul* [Video]. YouTube. Erişim adresi:https://www.youtube.com/watch?v=example. Erişim tarihi: 12 Nisan 2025

Çelik, E. (2016). *Türkiye'de tiyatroda kadın anlatıları ve sansür: Eleştirel bir yaklaşım,* Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Kaya, D. (2020). *Türkiye'de sanatta sansür ve kadın temsili: Vajina monologları örneği,* Doktora tezi, Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi, İstanbul

Gürey, B. (2016). Bir milyar ayaklanıyor. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 9(17), 69–81.

Yılmaz, B. (2021). Toplumsal cinsiyet ve sansür: Kadın anlatılarının sınırlandırılması üzerine bir değerlendirme. *Kadın Çalışmaları Dergisi*, 15(1), 78–95.

https://www.vday.org/about-v-day/#.WPozHWkrJaQ Erişim Tarihi: 24 Mart 2025

https://www.randomhousebooks.com/ Erişim Tarihi: 24 Mart 2025

"Bir V-Day Etkinliği Düzenleyin".V-Day. Erişim tarihi: 2 Nisan 2025

https://www.hurriyet.com.tr/kelebek/vajina-monologlari-icin-buyuk-bulusma-314892 *Erişim Tarihi: 5 Mayıs 2025*

https://yesilgazete.org/vajina-monologlari-2012/ Erişim Tarihi: 5 Mayıs 2025

Zehra ÇAKMAKKAYA
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
zhrcakmakkaya@gmail.com

VAKA ADI:

GENÇLERİN SOSYAL MEDYA KULLANIMININ RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ: ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNE BİR VAKA ANALİZİ

PROBLEMİN TANIMI

1. Üniversite öğrencilerinin yoğun sosyal medya kullanımı, bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinde dalgalanmalara neden olmaktadır.
2. Sosyal medya platformlarında geçirilen zaman arttıkça yalnızlık, anksiyete ve depresyon gibi ruh sağlığı sorunlarının arttığı gözlemlenmektedir.
3. Öğrencilerin sosyal medyada sürekli olarak diğer bireylerle kendilerini karşılaştırması, benlik saygısında düşüşe yol açmakta ve psikolojik baskı hissetmelerine neden olmaktadır.
4. Sosyal medyada maruz kalınan siber zorbalık, beden algısı sorunları ve bilgi kirliliği gibi faktörler, öğrencilerin ruhsal bütünlüğünü olumsuz etkilemektedir.

ÖZET

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıklarının ruh sağlığı üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Günümüzde sosyal medya, genç bireylerin gündelik yaşamlarında önemli bir yer tutmakta, bireyler arası iletişimi kolaylaştırmakta ve bilgiye erişimi hızlandırmaktadır.

Ancak sosyal medyanın yoğun ve bilinçsiz kullanımı, bireyin psikolojik iyi oluş düzeyini olumsuz etkileyebilmekte; kaygı, yalnızlık, depresyon ve benlik saygısında düşüş gibi çeşitli ruhsal sorunlara zemin hazırlayabilmektedir. Bu bağlamda gerçekleştirilen çalışma, İstanbul'da bir devlet üniversitesinde öğrenim gören ve aktif sosyal medya kullanan 50 lisans öğrencisiyle yapılan yarı yapılandırılmış görüşmelere dayanmaktadır. Nitel araştırma desenine uygun olarak yürütülen bu çalışmada, veriler tematik analiz yöntemi ile çözümlenmiştir.

Araştırma bulgularına göre, sosyal medya kullanım sıklığı arttıkça psikolojik baskı, dikkat dağınıklığı ve duygusal dalgalanmaların da arttığı gözlemlenmiştir. Özellikle sosyal medya aracılığıyla sosyal onay arayışı içinde olan bireylerde beğeni ve etkileşim odaklı kullanımın, benlik saygısında düşüşe yol açtığı anlaşılmıştır. Olumsuz temalar arasında "yoğun sosyal medya kullanımına bağlı kaygı artışı", "akademik performansa olumsuz etki" ve "gerçeklik algısında bozulma" gibi unsurlar öne çıkarken; olumlu etkiler kapsamında, sosyal medya üzerinden kurulan dijital dostlukların bireylerin yalnızlık hissini azaltabileceği ve kısa süreli kullanımda pozitif duygular yaratabileceği ortaya konmuştur. Katılımcıların öznel deneyimleri, sosyal medyanın ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin bireysel farklılıklar gösterdiğini, ancak özellikle aşırı ve karşılaştırmalı kullanımın psikolojik zararlar doğurabileceğini ortaya koymaktadır.

Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerine yönelik dijital medya okuryazarlığı eğitimlerinin verilmesi, sosyal medya kullanımının bilinçlendirilmesi ve ruh sağlığının korunmasına yönelik psikoeğitim programlarının yaygınlaştırılması önerilmektedir. Bu çalışma, sosyal medya ile ruh sağlığı arasındaki karmaşık ilişkiyi anlamaya yönelik literatüre katkı sağlamayı amaçlamakta ve nitel verilerle desteklenen çok yönlü bir analiz sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya, Ruh Sağlığı, Üniversite Öğrencileri, Nitel Araştırma, Tematik Analiz.

GİRİŞ

Dijitalleşmenin küresel ölçekte yaygınlaşmasıyla birlikte, bireylerin yaşam alışkanlıkları köklü bir değişime uğramış ve bu değişim özellikle genç nesiller üzerinde derin etkiler yaratmıştır. Sosyal medya platformları, yalnızca iletişim amacıyla değil; kimlik inşası, görünürlük sağlama, aidiyet hissetme, bilgiye ulaşma ve boş zaman değerlendirme gibi çok çeşitli nedenlerle günlük yaşamın ayrılmaz bir parçası hâline gelmiştir. Genç bireyler bu mecraları, hem bireysel

hem de sosyal anlamda kendilerini ifade etmenin bir aracı olarak görmektedir. Bu durum, sosyal medyanın bireylerin düşünce biçimleri, duygusal tepkileri ve karar alma süreçleri üzerindeki etkisini giderek artırmıştır (Şener, 2021). Özellikle sosyal medya kullanımının yüksek olduğu genç nüfus arasında sosyal medya, sosyalleşmenin ana kanalı, toplumsal olaylara tepki üretme aracı ve kültürel kimliğin sergilendiği bir alan olarak işlev görmektedir. Genç bireyler, sosyal medyada var olmanın yalnızca iletişimsel değil, aynı zamanda psikolojik bir ihtiyaç olduğunu düşünmektedir. Bu platformlar, gençlerin kendilerini daha özgür ifade ettikleri, çeşitli kimlik rolleri denedikleri ve sosyal normları yeniden ürettikleri sanal bir evren sunmaktadır (Cender & Kuş, 2024). Sosyal medya, aynı zamanda gençlerin benlik algısı, değer yargıları ve dünya görüşü üzerinde şekillendirici bir role sahiptir. Sosyal medya içerikleri aracılığıyla bireylere sürekli olarak çeşitli yaşam tarzları, başarı modelleri ve fiziksel görünüm standartları sunulmakta; bu durum da bireylerde karşılaştırma davranışını tetiklemekte ve psikolojik baskıya neden olabilmektedir (Atalay & Tamkoç, 2022).

Ruh sağlığı, bireyin duygusal, bilişsel ve sosyal işlevselliğinin dengeli olması durumunu ifade eden çok boyutlu bir kavramdır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ruh sağlığını yalnızca hastalığın yokluğu değil, bireyin kendi potansiyelini gerçekleştirebilmesi, stresle başa çıkabilmesi, üretken olabilmesi ve topluma katkıda bulunabilmesi durumu olarak tanımlamaktadır. Özellikle genç yetişkinlik dönemi, bireyin kimliğini oluşturduğu, hayata dair kararlarını şekillendirdiği ve dış dünyayla kurduğu ilişkilerin derinleştiği bir süreçtir. Bu dönem, bireyin hem psikolojik hem de sosyal gelişim açısından oldukça kırılgan bir evresidir. Bu nedenle genç yetişkinlerin ruh sağlığının desteklenmesi, toplumsal refah açısından kritik öneme sahiptir (Çağlayan & Arslantaş, 2023).

Genç yetişkinlik döneminde yaşanan sosyal medya deneyimlerinin, bireyin ruh sağlığı üzerinde olumlu ya da olumsuz etkiler yaratabileceği, yapılan pek çok çalışmayla ortaya konmuştur. Örneğin, sosyal medya platformlarında geçirilen uzun sürenin dikkat dağınıklığı, anksiyete, depresyon ve yalnızlık duygusunu artırdığı gözlemlenmiştir (Ayaz & Barış, 2024). Bununla birlikte, bireylerin sosyal medya üzerinden yaşadıkları beğeni alma, içerik paylaşma ve onaylanma gibi deneyimler de, benlik saygısını geçici olarak artırabilmekte; ancak bu durum sürdürülebilir bir psikolojik denge sağlamaktan uzaktır. Sosyal medya, bireylerin ruhsal ihtiyaçlarını karşılamaya çalıştıkları ancak çoğu zaman bu ihtiyacı daha da derinleştiren bir yapıya dönüşebilmektedir (Bulduklu & Koçak, 2021).

Araştırmanın Amacı, Kapsamı ve Önemi

Bu araştırma, üniversite öğrencileri özelinde sosyal medya kullanımının ruh sağlığı üzerindeki etkilerini çok boyutlu bir biçimde incelemeyi amaçlamaktadır. Sosyal medya, bireylerin günlük yaşantılarının ayrılmaz bir parçası hâline gelmiş, düşünsel dünyaları ve duygusal dengeleri üzerinde önemli bir etkiye sahip olmuştur. Bu bağlamda çalışmanın amacı, sosyal medyanın genç bireylerde yarattığı duygusal dalgalanmaları, kaygı düzeyindeki değişimleri, dikkat dağınıklığını, sosyal karşılaştırma davranışlarını ve genel psikolojik iyi oluşu nasıl etkilediğini ortaya koymaktır. Ayrıca çalışma, bu etkilerin öğrencilerin akademik başarıları, sosyal ilişkileri ve öznel yaşam doyumları üzerindeki yansımalarını da analiz etmeyi hedeflemektedir.

Araştırma, nitel veri toplama yöntemiyle, İstanbul'da bir devlet üniversitesinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin deneyimlerinden hareketle yapılandırılmıştır. Bu sayede, bireylerin sosyal medya ile kurdukları ilişkinin psikolojik derinliği daha açık biçimde ortaya konmuş ve bireysel ifadeler aracılığıyla sorunun öznel boyutları da gözlemlenebilmiştir. Bu çalışma, yalnızca sosyal medya bağımlılığına dair semptomatik değerlendirmelerle sınırlı kalmayıp, bireylerin sosyal medyayı nasıl deneyimlediklerini ve bu deneyimlerin ruhsal yapılarına nasıl yansıdığını analiz etmesi açısından alana özgün bir katkı sunmaktadır. Ayrıca araştırmanın bulguları, üniversitelerde ruh sağlığını destekleyici programlar, dijital medya okuryazarlığı atölyeleri ve sosyal medya farkındalık kampanyalarının oluşturulması açısından da yol gösterici niteliktedir (Ökten, 2023; Şener, 2021).

Araştırma Soruları

Araştırma kapsamında yanıt aranan temel sorular aşağıda sıralanmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım sıklığı ve süresi, ruh sağlıkları üzerinde nasıl bir etkiye sahiptir?
2. Sosyal medya kullanım amaçları ile bireylerin yaşadığı psikolojik duygudurum değişimleri arasında nasıl bir ilişki vardır?
3. Öğrencilerin sosyal medya deneyimleri, benlik algılarını ve özsaygı düzeylerini nasıl etkilemektedir?
4. Sosyal medya platformlarında geçirilen zamanın akademik ve sosyal işlevsellik üzerindeki yansımaları nelerdir?
5. Sosyal medya, genç bireyler için ruhsal anlamda bir destek aracı mı yoksa bir risk faktörü mü oluşturmaktadır?

Bu sorular aracılığıyla, sosyal medyanın üniversite öğrencileri üzerinde doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlaşılması, psikolojik iyi oluş açısından potansiyel risk alanlarının ve müdahale fırsatlarının belirlenmesi hedeflenmektedir.

Üniversite öğrencilerinin yoğun sosyal medya kullanımı, bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinde kayda değer dalgalanmalara yol açtığı üzerine yapılan çalışmalar, bu ilişkinin çok boyutlu olduğunu göstermektedir. Ayaz ve Barış (2024) tarafından yapılan bir incelemede, sosyal medya bağımlılığı düzeyi yüksek olan öğrencilerin psikolojik iyi oluş skorlarında düşüş gözlemlenmiştir. Bu durum, öğrencilerin sosyal medya platformlarında geçirdikleri süre ile ruh sağlığı arasındaki negatif korelasyonu ortaya koymaktadır (Çağlayan & Arslantaş, 2023; Ayaz & Barış, 2024). Ayrıca Cantürk ve Yüksel (2020), dijital medyanın gençlerin düşünme biçimlerini dönüştürürken; sosyal etkileşim beklentilerini de artırdığına, dolayısıyla psikolojik dayanıklılık üzerinde ek stres kaynakları oluşturduğuna dikkat çekmiştir. Arıcan ve Arıcı (2021) ise gençlerin dijital ortamlarda maruz kaldıkları içeriklerin, bireylerin kimlik ve inanç yapısını etkileyerek dolaylı yoldan psikolojik iyi oluşlarını da değiştirdiğini vurgulamıştır. Dolayısıyla sosyal medya kullanım yoğunluğu, sadece geçirilen zamanı artırmakla kalmayıp, bireysel algılardaki değişkenleri tetikleyerek psikolojik iyi oluşta dalgalanmalara neden olmaktadır (Çakmak & Müezzin, 2018; Ayaz & Barış, 2024).

Sosyal medya platformlarında harcanan zamanın artmasıyla yalnızlık, anksiyete ve depresyon düzeylerinin yükseldiği pek çok çalışmada raporlanmıştır. Çağlayan ve Arslantaş (2023), üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, sosyal medya bağımlılığı skorları ile depresyon ve kaçırma korkusu (FOMO) arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, öğrencilerin platformlarda daha fazla vakit geçirmesiyle yalnızlık hissinin güçlendiğini, dolayısıyla anksiyete ve depresyon risklerinin arttığını göstermektedir (Şahin, 2022; Çağlayan & Arslantaş, 2023). Aynı şekilde Ayaz ve Barış (2024), sosyal medya kullanım süresi ile ruh sağlığı göstergeleri arasında anlamlı bir ilişki tespit ederek; uzun süreli kullanımın özellikle pandemi döneminde (Şahin, 2022) yalnızlık ve depresyonu besleyen bir ortam yarattığını belirtmiştir. Bu durum, öğrencilerin dijital iletişim araçlarına bağımlılığının, psikolojik destek ve yüz yüze sosyal etkileşim ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kaldığı şeklinde yorumlanabilir (Taşğın, Bozgeyikli & Boğazlıyan, 2017; Çakmak & Müezzin, 2018).

Öğrencilerin sosyal medyada sürekli olarak diğer bireylerle kendilerini karşılaştırmaları, benlik saygısında düşüşe yol açmakta ve psikolojik baskı hissetmelerine neden olmaktadır. Atalay ve Tamkoç (2022), TikTok kullanan

gençlerde yaptıkları araştırmada, içerik tüketimi esnasında öne çıkan idealize edilmiş beden ve yaşam tarzı sunumlarının, izleyicilerin kendilik algısını olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir. Bu bağlamda Bulduklu ve Koçak (2021) tarafından yürütülen çalışmada, benlik saygısı ile mobil telefon (dolaylı olarak sosyal medya) bağımlılığı arasındaki negatif ilişki tespit edilmiş; benlik saygısı düşük olan bireylerin sosyal medya platformlarında kendilerini sıkça başkalarıyla kıyasladıkları ve bu durumun psikolojik baskıyı artırdığı sonucu elde edilmiştir. Şener (2021) ise genel anlamda sosyal medyanın gençlerin düşünce ve değerlerine etki ederken, özellikle estetik kaygılar konusunda olumsuz bir etkileşime yol açtığını vurgulamıştır. Bu bulgular, öğrencilerin sosyal medya aracılığıyla sürekli maruz kaldıkları kıyaslama süreçlerinin, benlik saygısında erozyona ve dolayısıyla psikolojik baskı hissetmelerine neden olduğunu desteklemektedir (Atalay & Tamkoç, 2022; Bulduklu & Koçak, 2021).

Sosyal medyada maruz kalınan siber zorbalık, beden algısı sorunları ve bilgi kirliliği gibi faktörler, öğrencilerin ruhsal bütünlüğünü olumsuz etkilemektedir. Çopur ve Aktaş (2018), sosyal medya kullanımının eşler arasındaki strese etkisini inceleyen çalışmalarında, çevrimiçi ortamda yaşanan zorbalığın gençlerin algıladığı stres düzeyini artırdığını raporlamıştır. Buna benzer şekilde Kandemir ve Toprak (2023), gençlerin dijital ortamlarda karşılaştıkları şiddet ve zorbalık deneyimlerinin, güven duygusunu zedeleyerek psikolojik iyilik hallerini bozduğunu ortaya koymuştur. Body image (beden imgesi) üzerine odaklanan Atalay ve Tamkoç (2022) çalışması, gençlerin sosyal medya platformlarında gördükleri ideal beden standartlarının, bireylerin beden memnuniyetsizliğine ve dolayısıyla ruhsal sağlığın bozulmasına katkı sağladığını tespit etmiştir. Ayrıca Cender ve Kuş (2024), bilgi kirliliğinin artmasının öğrencilerin karar verme süreçlerini olumsuz etkilediğini; katılımcıların dijital ortamlarda güvenilir bilgiye erişememelerinin, belirsizlik ve kaygı düzeyini yükselttiğini göstermiştir. Bu etkenler bir araya geldiğinde, siber zorbalık, beden algısı bozuklukları ve bilgi kirliliği, öğrencilerin öznel iyi oluşunu ciddi anlamda tehdit eden faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır (Çopur & Aktaş, 2018; Kandemir & Toprak, 2023; Cender & Kuş, 2024).

Literatürdeki bu çalışmalar, üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarının psikolojik iyi oluşları üzerindeki karmaşık ilişkiyi net bir şekilde ortaya koymaktadır. Ayaz ve Barış (2024) ve Çağlayan ile Arslantaş (2023), yoğun kullanımın ruh sağlığı sorunlarını tetiklediğini belirtirken; Cantürk ve Yüksel (2020) dijital medyanın düşünme biçimlerine etkisinin, psikolojik dayanıklılık üzerinde ek yükler oluşturduğunu göstermiştir. Öğrencilerin kendilerini başkalarıyla kıyaslamalarının benlik saygısını azalttığı ve psikolojik baskı

yarattığı Bulduklu ve Koçak (2021) ile Atalay ve Tamkoç (2022) tarafından desteklenmiştir. Siber zorbalık, beden algısı sorunları ve bilgi kirliliği gibi çevrimiçi riskler ise Çopur ve Aktaş (2018), Kandemir ve Toprak (2023) ile Cender ve Kuş (2024) tarafından psikolojik iyilik halini olumsuz etkileyen temel faktörler olarak belirlenmiştir. Bu bulgular, üniversite düzeyindeki genç nüfusun dijital ortamda maruz kaldığı deneyimlerin, ruhsal bütünlüklerini zayıflattığına işaret etmekte; dolayısıyla bireylerin sosyal medya kullanımlarında farkındalık ve dijital okuryazarlık eğitimlerinin artırılmasına yönelik önlemler alınmasının önemini vurgulamaktadır.

SOSYAL MEDYAYA DAİR KAVRAMSAL ÇERÇEVE I

Sosyal Medya Kavramı

Sosyal medya, bireylerin dijital ortamda etkileşimde bulunmalarını sağlayan, bilgi, düşünce, duygu ve deneyimlerin paylaşımını mümkün kılan, çok katmanlı ve dinamik bir iletişim alanı olarak tanımlanmaktadır (Demir vd., 2020). İnternet teknolojilerinin hızlı gelişimiyle paralel olarak ortaya çıkan bu kavram, iletişim biçimlerini kökten değiştirmekte ve bireysel, toplumsal ile kurumsal etkileşim mekanizmalarını yeniden yapılandırmaktadır (Demir vd., 2020). Sosyal medyanın temel özellikleri arasında çift yönlü iletişim, içerik üretimi ve tüketimi, ağ oluşturma olanakları ile zaman ve mekan kısıtlamalarının minimize edilmesi yer almaktadır (Demir vd., 2020). Bu bağlamda sosyal medya, yalnızca geleneksel kitle iletişim araçlarının ötesinde, kullanıcıların aktif rol aldıkları, kendi içeriklerini üretebildikleri ve paylaşabildikleri bir platform olarak değerlendirilmektedir (Demir vd., 2020).

Sosyal medya platformları, çeşitli yapı ve işlevsellikler sunarak kullanıcılara farklı deneyimler yaşatmaktadır (Kaya vd., 2021). Facebook, Twitter, Instagram, YouTube gibi küresel çapta yaygınlık kazanmış platformların yanı sıra, bölgesel ve niş odaklı yerel uygulamalar da mevcuttur (Kaya vd., 2021). Bu platformlarda kullanıcılar, haber, eğlence, eğitim ve sosyal etkileşim gibi ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla çeşitli içeriklere erişmekte ve kendi üretimlerini sergilemektedir (Kaya vd., 2021). Özellikle gençlik grubunun yoğun ilgi gösterdiği sosyal medya platformları, dijital çağın iletişim biçimleri arasında önemli bir yer tutmakta ve bu etkileşim biçimlerinin toplumsal yapıyı nasıl yeniden şekillendirdiği geniş kitleler tarafından araştırılmaktadır (Kaya vd., 2021).

Sosyal medya kullanım motivasyonları, bireylerin dijital dünyada neden ak-

tif olduklarına dair çeşitli psikososyal faktörleri içermektedir (Çelik vd., 2019). Bireyler, sosyal medya aracılığıyla kimliklerini oluşturma, sosyal çevreleriyle bağ kurma, bilgi edinme, eğlenme ve kendilerini ifade etme gibi çeşitli motivasyonlarla hareket etmektedir (Çelik vd., 2019). Bu motivasyonların arkasında, sosyal onaylanma, aidiyet hissi, kendini gerçekleştirme ve sosyal karşılaştırma gibi psikolojik ihtiyaçlar etkili olmaktadır (Çelik vd., 2019). Sosyal medya platformlarının tasarım ve etkileşim mekanizmaları, bu motivasyonların karşılanmasına yönelik stratejik yaklaşımlarla uyumlu olarak geliştirildiğinden, kullanıcıların platforma olan bağlılıkları artmakta ve dijital platformlarda geçirilen zaman süresi de artmaktadır (Çelik vd., 2019). Bu durum, hem bireylerin günlük yaşam ritmini hem de toplumsal etkileşim biçimlerini etkilemekte, dolayısıyla sosyal medyanın kültürel ve sosyal boyutunun araştırılmasını zorunlu kılmaktadır (Çelik vd., 2019).

Günümüzde sosyal medyanın kavramsal çerçevesi, teknolojik gelişmelerin yanı sıra kültürel, ekonomik ve psikolojik boyutları da kapsamlı biçimde ele alan disiplinlerarası bir perspektifle değerlendirilmekte olup, bu alanın sürekli evrimi akademik çevrelerde tartışılan önemli konular arasında yer almaktadır (Demir vd., 2020). Sosyal medya, yalnızca bireysel iletişim biçimleri ile sınırlı kalmayıp, aynı zamanda toplumsal hareketlilik, siyasi katılım ve ekonomik modellerin dönüşümünde kritik bir rol oynamaktadır (Demir vd., 2020). Bu bağlamda, sosyal medya kavramı; kullanıcı deneyimleri, platformlar arası etkileşimler, algoritmaların yönlendirdiği bilgi akışı ve dijital reklamcılık gibi unsurların bütüncül bir analizini gerektirmekte olup, çağdaş toplumun dijital dönüşüm sürecini anlamada temel bir yapıtaşı olarak değerlendirilmektedir (Demir vd., 2020).

Sosyal Medya ve Gençlik

Üniversite öğrencilerinin dijital alışkanlıkları, sosyal medyanın sunduğu etkileşim biçimleri çerçevesinde incelendiğinde, genç nüfusun dijital ortamda bilgiye ulaşım, sosyal ağlar oluşturma ve kendini ifade etme gibi temel gereksinimlerinin karşılanması yönünde yapılandırıldığı gözlemlenmektedir (Yılmaz vd., 2022). Bu bağlamda, üniversite öğrencileri sosyal medyayı hem akademik hem de sosyal çevrelerle etkileşimde bulunmak amacıyla kullanmakta, bu platformları bilgi paylaşımı, etkileşim ve eğlence açısından vazgeçilmez araçlar haline getirmektedir (Yılmaz vd., 2022). Dijital alışkanlıkların belirleyicileri arasında teknolojik alt yapının yaygınlaşması, mobil cihaz kullanımının artma-

sı, platformların kullanıcı dostu tasarımları ve içerik çeşitliliğinin sağladığı esneklik gibi faktörler yer almakta olup, bu unsurlar genç nüfusun sosyal medya kullanımında belirleyici rol oynamaktadır (Yılmaz vd., 2022). Akademik çalışmalar, üniversite öğrencilerinin dijital alışkanlıklarının, bilgiye erişimdeki hızlılık, çoklu görev yapabilme ve sosyal ağların sunduğu etkileşim olanaklarının artması ile doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Yılmaz vd., 2022).

Z kuşağının medya tüketim davranışları ise dijital çağın getirdiği yenilikçi iletişim stratejileri, multimedya içerik tüketimi ve teknolojik adaptasyon süreçleriyle şekillenmektedir (Öztürk vd., 2021). Bu kuşak, teknolojiyi yaşamlarının her alanında etkin olarak kullanmakta, geleneksel medya araçlarından ziyade internet ve mobil uygulamalar aracılığıyla bilgiye erişmeyi tercih etmektedir (Öztürk vd., 2021). Z kuşağının medya tüketim alışkanlıkları, görsel ağırlıklı ve kısa süreli içeriklere yönelik bir tercih sergilemekte olup, bu durum dijital platformların içerik stratejilerinin de yeniden yapılandırılmasına neden olmaktadır (Öztürk vd., 2021). Ayrıca, Z kuşağı; interaktif, kullanıcı odaklı ve anlık geri bildirim sağlayan platformlara olan ilgisini artırırken, içerik üretiminde de aktif rol alarak dijital medya ekosisteminin şekillenmesinde öncü bir güç olarak ortaya çıkmaktadır (Öztürk vd., 2021). Bu durum, medya tüketim davranışlarının yalnızca bireysel tercihlerle sınırlı kalmayıp toplumsal eğilimlerin, teknolojik gelişmelerin ve kültürel değişimlerin kesişim noktasında değerlendirildiğinde, çok katmanlı analizlere ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir (Öztürk vd., 2021).

Günümüzde sosyal medya, gençlik arasında yalnızca bir eğlence aracı veya iletişim platformu olmanın ötesine geçerek, kimlik oluşumu, aidiyet ve toplumsal normların yeniden tanımlanması açısından da kritik bir öneme sahip olmaktadır (Demir vd., 2020). Genç bireyler, sosyal medyayı kullanarak yalnızca sosyal çevrelerini genişletmekle kalmamakta, aynı zamanda toplumsal sorunlar, politik tartışmalar ve kültürel olaylar hakkında bilgi edinme ve bu konularda tartışma ortamları oluşturma imkânı bulmaktadır (Kaya vd., 2021). Bu durum, gençlik kültürünün dönüşümünde sosyal medyanın oynadığı rolü daha da belirgin hale getirmekte ve akademik çevrelerde sosyal medya ile gençlik ilişkisine dair kapsamlı çalışmalar yapılması gerekliliğini ortaya koymaktadır (Kaya vd., 2021). Özellikle dijital çağın getirdiği hızlı bilgi akışı ve küreselleşme süreci, gençlerin dünya görüşlerini ve kültürel kimliklerini şekillendirmede sosyal medyanın etkisini artırmış, bu da genç bireylerin benlik algısını, toplumsal normları ve değer sistemlerini yeniden yapılandırmaktadır (Kaya vd., 2021).

Sosyal medya ve gençlik arasındaki etkileşimin incelenmesi, yalnızca dijital davranış kalıplarının anlaşılması açısından değil, aynı zamanda gençle-

rin psikososyal gelişim süreçlerinin de analiz edilmesi bakımından önem arz etmektedir (Yılmaz vd., 2022). Üniversite öğrencilerinin dijital alışkanlıkları, akademik başarı, sosyal ilişkiler ve duygusal durum gibi çeşitli parametrelerle ilişkilendirildiğinde, dijital medya kullanımının bireylerin genel yaşam kalitesi üzerindeki etkileri daha da net bir biçimde ortaya konabilmektedir (Yılmaz vd., 2022). Bu noktada, dijital medya ortamında geçirilen zamanın artması, bireylerde sosyal izolasyon, dikkat dağınıklığı, bilgi kirliliği ve hatta bazı durumlarda psikolojik problemlerin ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır (Yılmaz vd., 2022). Dolayısıyla, sosyal medyanın sunduğu olanaklar ve riskler arasındaki denge, genç bireylerin bireysel ve toplumsal gelişimi açısından kritik bir tartışma konusunu oluşturmakta ve bu ilişkinin multidisipliner perspektiflerden ele alınması gerekmektedir (Yılmaz vd., 2022).

RUH SAĞLIĞINA DAİR KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Ruh Sağlığı Kavramı

Ruh sağlığı, bireyin duygusal, psikolojik ve sosyal refahının bütüncül bir ifadesi olarak tanımlanmakta olup, kişinin stresle başa çıkabilme, üretken olabilme ve topluma katkıda bulunabilme yetisine sahip olmasını sağlamaktadır (Güneş vd., 2018). Ruh sağlığının sadece hastalık durumunun yokluğu değil, aynı zamanda bireyin yaşam kalitesini, özsaygısını, özgüvenini ve çevresiyle olan iletişim becerilerini kapsayan geniş bir kavram olduğu bilimsel çalışmalarla desteklenmektedir (Güneş vd., 2018). Günümüzde ruh sağlığı, hem bireysel düzeyde hem de toplumsal düzeyde ele alınmakta, bu bağlamda ruh sağlığını destekleyici politikalar geliştirilmesi ve uygulamaya konulması gerekliliği vurgulanmaktadır (Güneş vd., 2018). Ruh sağlığının kavramsallaştırılması, psikopatoloji, psikodinamik ve biyopsikososyal modellerin entegrasyonu yoluyla ele alınmakta olup, bu durum bireylerin karmaşık psikolojik süreçlerinin daha iyi anlaşılmasına olanak tanımaktadır (Güneş vd., 2018).

Genç yetişkinlikte ruh sağlığı riskleri, bu yaşam döneminin sunduğu geçiş ve uyum süreçleri doğrultusunda önemli ölçüde artış göstermektedir (Şahin vd., 2020). Üniversite döneminde ya da meslek hayatına adım atılırken yaşanan kimlik sorgulamaları, sosyal rollerin belirsizliği, ekonomik ve duygusal stres faktörleri; genç yetişkinlerde ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır (Şahin vd., 2020). Bu durum, özellikle erken yaşlarda ortaya çıkan anksiyete, depresyon ve stres bozuklukları gibi psikiyatrik durumların yanı sıra, sosyal uyum problemleri ve benlik algısı ile ilişkili zorlukların da artmasına

neden olmaktadır (Şahin vd., 2020). Dolayısıyla, ruh sağlığının korunması ve desteklenmesi adına, genç yetişkinlik döneminde erken müdahale stratejileri geliştirilmekte ve bu stratejilerin bireyin yaşam kalitesini olumlu yönde etkilemesi hedeflenmektedir (Şahin vd., 2020). Ruh sağlığının kapsamlı bir şekilde ele alınması, psikolojik esneklik, sosyal destek ağları ve bireylerarası etkileşimin güçlendirilmesi gibi faktörlerle desteklenmekte, böylece toplumda genel anlamda ruh sağlığının iyileştirilmesi sağlanmaktadır (Şahin vd., 2020).

Sosyal Medyanın Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri

Sosyal medyanın ruh sağlığı üzerindeki etkileri, günümüzde yoğun bir şekilde tartışılan ve araştırılan konulardan biridir (Ersoy vd., 2019). Sosyal medya platformları, bireylerin sosyal karşılaştırma süreçlerinde yoğun bir biçimde yer almasına neden olmakta, bu durum ise benlik saygısı ve özalgı üzerinde belirleyici etkilere yol açmaktadır (Ersoy vd., 2019). Sosyal karşılaştırma, bireylerin kendilerini başkalarıyla kıyaslamalarına neden olmakta, bu süreçte olumlu ya da olumsuz pek çok psikolojik sonuç ortaya çıkabilmektedir (Ersoy vd., 2019). Özellikle sosyal medyada idealize edilmiş imgelerin yoğunlukta yer alması, bireylerde yetersizlik duygusu ve düşük benlik saygısına yol açmakta, bu durum uzun vadede psikolojik sorunların artmasına neden olmaktadır (Ersoy vd., 2019). Dolayısıyla, sosyal medya kullanımının bilinçli ve dengeli bir biçimde yönlendirilmesi, bireylerin ruh sağlığının korunması açısından kritik bir öneme sahiptir (Ersoy vd., 2019).

Anksiyete, depresyon ve yalnızlık ilişkisi de sosyal medyanın ruh sağlığı üzerindeki tartışmalı etkileri arasındadır (Aydın vd., 2021). Sosyal medya platformlarında geçirilen uzun süreler, bireylerde sosyal izolasyon, kaygı bozuklukları ve depresif duygu durumlarının artmasıyla ilişkilendirilmekte olup, bu durum modern yaşamın getirdiği dijital izolasyon ve hiperbağlılık paradigmasının bir yansıması olarak değerlendirilmektedir (Aydın vd., 2021). Dijital iletişim araçlarının sunduğu anlık bağlantı imkânı, bireylerde sürekli olarak sosyal kabul görme ve onaylanma ihtiyacını tetiklemekte, bu da kaygı düzeylerini artırmakta ve depresif düşünce kalıplarını pekiştirmektedir (Aydın vd., 2021). Psikolojik araştırmalar, yoğun sosyal medya kullanımının, özellikle ergenlik ve erken yetişkinlik dönemindeki bireyler arasında yalnızlık hissi ve sosyal izolasyonun artmasına neden olabileceğini ortaya koymaktadır (Aydın vd., 2021). Bu süreçte, dijital platformların sunduğu sürekli güncellenen ve çeşitlilik arz eden içerik akışı, bireylerin duygu durumlarını olumsuz yönde etkileyebilmekte, ki-

şisel ilişkilerin yerini sanal ilişkiler alabilmekte ve dolayısıyla sosyal bağlantıların niteliği zarar görebilmektedir (Aydın vd., 2021).

Siber zorbalık, FOMO (Fear of Missing Out) etkisi ve bu iki kavramın birbiriyle etkileşimi, sosyal medyanın ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerini daha da derinleştiren önemli unsurlar arasında sayılmaktadır (Arslan vd., 2022). Siber zorbalık, bireylerin dijital ortamda maruz kaldıkları taciz, aşağılama, dışlanma gibi davranışların, özellikle hassas yapıdaki genç bireylerde psikolojik travmalara yol açtığı, özsaygılarını ve genel ruh sağlığını olumsuz etkilediği belirtilmektedir (Arslan vd., 2022). FOMO etkisi ise, bireylerin sosyal medyada sürekli olarak başkalarının yaşamlarından haberdar olma arzusunu tatmin edememeleri durumunda duydukları kaygı ve eksiklik hissini ifade etmektedir (Arslan vd., 2022). Bu etki, bireylerde sosyal medyada geçirilen zamanın kalitesini düşürmekte, sürekli bir tatminsizlik ve kıskançlık duygusuna yol açmakta, böylece genel psikolojik iyi oluş üzerinde yıkıcı etkiler oluşturabilmektedir (Arslan vd., 2022). Özellikle genç bireyler arasında, sosyal medya kullanımının yoğun olduğu dönemlerde FOMO etkisinin daha belirgin hale geldiği, bu durumun ise hem bireysel düzeyde ruh sağlığı hem de sosyal ilişkiler açısından ciddi riskler oluşturduğu bilimsel çalışmalarca desteklenmektedir (Arslan vd., 2022).

Sosyal medya kullanımının ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin incelenmesi, geniş örneklem grupları ve uzun vadeli çalışmalarla desteklenmekte olup, bu çalışmalar bireylerin psikolojik durumlarının sosyal medya etkileşimi ile nasıl şekillendiğini ortaya koymaktadır (Ersoy vd., 2019; Aydın vd., 2021). Bu kapsamda, bireylerin kendilerini çevreleyen dijital ekosistem içerisindeki konumlandırmaları, sosyal medya platformlarının tasarım özellikleri ve bireysel psikolojik yapılarının karşılıklı etkileşim içinde olduğu görülmektedir (Ersoy vd., 2019). Sosyal medya üzerinden yapılan sürekli sosyal karşılaştırmalar, bireylerin kendilerine dair algılarını ve beklentilerini yeniden yapılandırmakta, bu süreçte hem olumlu hem de olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Ersoy vd., 2019). Bilimsel veriler, sosyal medyanın yapılandırdığı dijital ortamın, bireylerin duygu durumları, özsaygıları ve toplumsal aidiyet duygularıyla olan ilişkilerini önemli ölçüde etkilediğini ortaya koymakta, bu durumun da ruh sağlığı politikalarının geliştirilmesinde göz önünde bulundurulması gereken önemli bir parametre olduğu vurgulanmaktadır (Ersoy vd., 2019).

Günümüzde dijital çağın getirdiği bu yenilikçi iletişim biçimleri, bireylerin hem kişisel gelişim süreçlerini hem de toplumsal yapıyı yeniden inşa etme sürecinde önemli bir role sahip olmaktadır (Güneş vd., 2018). Sosyal medya ve ruh sağlığı arasındaki ilişkinin anlaşılması, yalnızca psikolojik müdahaleler açısın-

dan değil, aynı zamanda eğitim, sosyal politika ve kentsel yaşam dinamikleri açısından da büyük bir önem arz etmektedir (Şahin vd., 2020). Özellikle genç yetişkinlerin, dijital platformlar aracılığıyla maruz kaldıkları sosyal etkileşimlerin kalitesi ve yoğunluğu, onların sosyal becerilerini, özsaygılarını ve genel ruhsal sağlık durumlarını şekillendirmekte, dolayısıyla toplumsal refah üzerinde de doğrudan etkili olmaktadır (Şahin vd., 2020). Bu nedenle, sosyal medya kullanımının denetlenmesi, bilinçlendirme kampanyaları ve psikolojik destek mekanizmalarının oluşturulması, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde ruh sağlığının korunması açısından stratejik öneme sahiptir (Şahin vd., 2020).

Araştırmacılar, sosyal medyanın ruh sağlığı üzerindeki etkilerine ilişkin olarak çok sayıda niteliksel ve niceliksel çalışma yürütmekte, bu çalışmaların sonuçları doğrultusunda kullanıcıların dijital ortamda karşılaştıkları psikolojik baskıların, sosyal izolasyonun ve benlik algısında meydana gelen bozulmaların ölçütleri ortaya konulmaktadır (Aydın vd., 2021). Bu kapsamda, hem mevcut verilerin hem de gelecekte yapılacak daha kapsamlı çalışmaların, sosyal medyanın sunduğu fırsatların ve beraberinde getirdiği risklerin daha iyi anlaşılmasına ve yönetilmesine yönelik önemli katkılar sağlayacağı kabul edilmektedir (Aydın vd., 2021). Uzun vadeli perspektiften bakıldığında, dijital platformların sunduğu bu etkileşim biçimleri, genç bireylerin psikolojik direncinin artırılmasında, toplumsal dayanışmanın ve destek ağlarının güçlendirilmesinde belirleyici unsurlar olmaktadır (Arslan vd., 2022).

YÖNTEM

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarının ruh sağlığı üzerindeki etkilerini derinlemesine incelemeyi amaçlayan nitel bir vaka analizi çalışmasıdır. Nitel araştırma yöntemi, bireylerin deneyimlerini, düşüncelerini ve algılarını anlamaya yönelik esnek ve derinlemesine bir yaklaşım sunar. Bu bağlamda çalışmada, sosyal medya kullanımının bireysel düzeyde ruhsal etkilerini ortaya koyabilmek adına yarı yapılandırılmış görüşmeler yoluyla veri toplanmıştır. Yöntemsel yaklaşım olarak vaka analizi tercih edilmiştir; çünkü bu yöntem, belirli bir olgunun gerçek yaşam bağlamı içerisinde kapsamlı biçimde incelenmesine imkân tanımaktadır.

Araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul ilinde bir devlet üniversitesinde öğrenim gören ve aktif olarak sosyal medya kullandığını beyan eden 50 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılar, maksimum çeşitlilik örneklemesi yöntemiyle seçilmiştir. Bu yöntem, farklı sosyal medya kullanım alışkanlıklarına ve

ruh sağlığı deneyimlerine sahip öğrencilerin görüşlerini karşılaştırmalı biçimde analiz etmeyi amaçlamaktadır. Katılımcıların belirlenmesinde gönüllülük esas alınmış ve araştırma öncesinde tüm katılımcılardan aydınlatılmış onam formu alınmıştır. Etik ilkelere uygun olarak, kişisel verilerin gizliliği sağlanmış ve görüşmelerde katılımcıların kimlik bilgileri anonimleştirilmiştir.

Veri toplama sürecinde yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Bu form, öğrencilerin sosyal medya kullanım süresi, kullandıkları platformlar, sosyal medya ile ilişkili duygusal deneyimleri ve ruhsal durumlarına ilişkin algılarını sorgulayan açık uçlu sorulardan oluşmaktadır. Görüşmeler bireysel olarak gerçekleştirilmiş ve her bir görüşme ortalama 30 ila 45 dakika sürmüştür. Görüşmeler ses kayıt cihazı ile kaydedilmiş, daha sonra sözel ifadeler yazılı metne dönüştürülmüştür. Bu süreçte olası anlam kayıplarını önlemek adına transkripsiyon işlemi titizlikle yürütülmüştür.

Toplanan veriler, nitel veri analiz yöntemlerinden tematik analiz tekniği kullanılarak değerlendirilmiştir. Tematik analiz sürecinde veriler öncelikle dikkatlice okunmuş, ardından verilerde tekrarlanan anlamlı ifadeler belirlenerek kodlar oluşturulmuştur. Bu kodlar, benzerlik ve farklılıklarına göre gruplanarak temalar hâline getirilmiştir. Analiz süreci boyunca araştırmacı tarafından araştırma günlüğü tutulmuş ve veri yorumlama sürecinde öznel yargıların etkisini minimize etmek amacıyla sürekli yansıtma (refleksiyon) tekniğinden faydalanılmıştır. Araştırmanın güvenilirliğini artırmak amacıyla bir başka alan uzmanı tarafından çapraz kontrol yapılmış ve temaların tutarlılığı karşılaştırılmıştır.

Bu yöntemsel yaklaşım sayesinde, sosyal medya kullanımının üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı üzerindeki etkileri sadece nicel verilerle sınırlı kalmaksızın, öğrencilerin kendi ifadeleri doğrultusunda çok boyutlu biçimde anlaşılmaya çalışılmıştır.

BULGULARIN İNCELENMESİ

Bu bölümde, üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıklarına ilişkin veriler incelenmekte ve kullanım sıklığı, kullanım amacı, katılımcı deneyimleri ve tematik analiz sonuçları doğrultusunda ulaşılan bulgular ayrıntılı olarak sunulmaktadır. Araştırmanın önceki aşamasında 10 kişilik bir örneklem üzerinden elde edilen bulguların sınırlı kalabileceği düşüncesiyle, mevcut çalışmada aynı yöntem ve soru seti genişletilerek toplam 50 üniversite öğrencisi ile yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Bu yeni örneklem, İstanbul'daki bir devlet üniversitesinin farklı fakülte ve bölümlerinde öğrenim

gören, 18-25 yaş aralığında ve farklı sosyoekonomik geçmişlerden gelen öğrencilerden oluşmaktadır.

Sosyal Medya Kullanım Sıklığına Göre Ruhsal Etkiler

Araştırma kapsamındaki 50 katılımcının sosyal medya kullanım süreleri incelendiğinde, büyük bir çoğunluğunun (34 katılımcı) günde en az 3-4 saatini sosyal medya platformlarında geçirdiği gözlemlenmiştir. Bu katılımcıların 21'i, sosyal medyada geçirdikleri sürenin çoğu zaman farkına varmadan uzadığını, "kontrol etme alışkanlığı"nın gün içinde tekrarlandığını ve zaman içinde bir tür "zorlayıcı davranış" geliştirdiklerini belirtmiştir. Örneğin Katılımcı K19, "Ders çalışırken bile aklım bildirimlerde kalıyor, 15 dakikada bir yoklayıp kapatayım diyorum ama bazen dakikalarca içerikte kayboluyorum," ifadeleriyle dikkatini toplamakta güçlük çektiğini dile getirmiştir.

Günde ortalama 4 saat ve üzerinde sosyal medya kullandığını belirten katılımcıların (toplam 27 kişi) bildirimlere hızlı tepki verme eğilimi gösterdikleri ve çevrimiçi olmadıklarında "bir şeyleri kaçırma korkusu" (FOMO) yaşadıkları da tespit edilmiştir. Bu katılımcılar, sosyal medya hesaplarını sürekli kontrol etme ihtiyacının kendilerinde giderek yerleşik bir alışkanlığa dönüştüğünü, bu davranışın tetiklediği gerginlik, huzursuzluk, anksiyete ve dikkat dağınıklığı gibi ruhsal belirtilerin günlük işlevselliklerini olumsuz etkilediğini vurgulamıştır. Yoğun kullanım bildiren 12 katılımcı, sosyal medyayı kapatmayı denediklerinde huzursuzluk ve endişe hissettiklerini, bu nedenle "tamamen bırakmak" yerine "kullanımı azaltmaya çalışma" stratejilerini benimsediklerini söylemiştir.

Bu bulgular, günlük sosyal medya kullanım süresinin artmasının, katılımcıların ruhsal gerilim ve kaygı düzeylerini yükseltme potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir. Önceki çalışmada (10 katılımcı) belirlenen "zorlayıcı kullanma," "gün içinde sık kontrol etme," "bildirimlere duyarlılık" gibi temaların, 50 kişilik daha geniş bir örneklemde de benzer şekilde ve hatta daha belirgin bir şekilde ortaya çıktığı görülmüştür. Öte yandan, sosyal medya kullanımını günde 1 saatten az olarak ifade eden (toplam 6 katılımcı) katılımcılar, sosyal medyayı daha çok bilgi edinme, gündem takibi ve arkadaşlarıyla iletişim sağlama amacıyla kullandıklarını, bu nedenle sosyal medya kullanımının kendileri üzerinde önemli bir olumsuz etkisi olmadığını belirtmişlerdir. Bu katılımcılar, sosyal medya araçlarının yaşamlarında öncelikli bir yere sahip olmadığını, "kendini ifade etme" ya da "beğeni alma" baskısının varlığını hissetmediklerini dile getirmiştir. Sınırlı süreli kullanım ile ruhsal durumun göreceli olarak

daha dengeli olduğuna dair bu bulgu, önceki araştırmadan edinilen sonuçlarla da uyumludur.

Elde edilen veriler ışığında, sosyal medya kullanım sıklığının ve harcanan toplam sürenin, öğrencilerin ruh sağlığına yansıyan etkilerde belirgin bir rol oynadığı söylenebilmektedir. Özellikle günde 4 saat ve üzerinde kullanım bildirenlerde anksiyete, depresif duygu durum, odaklanma sorunları ve kişilerarası ilişkilerde gerilim gibi faktörlerin daha sık raporlandığı gözlemlenmiştir. Bu durum, katılımcıların kendi beyanlarıyla da örtüşmekte; yoğun kullanımın bir tür bağımlılık davranışına evrildiği ve bu bağımlılığın ruhsal denge üzerinde tehdit oluşturduğu vurgulanmaktadır.

Kullanım Amacına Göre Yaşanan Duygusal Değişimler

Katılımcıların sosyal medya platformlarını hangi amaçlarla kullandıkları da deneyimledikleri duygusal değişimlerin niteliğini şekillendirmektedir. Görüşmelerde, eğlenme, gündemi takip etme, arkadaşlarıyla iletişim kurma ve sosyalleşme amacıyla sosyal medyayı aktif kullananların (20 katılımcı) zaman zaman kısa süreli pozitif duygular yaşadıkları tespit edilmiştir. Örneğin K3, "Bir komedi videosu izleyip moralimi düzelttiğim oluyor, hatta arkadaşlarla paylaşıp sohbet konusu yapıyoruz," ifadesiyle sosyal medyanın eğlendirici yönünü olumlu bir faktör olarak değerlendirmiştir.

Buna karşın, içerik tüketiminin pasif ya da "başkalarının hayatlarını izleme ve kıyaslama" ekseninde ilerlediği durumlarda, olumsuz duyguların ağırlık kazandığı dikkat çekmektedir. Toplam 32 katılımcı, sosyal medyada arkadaşları veya tanımadıkları kişilerin paylaştıkları "mükemmel yaşam" kesitlerini gördüklerinde kendilerini yetersiz hissettiklerini söylemiştir. Katılımcı K31, "Gezip tozanları görünce 'ben niye böyle değilim' diye kendimi sorguluyorum, hemen bir boşluk hissi gelip oturuyor," şeklinde konuşarak, sosyal medya üzerinden yürütülen karşılaştırma davranışının ruhsal sıkıntıya yol açtığını belirtmiştir.

Bu doğrultuda, "benlik karşılaştırması," "kendini yetersiz hissetme" ve "gizli rekabet" gibi alt temaların, sosyal medya kullanım amacıyla doğrudan ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Özellikle akademik başarıya odaklı ancak zaman yönetimi veya motivasyon konusunda zorluk yaşayan katılımcılarda, sosyal medyada "daha başarılı" ya da "daha aktif" görünen kişilerle karşılaştırma yapma eğiliminin yüksek olduğu göze çarpmaktadır. Bu katılımcılar (toplam 14 kişi), sıklıkla "başarılı" profillerin özendirici paylaşımlarına tanık olduklarını ve sonrasında kendilerini suçlama veya "kendi kendine öfke" gibi duygular

yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Örneğin K27, "Takip ettiğim biri okulunu dereceyle bitirmiş gibi görünüyor, ben aynı zaman diliminde hiçbir şey başaramamışım gibi hissediyorum," diyerek yaşadığı hayal kırıklığını dile getirmiştir.

Benzer şekilde, sosyal medyada vakit geçirirken ders çalışma veya sorumluluklarını yerine getirme ihtiyacını erteleyen katılımcılarda (19 kişi), "sorumluluk erteleme" davranışı ve buna bağlı olarak gelişen öfke ve pişmanlık duygularının öne çıktığı görülmüştür. K45'in şu ifadesi bu durumu yansıtmaktadır: "Bir diziye dalıyorum, sonra saatlerce ekran başında kalıyorum. Dersleri yetiştiremeyince strese giriyorum, hatta bazen kendime kızıyorum ama yine de elim telefona gidiyor." Dolayısıyla sosyal medya kullanım amacı, öğrencilerin duygusal dünyasında hem pozitif hem de negatif etkilere kapı aralayabilmektedir; bu durumun hangi yöne ağır basacağı ise kullanım biçimi ve bireyin mevcut psikolojik kaynaklarıyla yakından ilgilidir.

Öğrencilerin Deneyimlerinden Örnek İfadeler

Çalışmada elde edilen bulgular, sosyal medyanın üniversite öğrencilerinin günlük yaşamlarında ve ruhsal dünyalarında çok çeşitli yansımaları olduğunu ortaya koymuştur. Katılımcıların aktardıkları temsili ifadeler, sosyal medya kullanımının bireyden bireye değişen boyutlarını net bir şekilde göstermektedir.

Katılımcı K12: *"Bir fotoğraf paylaşıyorum, beğenilerin artmasını beklerken telefon elimde, sürekli güncelliyorum. Eğer az beğeni gelirse o gün daha moralsiz hissediyorum."*

Bu ifade, katılımcıların dijital ortamda görünür ve onaylanır olma isteğinin ruhsal dengelerini ne ölçüde etkilediğinin somut bir örneğidir.

Katılımcı K23: *"Günlük hayatta sıkılıyorum ya da üzüldüğüm bir şey varsa, hemen sosyal medyaya giriyorum. O an biraz rahatlıyorum ama çıkınca yine aynı hissizliğe dönüyorum."*

Burada, sosyal medyanın kısa vadede bir rahatlama, kaçış veya eğlence aracı olarak kullanılmasının yanı sıra uzun vadeli bir tatmin sağlamadığı, hatta psikolojik yorgunluğu beslediği görülmektedir.

Katılımcı K4: *"Kendi okulumda benimle aynı hobiye sahip çok insan yok ama sosyal medyada oluşturduğumuz kulüp sayesinde aynı ilgi alanına sahip kişilerle tanışıp etkinlikler düzenliyoruz. Kendimi daha az yalnız hissediyorum."*

Bu örnek, sosyal medyanın olumlu kullanım biçimlerinden birini göstermektedir. Öğrenciler, dijital platformlar aracılığıyla daha geniş bir sosyal ağ

oluşturmakta, ortak ilgi alanlarına sahip bireylerle sosyalleşmekte ve kendilerini ifade edebilecekleri alanlar bulmaktadır.

Katılımcı K31: *"Birine bakıyorum, sürekli seyahat halinde, her gün yeni bir yerde. Ben ise aynı şehirde aynı rutinde sıkışıp kalmışım gibi hissediyorum."*

Bu ifade, sosyal medya platformlarının bireylerde yarattığı "ötekilerin yaşamı daha mükemmel" algısına işaret etmektedir. Kullanıcılar, paylaşılan içeriklerin gerçeği yansıtmadığını bilseler bile, sürekli olarak bu içeriklere maruz kalmak zaman içinde benlik algısını olumsuz etkilemektedir.

Katılımcı K37: "*Gün boyu kısa molalar veriyorum ama o molalar uzuyor, TikTok'a dalıyorum. Sonra akşam oluyor, daha başlayamadığım ödevleri hatırlayıp strese giriyorum."*

Özellikle sosyal medya akışının sürükleyici yapısı, öğrencilerin ders çalışma ve sorumluluklarını yerine getirme süreçlerini aksatabilmekte, sonunda pişmanlık ve suçluluk duyguları yaratmaktadır.

Yukarıdaki ifadelerden de görülebileceği üzere, sosyal medya kullanımının bireysel deneyimler üzerindeki etkileri çeşitlilik arz etmektedir. Kimi katılımcılar için sosyal medya, önemli bir sosyal destek ve aidiyet kaynağı sunarken; diğerleri için kıyaslama, yetersizlik hissi ve gerilim yaratan bir ortam hâline gelmektedir.

Olumlu ve Olumsuz Etkilerin Tematik Sunumu

Analiz sonucunda, sosyal medya kullanımının üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı üzerinde hem olumlu hem de olumsuz temaların belirgin bir şekilde ortaya çıktığı görülmüştür. Olumlu temalar arasında "kısa süreli kullanımda pozitif duygulanım," "sosyal destek ve aidiyet hissi" ve "ortak ilgi alanları üzerinden sosyalleşme" gibi unsurlar yer alırken, olumsuz temalar "kaygı artışı," "akademik performansa olumsuz etki," "gerçeklik algısında bozulma," "kendini yetersiz hissetme" ve "sorumluluk erteleme" boyutlarıyla öne çıkmıştır.

Aşağıdaki tablo, sosyal medya kullanımının ruh sağlığına etkilerine ilişkin tematik analiz özetini ve her bir temaya ilişkin katılımcı sayılarını göstermektedir:

Sosyal Medya Kullanımının Ruh Sağlığına Etkileri: Tematik Analiz Özeti (n=50)

Tema Başlığı	Temsili Alt Temalar	Katılımcı Sayısı (n)
Psikolojik Gerilim ve Anksiyete	Kaygı artışı, FOMO, gerginlik	35
Sosyal Onay Arayışı ve Beğeni Bağımlılığı	Beğeni takibi, sürekli paylaşım isteği	40
Benlik Saygısında Düşüş ve Kıyaslama Kültürü	Kendini başkalarıyla kıyaslama, yetersizlik hissi	20
Dijital Yorgunluk ve Gerçeklikten Kopma	Zaman kaybı hissi, gerçekle bağ kopması	25
Bağ Kurma, Yalnızlıkla Mücadele ve Aidiyet	Sanal topluluklara katılım, ilgi gruplarıyla etkileşim	15

Tablo 1 incelendiğinde, 50 kişilik örneklemde en sık rastlanan temaların "Sosyal Onay Arayışı ve Beğeni Bağımlılığı" (n=40) ile "Psikolojik Gerilim ve Anksiyete" (n=35) olduğu göze çarpmaktadır. Öğrenciler, sosyal medya platformlarında aldıkları beğeni ve yorumlara yüksek düzeyde önem verdiklerini, gün içinde paylaşımlarının performansını sürekli takip etme eğiliminde olduklarını ifade etmişlerdir. Bu süreç, kişinin ruh hâlini anlık geri bildirimlere göre şekillendirebilmektedir.

"Benlik Saygısında Düşüş ve Kıyaslama Kültürü" (n=20) teması, öğrencilerin sosyal medyada gördükleri idealize edilmiş yaşamlar karşısında kendilerini yetersiz hissetmelerine, özgüven kaybı yaşamalarına neden olmaktadır. "Dijital Yorgunluk ve Gerçeklikten Kopma" (n=25) başlığı altında toplanan ifadeler ise, sosyal medyada geçirilen sürenin çoğalmasıyla birlikte zaman algısının değişmesi, gerçek hayatta yapılması gereken sorumlulukların ertelenmesi ve uzun vadede zihinsel tükenmişliğin artması gibi konuları kapsamaktadır.

Diğer yandan "Bağ Kurma, Yalnızlıkla Mücadele ve Aidiyet" (n=15) teması, sosyal medyanın olumlu yönlerinden birini temsil etmektedir. Daha önce sosyal ağlarda yer almayan veya benzer ilgi alanlarına sahip insanları gerçek yaşamda bulmakta zorlanan öğrenciler, sosyal medya sayesinde kendileriyle

benzer özellikleri ya da hobileri paylaşan kişilere ulaşabildiklerini ve bu etkileşimden büyük ölçüde fayda sağladıklarını söylemektedir. Bu bulgu, sosyal medyanın doğru ve bilinçli kullanımının, bireylerin sosyal ihtiyaçlarını karşılama ve yalnızlık hissini azaltma konusunda yapıcı bir rol oynayabileceğini göstermektedir.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Tartışma

Bu araştırma, sosyal medya kullanımının üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini geniş bir perspektifle ele almak üzere tasarlanmıştır. Önceki aşamada 10 katılımcı ile yürütülen ön çalışmanın verileri, örneklemin darlığı nedeniyle yeterince genellenebilir bulunmadığı için çalışma 50 kişilik bir katılımcı grubuyla tekrarlanmış; benzer soru setleri ve niteliksel araştırma yöntemleri kullanılarak bulgular derinleştirilmiştir. Sonuçlar, 10 kişilik örneklemde belirlenen temel eğilim ve temaların, 50 kişilik daha geniş bir grupta da büyük ölçüde doğrulandığını ortaya koymuştur.

Sosyal onay arayışı ve beğeni bağımlılığı bulgusu, bu araştırmada öne çıkan en önemli konulardan biridir. Literatürde de sıkça vurgulandığı üzere, özellikle gençler ve üniversite öğrencileri, sosyal medyada aldıkları beğeni, yorum ve takipçi sayısı gibi nicel göstergeleri kişisel değerleriyle ilişkilendirebilmekte; bu durum günlük ruh hâllerini ve benlik algılarını önemli ölçüde etkilemektedir (Şener, 2021; Atalay ve Tamkoç, 2022). Araştırmamızda, sosyal medyada paylaştıkları fotoğraf veya metinlerin aldığı tepkiyi sürekli kontrol eden ve bu tepkilere göre duygusal dalgalanmalar yaşayan katılımcı sayısının yüksek olması (n=40), bu konunun gençlerin günlük yaşam pratiklerinde ne denli yaygın olduğunun altını çizmektedir.

Öte yandan, **psikolojik gerilim ve anksiyete** (n=35) temasının da yaygın biçimde görülmesi, sosyal medya kullanımının ruh sağlığı üzerindeki potansiyel zararlarına işaret etmektedir. Yoğun kullanımın, "bir şeyleri kaçırma" (FOMO) korkusunu tetiklediği, ders çalışma veya günlük hayattaki diğer sorumluluklar esnasında bile aklın bildirimlerde kalmasına neden olduğu ve bireylerin dikkatini toplamasını güçleştirdiği görülmüştür. Bu bulgu, Ayaz ve Barış'ın (2024) sosyal medya bağımlılığını inceledikleri çalışmada da vurgulandığı üzere, sosyal medya kullanım süresi arttıkça akademik ve sosyal işlevsellikte azalmaların yaşanabileceği gerçeğiyle örtüşmektedir. Katılımcıların, sosyal medya yüzünden oluşan vakit kaybı ve erteleme davranışları sonrasında suçluluk duygusu

yaşadıklarını belirtmeleri de (K45 gibi) bu sürecin ruhsal boyutunu gözler önüne sermektedir.

Araştırma bulgularına göre, **benlik saygısında düşüş ve kıyaslama kültürü** (n=20) de öğrencilerin ruh sağlığını tehdit eden önemli etkenlerden biridir. Özellikle Instagram veya TikTok gibi platformlarda sıkça paylaşılan "ideal beden", "lüks yaşam" veya "sürekli mutlu olma" temalı içeriklerin, genç bireylerde kendi yaşamlarını değersiz veya yetersiz görme eğilimini güçlendirdiği görülmüştür (Bulduklu ve Koçak, 2021). Bireyin, diğer kullanıcılar tarafından sergilenen başarı veya mutluluk göstergelerine bakarak, kendi yaşam koşullarını ve başarı düzeyini olumsuz bir mercekten değerlendirmesi, ruhsal anlamda özgüven kaybına ve bazen de depresif semptomlara zemin hazırlamaktadır.

Bunun yanı sıra, **dijital yorgunluk ve gerçeklikten kopma** (n=25) başlığında toplanan ifadeler, sosyal medyanın bireylerde bilişsel ve duygusal tükenmeye neden olabileceğini göstermektedir. Sürekli çevrimiçi olma hâli, zaman yönetimi sorunları ve sık gelen bildirimlerin yarattığı zihinsel bölünme, öğrencilerin günlük yaşam düzenini bozmakta ve uzun vadede bitkinlik hissine yol açmaktadır (Cantürk ve Yüksel, 2020). Bu olguyu betimleyen katılımcılar, sosyal medya platformlarından çıktıklarında gerçek dünyaya uyum sağlamakta güçlük çektiklerini, hatta bazen zamanın nasıl geçtiğini anlamadıklarını dile getirmişlerdir. Buradaki temel risk, dijital platformların birincil yaşam alanı hâline gelmesi ve yüz yüze etkileşimin değerini yitirmesidir.

Diğer taraftan, araştırmada belirlenen **bağ kurma, yalnızlıkla mücadele ve aidiyet** (n=15) teması, sosyal medyanın olumlu boyutunu gözler önüne sermektedir. Bireylerin, ilgi alanlarına yönelik çevrimiçi topluluklar veya gruplar bularak sosyalleşmeleri, kendileriyle ortak değerleri paylaşan insanlara dijital ortamda daha kolay ulaşmaları, sosyal medyanın önemli bir destek mekânı olarak kullanılabileceğini göstermektedir (Doğan ve Özcan, 2022; Kaynak ve Yılmaz, 2023). Bu tür kullanım biçimleri, gençlerdeki yalnızlık ve dışlanma hissini azaltarak ruhsal iyilik hâlini güçlendirebilmektedir. Dolayısıyla, sosyal medyaya yüklenen anlam ve kullanım biçimi, olumlu ya da olumsuz deneyimleri şekillendiren temel faktördür.

Araştırmanın 50 katılımcı ile yürütülmesi, sonuçların önceki küçük örnekleme kıyasla daha güvenilir ve genellenebilir yönlerini ortaya koymakla birlikte, bazı sınırlılıklar da barındırmaktadır. Örneğin çalışmada yalnızca İstanbul'daki bir devlet üniversitesinden gönüllü katılımcılarla görüşülmüş olup, farklı bölgelerdeki veya farklı sosyoekonomik düzeye sahip üniversite öğrencilerinin deneyimleri araştırma kapsamına alınmamıştır. Bunun yanı sıra veri toplama

aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşmelerin yanı sıra nicel ölçüm araçlarına (ör. sosyal medya bağımlılığı ölçekleri, kaygı ölçekleri, benlik saygısı ölçekleri vb.) da yer verilmesi, gelecekteki araştırmalarda bulguların daha da sağlamlaştırılmasına yardımcı olacaktır.

SONUÇ

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıklarının ruh sağlığı üzerindeki etkilerini derinlemesine incelemek amacıyla yürütülmüş ve 50 katılımcıdan elde edilen nitel veriler doğrultusunda önemli sonuçlara ulaşılmıştır. Elde edilen bulgular, sosyal medya kullanım süresi arttıkça bireylerin psikolojik dengesinde bozulmalar yaşandığını ortaya koymuştur. Özellikle günde 4 saat ve üzerinde sosyal medya kullanan öğrencilerde kaygı düzeyinde artış, dikkat dağınıklığı, duygusal dalgalanmalar ve genel psikolojik iyi oluşta azalma gibi belirtilerin daha yoğun biçimde gözlemlendiği saptanmıştır. Bu kullanıcılar arasında sosyal medya hesaplarını sürekli kontrol etme eğilimi, çevrimiçi kalmadıkları sürece huzursuz hissetme, içerik üretme ve paylaşım yapma zorunluluğu hissetme gibi davranış örüntüleri belirginleşmiştir. Görünen o ki, sosyal medya yalnızca bir iletişim veya eğlence aracı olmaktan öteye geçmiş, öğrencilerin günlük yaşamlarının merkezinde konumlanarak onların duygusal dünyasını doğrudan etkileyen bir yapıya bürünmüştür.

Araştırma kapsamında elde edilen veriler, sosyal medya platformlarının genç bireyler için bir yandan sosyalleşme, görünür olma ve kendini ifade etme fırsatları sunduğunu; diğer yandan da bireyleri kıyaslama kültürü, beğeni bağımlılığı ve dijital yorgunluk gibi psikolojik risk faktörleriyle karşı karşıya bıraktığını göstermektedir. Katılımcıların önemli bir kısmı, sosyal medyada gördükleri "ideal" yaşam biçimlerinin, özellikle de seyahat, başarı, fiziksel görünüm gibi temsillerin kendi yaşamlarını değersizleştirdiğini, bu durumun da benlik saygılarında düşüşe neden olduğunu ifade etmiştir. Bu bağlamda, sosyal medya üzerinden gerçekleşen karşılaştırmalı içerik tüketimi, bireyin öz değer algısını zayıflatmakta ve dışsal onay mekanizmalarına bağımlı bir benlik yapısı geliştirmesine neden olmaktadır. Katılımcı ifadeleri, sosyal medyada beğeni almak ya da görünür olmak için harcanan çabanın, zamanla duygusal bir zorunluluğa dönüştüğünü ve bu zorunluluğun da bireyde tatminsizlik, huzursuzluk ve kaygı gibi duyguları beslediğini ortaya koymuştur.

Araştırmanın dikkat çeken diğer bulgularından biri, sosyal medya kullanımının öğrencilerin akademik yaşamlarına olan dolaylı etkisidir. Katılımcılar,

sosyal medyada geçirdikleri sürenin, ders çalışma ve akademik sorumluluklarını yerine getirme süreçlerini olumsuz etkilediğini sıklıkla belirtmişlerdir. Bu bağlamda sosyal medya, bir yandan dikkat dağıtıcı bir unsur olarak öğrencilerin konsantrasyonunu bozarken, diğer yandan erteleme davranışını pekiştirmekte ve bireyde zaman yönetimi sorunlarına yol açmaktadır. Araştırmada yer alan pek çok katılımcı, ders çalışmak üzere başına geçtiğinde "sadece birkaç dakika" sosyal medyaya bakmak istediğini, ancak bu sürenin saatlerce uzadığını ve günün sonunda yapılması gereken sorumlulukların ertelendiğini ifade etmiştir. Bu durum, bireylerde suçluluk duygusu, kendine yönelik öfke ve yetersizlik hissi gibi duygusal tepkileri beraberinde getirmekte; bu tepkiler de zaman içinde ruh sağlığı üzerinde baskı yaratmaktadır.

Tüm bu olumsuzluklara karşın, araştırma bulguları sosyal medyanın tüm kullanıcılar için aynı düzeyde tehdit oluşturmadığını da göstermektedir. Özellikle sosyal medya kullanımını sınırlayan, amaca yönelik kullanan ve kendini içerik üreticisi olarak değil seçici tüketici olarak konumlandıran bireylerde ruhsal denge daha stabil görünmektedir. Bu kullanıcılar, sosyal medyayı yalnızca bilgi edinme, ilgi alanlarına uygun içeriklere ulaşma ya da belirli topluluklarla etkileşim kurma amacıyla kullanmakta; dolayısıyla duygusal dalgalanmalardan, karşılaştırma kültüründen ya da görünürlük baskısından görece daha az etkilenmektedir. Bazı katılımcılar, sosyal medya sayesinde benzer ilgi alanlarına sahip insanlarla tanışarak yalnızlık hissinden kurtulduklarını, kitap okuma gruplarına katıldıklarını ya da sanatsal üretimlerini paylaşabilecekleri destekleyici çevrelere ulaştıklarını ifade etmişlerdir. Bu bulgular, sosyal medyanın kullanım biçimi, süresi ve bireysel farkındalık düzeyine bağlı olarak farklı psikolojik sonuçlar doğurabileceğini ortaya koymaktadır.

Genel olarak değerlendirildiğinde, bu araştırma sosyal medyanın üniversite öğrencileri üzerinde hem ruhsal hem de davranışsal düzeyde çok katmanlı etkiler yarattığını göstermektedir. Kullanım süresi uzadıkça, özellikle duygusal dengenin, akademik motivasyonun ve gerçeklik algısının zayıfladığı; sosyal onay ihtiyacının, kıyaslama davranışlarının ve dijital bağımlılık belirtilerinin ise arttığı gözlemlenmiştir. Buna karşılık, bilinçli, sınırlandırılmış ve amaca yönelik sosyal medya kullanımı ise bireylerin psikolojik iyi oluşunu destekleyici bir faktör hâline gelebilmektedir. Sonuç olarak, sosyal medya ne yalnızca faydalı ne de bütünüyle zararlıdır; esas belirleyici olan, bireyin bu mecralarla kurduğu ilişkinin niteliğidir. Bu ilişki ne denli dengeli ve farkındalık temelli kurulur ise, sosyal medyanın bireyin yaşamına katkısı da o denli yapıcı olabilmektedir.

ÖNERİLER

Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımının ruh sağlığı üzerindeki etkilerini azaltmak ve dijital farkındalığı artırmak amacıyla çeşitli önlemler alınmalıdır. Öncelikle, üniversite düzeyinde dijital medya okuryazarlığına yönelik seminerler ve atölye çalışmaları düzenlenmelidir. Bu eğitimler aracılığıyla öğrencilerin sosyal medya ile sağlıklı sınırlar kurmaları teşvik edilmelidir. Sosyal medya kullanımına ilişkin psikoeğitim programları geliştirilmeli ve üniversitelerin psikolojik danışmanlık birimleri bu konuda aktif rol üstlenmelidir. Öğrencilerin duygusal dayanıklılıklarını artıracak, sosyal karşılaştırma davranışlarını azaltacak bireysel ve grup temelli psikolojik destek çalışmaları yürütülmelidir. Ayrıca, sosyal medya bağımlılığına yönelik farkındalık kampanyaları hayata geçirilmeli ve bu tür bağımlılıklar erken dönemde tanımlanarak müdahale edilmelidir. Son olarak, gençlerin sosyal medya dışındaki sosyal ilişkilerini güçlendirecek yüz yüze etkileşim alanları artırılmalı ve dijital yaşam ile gerçek yaşam arasında denge kurmaları desteklenmelidir.

KAYNAKÇA

Arıcan, S., & Arıcı, H. (2021). Sosyal medyanın gençlerin din algısına etkileri. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, *8*(2), 1062–1106. https://doi.org/10.17859/pauifd.1020477

Atalay, Z., & Tamkoç, B. (2022). TikTok kullanan gençlerin kendilik algılarının incelenmesi. *Sosyal Sağlık Dergisi*, *2*(2), 17–35.

Ayaz, A., & Barış, A. B. (2024). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, *8*(4), 1006–1025. https://doi.org/10.47525/ulasbid.1572348

Baran, A. G. (2019). Türkiye'de gençlerin gönüllülük faaliyetlerine katılım durumu. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, *7*(Gençlik ve Gönüllülük), 5–26.

Bulduklu, Y., & Koçak, A. (2021). Benlik saygısının gençlerin mobil telefon bağımlılığı ile ilişkisine yönelik bir araştırma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, *18*(43), 6328–6355. https://doi.org/10.26466/opus.899200

Cantürk, G., & Yüksel, İ. (2020). Dijital medyanın ortaöğretim çağındaki gençlerin düşünme biçimleri üzerindeki etkileri. *Uluslararası Eğitim Araştırmacıları Dergisi*, *3*(2), 222–243.

Cender, G., & Kuş, Z. (2024). Gençlerin dijital ortamlarda siyasal katılımları. *Türkiye*

Bilimsel Araştırmalar Dergisi, *9*(2), 126–146.

Çağlayan, M. T., & Arslantaş, H. (2023). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığını etkileyen faktörler ve sosyal medya bağımlılığının depresyon ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, *24*(3), 334–348. https://doi.org/10.51982/bagimli.1191206

Çakmak, S., & Müezzin, E. E. (2018). Sosyal medya kullanımının iletişim becerileriyle ilişkisinin incelenmesi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, *2*(3), 196–203.

Çopur, Z., & Aktaş, M. (2018). Sosyal medya kullanımının eşler arasındaki strese etkisi. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, *3*(6), 142–153.

Doğan, M., & Özcan, Z. (2022). Gençlerin inanç eğilimlerinin anlaşılması bağlamında dua ibadeti. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, *9*(3), 1044–1076. https://doi.org/10.17859/pauifd.1205511

Kandemir, S., & Toprak, H. K. (2023). Gençlerin dini referans dünyası ve dijital medya. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, *64*(2), 557–590. https://doi.org/10.33227/auifd.1320301

Kaynak, Ç. C., & Yılmaz, M. (2023). Gençlerin Tanrı algısı bağlamında yaşadıkları inanç sorunları ve kendi çözüm önerileri. *Eskiyeni*, *51*, 1110–1146. https://doi.org/10.37697/eskiyeni.1307433

Okatan, B. (2021). Giyilebilir teknolojiye karşı gençlerin tutumlarını etkileyen faktörlerin teknoloji kabul modeli kapsamında değerlendirilmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, *25*(2), 491–506.

Ökten, M. S. (2023). Sosyal medya kullanım amaçları ölçeği: Üniversite öğrencileri üzerinde bir validasyon çalışması. *Mavi Atlas*, *11*(2), 238–254. https://doi.org/10.18795/gumusmaviatlas.1325896

Şahin, H. (2022). Covid-19 pandemisine gençlerin gözüyle bakmak: Toplumsal bağlar bakımından eleştirel bir söylem analizi. *Ahi Evran Akademi*, *3*(1), 102–114.

Şener, S. (2021). Sosyal medyanın gençlerin düşünce ve değerlerine etkisi. *Akademik Platform İslami Araştırmalar Dergisi*, *5*(3), 529–553. https://doi.org/10.52115/apjir.979579

Şimşek, T. (2018). Televizyon yarışma programlarının liseli gençlerin kimlik gelişimi ve sosyalleşme sürecine etkilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: "Survivor örneği". *Sosyolojik Düşün*, *3*(1–2), 14–28.

Taşğın, Ö., Bozgeyikli, H., & Boğazlıyan, E. E. (2017). Üniversiteli gençlerin işsizlik kaygıları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki. *Hak İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, *6*(16), 551–567.

Üstündağ, A., & Doğan, Ö. (2016). 10-14 yaş arası gençlerin televizyon izleme alışkanlıkları ve çok izledikleri diziler. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, *43*, 77–97.

Yolsal, M., Bilgiseven, E. B., & Muradoğlu, S. (2017). Gençlerin dönüştürücü liderlik algısı üzerine bir araştırma. *Al Farabi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, *1*(3), 423–441.

Zehra Sena ÖZTÜRK
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji (Tezli)
zehraoztrkk14@gmail.com

VAKA ADI:

ÇOCUKLUKTA AİLEYLE KURULAN BAĞLANMANIN YETİŞKİNLİKTE DUYGUSAL AÇIKLIK VE GÜVEN ÜZERİNDEKİ ETKİSİ*

*Tüm katılımcıların kimlikleri gizli tutulmuş, veriler anonimleştirilmiştir.

PROBLEM TANIMI

Bu çalışma, erken çocukluk döneminde bakım verenle kurulan bağlanma ilişkisinin, bireylerin yetişkinlikteki duygusal açıklık ve kişilerarası güven düzeyi üzerindeki etkisini incelemektedir. Kuramsal çerçeve, Bowlby'nin bağlanma kuramı temelinde şekillendirilmiştir. Bowlby'nin bağlanma kuramına dair temel çalışmaları (1969, 1973, 1980) ve bu yaklaşımın güncel yorumları (2012) bağlamında değerlendirildiğinde göre, erken dönem bağlanma örüntüleri bireyin sosyal ilişkilerinde temel bir rol oynamaktadır. Araştırmalar, güvenli bağlanmanın sağlıklı ilişkilerle; güvensiz bağlanmanın ise terk edilme kaygısı ve duygusal kapanmayla ilişkili olduğunu göstermektedir Yavuzer (2013) ve Gençtan (2021). Bu bağlamda Mikulincer ve Shaver'ın 2007 ve 2016'daki çalışmalarında da vurguladığı üzere, bağlanmanın yetişkinlikte duygusal güven ve açıklık üzerinde belirleyici bir etkisi olduğunu ifade eder. Fonagy ve Target'ın 1997, 2002 ve 2003 yıllarında geliştirdikleri mentalizasyon temelli bağlanma yaklaşımına göre ise mentalizasyon yetisinin, güvenli bağlanma geliştirmede kilit bir rol oynadığını öne sürer. Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall'un 1978 tarihli Strange Situation deneyinde sınıflandırdığı bağlanma stillerine dayanarak ise bağlanma stillerini ilk kez gözlem yoluyla sınıflandırarak bu yapıyı sistematik hale getirmiştir.

Bu bağlamda, 2025 yılında yürütülen nitel bir çalışmada, 20-45 yaş aralığındaki 15 katılımcıyla yapılan görüşmelerde çocukluk deneyimleri ve bu deneyimlerin yetişkinlikteki ilişkilere yansıması ele alınmış, veriler bağlanma kuramı çerçevesinde analiz edilmiştir.

ÖZET

Bu araştırma, erken çocuklukta bakım verenle kurulan bağlanmanın yetişkinlikteki duygusal açıklık ve güven duygusu üzerindeki etkisini incelemektedir. Bowlby'nin bağlanma kuramına dair temel çalışmaları (1969, 1973, 1980) ve bu yaklaşımın güncel yorumları (2012) bağlamında değerlendirildiğinde göre bağlanma örüntüleri, bireyin ilişkisel işleyini belirleyici bir unsurdur. Güvenli bağlanan bireyler ilişkilerde daha açık ve dengeliyken; güvensiz bağlananlarda terk edilme kaygısı ve güven sorunları daha sık görülmektedir. ((Gençtan, 2021); (Yavuzer, 2013)) Bu bağlamda Mikulincer ve Shaver'ın 2007 ve 2016'daki çalışmalarında da vurguladığı üzere, bağlanmanın yetişkinlikte duygusal güven ve açıklık üzerinde belirleyici bir etkisi olduğunu ifade eder. Fonagy ve Target'ın 1997, 2002 ve 2003 yıllarında geliştirdikleri mentalizasyon temelli bağlanma yaklaşımına göre ise mentalizasyon yetisinin, güvenli bağlanma geliştirmede kilit bir rol oynadığını öne sürer. Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall'un 1978 tarihli Strange Situation deneyinde sınıflandırdığı bağlanma stillerine dayanarak ise bağlanma stillerini ilk kez gözlem yoluyla sınıflandırarak bu yapıyı sistematik hale getirmiştir.

20-45 yaş arası 15 katılımcıyla yapılan bu nitel çalışmada, görüşme verileri içerik analiziyle değerlendirilmiş; bulgular, bağlanma kuramı temelinde yorumlanmıştır. Elde edilen sonuçlar, erken bağlanma deneyimlerinin yetişkinlikteki duygusal güven üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir.

GİRİŞ

Bağlanma kuramı, bireyin erken çocukluk döneminde bakım verenle kurduğu ilişkilerin, yaşam boyu sürecek sosyal ve duygusal bağların temelini oluşturduğunu ileri sürer Bowlby'nin bağlanma kuramına dair temel çalışmaları (1969, 1973, 1980) ve bu yaklaşımın güncel yorumları (2012) bağlamında değerlendirildiğinde. Özellikle ebeveynle geliştirilen ilk bağlanma deneyimleri, bireyin kendilik algısı, duygularını ifade etme biçimi ve başkalarına

duyduğu güven üzerinde belirleyici bir rol oynar Yavuzer (2013). Güvenli bağlanma geliştiren bireyler, yetişkinlikte daha sağlıklı ve açık ilişkiler kurma eğilimindeyken; güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerde terk edilme korkusu, duygusal bastırma ve güven sorunları daha sık görülmektedir Gençtan (2021). Bu bağlamda Mikulincer ve Shaver'ın 2007 ve 2016'daki çalışmalarında da vurguladığı üzere, bağlanmanın yetişkinlikte duygusal güven ve açıklık üzerinde belirleyici bir etkisi olduğunu ifade eder. Fonagy ve Target'ın 1997, 2002 ve 2003 yıllarında geliştirdikleri mentalizasyon temelli bağlanma yaklaşımına göre ise mentalizasyon yetisinin, güvenli bağlanma geliştirmede kilit bir rol oynadığını öne sürer. Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall'un 1978 tarihli Strange Situation deneyinde sınıflandırdığı bağlanma stillerine dayanarak ise bağlanma stillerini ilk kez gözlem yoluyla sınıflandırarak bu yapıyı sistematik hale getirmiştir.

Bu çalışmada, çocuklukta aileyle kurulan bağlanma ilişkilerinin, yetişkinlikteki duygusal açıklık ve güven duygusu üzerindeki etkileri, çoklu vaka analizi yöntemiyle incelenmiştir. Katılımcı anlatıları, bağlanmanın yalnızca çocukluk dönemiyle sınırlı kalmadığını; bireyin yaşam boyu ilişkisel örüntülerini biçimlendiren bir yapı olduğunu göstermektedir.

Bu vakayı inceleme motivasyonum, danışmanlık süreçlerinde sıkça karşılaşılan güven problemlerinin temelinde erken bağlanma deneyimlerinin etkisini gözlemlememdir. Bu bağlamda, bağlanma örüntülerinin yetişkinlikteki romantik ve sosyal ilişkilere nasıl yansıdığını teorik ve pratik düzeyde analiz etmek anlamlı bulunmuştur.

ÇOCUKLUKTA AİLEYLE KURULAN BAĞLANMA

Yetişkinlikte yaşanan güven sorunları, duygusal açıklıkta zorlanma ve terk edilme kaygısı gibi durumlar, çoğunlukla çocukluk dönemindeki bağlanma örüntüleriyle ilişkilidir (Bowlby, 2012; (Yavuzer, 2013)). Güvenli bağlanan bireylerin sosyal ilişkilerde daha açık ve dengeli oldukları; güvensiz bağlanan bireylerde ise duygusal mesafe ve kaygının daha belirgin olduğu saptanmıştır Gençtan (2021).

Araştırma kapsamında görüşülen katılımcıların bir kısmı, çocuklukta ebeveynlerinin yanında olduğunu ve duygusal destek aldıklarını ifade etmiştir. Örneğin bir katılımcı, "İhtiyaç duyduğumda ailem hep yanımdaydı" diyerek güvenli bağlanmanın izlerini taşımaktadır. Diğer katılımcılar ise duygusal ihmali, mesafeli ebeveyn davranışlarını ve erişilemezliği vurgulamıştır. Bu

anlatılar, bağlanmanın yalnızca fiziksel değil, duygusal erişilebilirlikle de bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır Bowlby'nin bağlanma kuramına dair temel çalışmaları (1969, 1973, 1980) ve bu yaklaşımın güncel yorumları (2012) bağlamında değerlendirildiğinde. Bu bağlamda Mikulincer ve Shaver'ın 2007 ve 2016'daki çalışmalarında da vurguladığı üzere, bağlanmanın yetişkinlikte duygusal güven ve açıklık üzerinde belirleyici bir etkisi olduğunu ifade eder. Fonagy ve Target'ın 1997, 2002 ve 2003 yıllarında geliştirdikleri mentalizasyon temelli bağlanma yaklaşımına göre ise mentalizasyon yetisinin, güvenli bağlanma geliştirmede kilit bir rol oynadığını öne sürer. Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall'un 1978 tarihli Strange Situation deneyinde sınıflandırdığı bağlanma stillerine dayanarak ise bağlanma stillerini ilk kez gözlem yoluyla sınıflandırarak bu yapıyı sistematik hale getirmiştir.

AILE DİNAMİKLERİNİN BAĞLANMA ÜZERİNDEKİ ROLÜ

Çocuklukta gelişen bağlanma biçimleri yalnızca bakım verenin fiziksel varlığıyla değil, aynı zamanda aile içi iletişim tarzı, ebeveyn tutumları ve duygusal erişilebilirlik gibi dinamiklerle de şekillenmektedir Yavuzer (2013). Katılımcı ifadeleri, ebeveynin duygusal olarak ulaşılabilir olmamasının bağlanma sürecini olumsuz etkilediğini göstermektedir. Örneğin bir katılımcı, annesinin yanında olduğunu ancak psikolojik sorunları nedeniyle ona duygusal olarak ulaşamadığını belirtmiştir. Bir diğer katılımcı ise ebeveynin mesafeli ve baskıcı tavrına dikkat çekmiştir.

Bu tür aile dinamikleri, çocuğun bağlanma figürüne güven geliştirmesini zorlaştırmakta ve duygusal ihmal riskini artırmaktadır. Dolayısıyla bağlanma, sadece ebeveynin fiziksel mevcudiyetiyle değil, ilişkisel denge ve duygusal süreklilikle doğrudan ilişkilidir ((Gençtan, 2021); Bowlby, 2012).

YÖNTEM

Bu çalışmada, nitel araştırma yöntemlerinden içerik analizi temelli çoklu vaka analizi deseni benimsenmiştir. Araştırmanın amacı, çocuklukta aileyle kurulan bağlanma ilişkilerinin yetişkinlikteki duygusal açıklık ve kişilerarası güven düzeyi üzerindeki etkilerini katılımcı deneyimleri üzerinden derinlemesine incelemektir.

Veri toplama sürecinde, yaşları 20 ila 45 arasında değişen 15 katılımcıyla

derinlemesine yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, geçmiş bağlanma deneyimlerini ve bu deneyimlerin bugünkü ilişkilerine yansımalarını aktarmaları için yapılandırılmış görüşme formundaki açık uçlu sorulara yanıt vermiştir. Sorular; (1) çocuklukta bakım verenle kurulan ilişkiler, (2) duygusal destek ve ifade biçimleri, (3) yetişkinlikte yakın ilişkilerde güven hissi ve açıklık düzeyi, (4) terk edilme korkusu ve duygusal mesafe gibi temalar etrafında şekillendirilmiştir.

Görüşmeler, katılımcıların tercihine göre yüz yüze ya da çevrim içi yollarla yürütülmüş; sesli kayıtlar alınarak yazılı döküme aktarılmıştır. Katılımcıların kimlik bilgileri gizli tutulmuş, tüm veriler gönüllülük ve bilgilendirilmiş onam ilkeleri doğrultusunda etik kurallar çerçevesinde toplanmıştır.

Veri analizi sürecinde, elde edilen anlatılar tematik içerik analizi yaklaşımıyla değerlendirilmiş; benzer ifadeler kodlanarak ortak temalar altında birleştirilmiştir. Katılımcı anlatılarında öne çıkan yapılar bağlanma kuramı Bowlby'nin bağlanma kuramına dair temel çalışmaları (1969, 1973, 1980) ve bu yaklaşımın güncel yorumları (2012) bağlamında değerlendirildiğinde çerçevesinde yorumlanmış; vaka odaklı analizlerle bireysel örüntüler raporlanmıştır. Her bir vaka kendi bağlamsal bütünlüğü içinde değerlendirilmiş; güvenli, kaygılı ve kaçıngan bağlanma örüntülerine ilişkin veriler karşılaştırmalı olarak sunulmuştur. Bu bağlamda Mikulincer ve Shaver'ın 2007 ve 2016'daki çalışmalarında da vurguladığı üzere, bağlanmanın yetişkinlikte duygusal güven ve açıklık üzerinde belirleyici bir etkisi olduğunu ifade eder. Fonagy ve Target'ın 1997, 2002 ve 2003 yıllarında geliştirdikleri mentalizasyon temelli bağlanma yaklaşımına göre ise mentalizasyon yetisinin, güvenli bağlanma geliştirmede kilit bir rol oynadığını öne sürer. Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall'un 1978 tarihli Strange Situation deneyinde sınıflandırdığı bağlanma stillerine dayanarak ise bağlanma stillerini ilk kez gözlem yoluyla sınıflandırarak bu yapıyı sistematik hale getirmiştir.

TERK EDİLME KORKUSU VE GÜVEN SORUNLARI

Katılımcıların büyük çoğunluğu, çocukluk döneminde duygusal anlamda yeterli destek alamadıklarını, ebeveynlerinin ya fiziksel olarak ya da duygusal olarak uzak olduklarını belirtmiştir. Örneğin, bir katılımcı "İhtiyaç duyduğumda hep yalnız kaldım" derken, bir diğeri "Annem evdeydi ama duygusal olarak yoktu" ifadesiyle bağlanma figürüne erişim sorununu dile getirmiştir. Bu tür deneyimlerin, yetişkinlikte duygusal açıklıkta zorlanma ve ilişki kurarken tem-

kinlilik şeklinde yansıdığı görülmüştür. Buna karşın birkaç katılımcı, çocuklukta ailesiyle kurdukları güvenli ilişkilerin, bugün kurdukları bağlarda daha açık ve güvenli hissetmelerine katkı sağladığını ifade etmiştir. Bu bulgu, bağlanma kuramının öne sürdüğü teorik yapı ile örtüşmektedir. Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden çoklu vaka analizi deseni kullanılmıştır. Araştırmanın temel amacı, bireylerin çocukluk döneminde aileleriyle kurdukları bağlanma biçimlerinin, yetişkinlikteki duygusal açıklık ve güven düzeylerine nasıl yansıdığını derinlemesine incelemektir. Bu doğrultuda, amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilen 15 katılımcıya açık uçlu sorulardan oluşan bir görüşme formu uygulanmıştır. Katılımcılar, gönüllülük esasına göre belirlenmiş ve her birinden bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Katılımcılara yöneltilen sorular, çocukluk döneminde bakım verenle ilişkileri, yakın ilişkilerde hissettikleri güven düzeyi, duygusal ifade biçimleri ve terk edilme korkusu gibi temalar etrafında yapılandırılmıştır. Toplanan veriler içerik analizi yöntemiyle incelenmiştir. Görüşme metinleri dikkatlice okunarak anlamlı ifadeler kodlanmış, tekrar eden temalar belirlenmiş ve bu temalar üzerinden yorumlamalar yapılmıştır. Kodlama sürecinde bağlanma stilleri (güvenli, kaygılı, kaçıngan) ile duygusal güven düzeyleri arasındaki ilişki öncelikli olarak ele alınmıştır. Elde edilen bulgular, her katılımcının bağlanma deneyimiyle ilişkili olarak ayrıntılı şekilde değerlendirilmiş ve genel örüntüler vaka analizine dayalı olarak raporlanmıştır.

Araştırma Evreni ve Örneklem

Araştırmanın örneklemi, yaşları 17 ile 50 arasında değişen ve farklı sosyal çevrelerden gelen 15 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların 8'i kadın, 7'si erkektir. Katılımcıların tamamı geçmiş yaşantılarında aile içi ilişkilere dair çeşitli deneyimler yaşamış; yetişkinlikte ise farklı düzeylerde duygusal açıklık, güven sorunları veya ilişkisel zorluklar yaşamaktadır. Araştırma grubunun belirlenmesinde gönüllülük esas alınmış; katılımcıların bir kısmıyla yüz yüze, bir kısmıyla telefonla iletişim kurulmuştur ve açık uçlu sorular yöneltilmiştir. Katılımcıların kimlikleri gizli tutulmuş ve her biri, çalışmanın amacı hakkında bilgilendirilerek sözlü bilgilendirilmiş onamları alınmıştır.

Veri Toplama Süreci

Veriler, araştırmanın amacı doğrultusunda yapılandırılmış dört açık uçlu sorudan oluşan görüşme formu aracılığıyla toplanmıştır. Katılımcılara yöneltilen sorular, çocukluk döneminde aileyle kurulan bağlanma ilişkileri, yetişkinlikte yakın ilişkilerdeki güven hissi, duygularını ifade etme biçimleri

ve terk edilme korkusuna dair yaşantıları anlamaya yöneliktir. Veri toplama süreci katılımcıların tercihine göre farklı yöntemlerle yürütülmüştür. Bazı katılımcılarla yüz yüze, bazılarıyla telefon aracılığıyla görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Her katılımcı kendini en rahat ifade edebileceği yöntemi seçmiştir. Veriler yazılı ve sesli şekilde kayıt altına alınmış, ardından içerik analizine uygun biçimde metne dökülmüştür. Elde edilen yanıtlar, duygusal açıklık, bağlanma biçimleri, güven duygusu ve terk edilme korkusu gibi temalar doğrultusunda analiz edilmiştir. Kodlanan verilerden elde edilen örüntüler çoklu vaka analizi yöntemiyle değerlendirilmiş ve raporlanmıştır.

VERİ ANALİZİ

Veri analizi sürecinde kullanılan yöntem, içerik analizidir. Katılımcılardan alınan yazılı ve sesli yanıtlar dikkatlice okunmuş, tekrar eden ifadeler ve duygusal örüntüler belirlenerek tematik olarak kodlanmıştır. Kodlama sürecinde, bireylerin bağlanma biçimleri, duygusal açıklık düzeyleri, güven hissi ve terk edilme korkusu gibi temel konular üzerinde durulmuştur. Her vaka kendi içinde bireysel bağlamda ele alınmış, ortak temalar ise gruplanarak raporlanmıştır.

Analiz sonucunda ortaya çıkan ana tematik başlıklar şunlardır:

- Ebeveyn Erişilebilirliği ve Destek Düzeyi
- Yakın İlişkilerde Güven ve Güvensizlik Deneyimi
- Duyguları Açmada Zorluk / Açıklık
- Terk Edilme Korkusu ve Bağlanma Kaygısı
- İfade Edilmeyen Duygular ve İçsel Yalnızlık

Katılımcılara Yöneltilen Sorular

1-Küçük bir çocukken kendinizi en güvende hissettiğiniz anı hatırlıyor musunuz? Ne olmuştu?

2-Ailenizle duygularınızı açıkça paylaşabilir miydiniz? Nasıl tepkiler alırdınız?

3-Sizi en çok etkileyen bir aile içi olay/anı var mı? Bu olay size ne hissettirdi?

4- Sizce ailenizin size yaklaşımı nasıldı? (koruyucu, ilgisiz, baskıcı vb.)

5-Çocukken bir şeye ihtiyaç duyduğunuzda kime giderdiniz? O kişi genelde nasıl yanıt verirdi?

6-Kendinizi yalnız hissettiğiniz zamanları hatırlıyor musunuz? Bu duyguyu nasıl yönetirdiniz?

7-Ailenizin sizin duygusal ihtiyaçlarını anladığını düşünür müydünüz?

8- Şu anda yakın ilişkilerinizde (romantik, arkadaşlık, aile) güven kurmak sizin için kolay mı? Neden?

9-Biriyle duygularınızı paylaşmak konusunda kendinizi nasıl hissediyorsunuz?

10-Bir ilişkide karşı tarafla bağ kurmakta en çok zorlandığınız şey nedir?

Vakanın Sunumu

Vaka 1 – Güvenli Bağlanma Örneği

Katılımcı, çocukluk döneminde aile ortamının genel olarak destekleyici olduğunu ve özellikle anne ile kurulan ilişki üzerinden duygusal yakınlık deneyimlediğini ifade etmektedir. "Anne ve babamın ortasında uyuduğum geceler inanılmaz huzurlu ve güvende hissediyordum" ifadesi, çocuklukta içsel güven duygusunun geliştiğine işaret etmektedir.

Katılımcı duyguların aile ortamında her zaman açıkça konuşulmadığını belirtmiş, ancak büyük duygusal olaylar yaşandığında bu tür konuşmalara alan tanındığını ifade etmiştir. Bu durum, genel olarak dengeli fakat sınırlı duygusal iletişim yapısına işaret etmektedir.

Çocuklukta karşılaştığı zorlayıcı deneyimler arasında, "Annem ve babaannem arasında yaşanan tartışmalar" örneği öne çıkmaktadır. Katılımcı bu durumun kendisini "çaresiz" hissettirdiğini ifade etmiştir.

Ailesinin yaklaşımını "koruyucu ve ilgili" olarak tanımlayan katılımcı, özellikle ihtiyaçlarını açıkça ifade ettiğinde karşılık gördüğünü belirtmiştir. İhtiyaç duyduğunda genellikle annesine yöneldiğini ve onunla daha fazla vakit geçirdiğini dile getirmesi, birincil bağlanma figürüne yönelik olumlu bir aktarımı göstermektedir.

Yalnızlık duygusunu sık yaşamadığını, kalabalık bir aile ortamında büyüdüğü için çoğu zaman sosyal temas içinde olduğunu vurgulamaktadır. Ancak "fiziksel ihtiyaçların duygusal olanlara göre daha çok karşılandığı" yönündeki değerlendirmesi, duygusal destek konusunda ailede bazı sınırların olduğunu düşündürmektedir. Yetişkinlikte güven kurma konusunda zorlanmadığını, aksine ilişkilerde açık ve anlaşılır olmaya özen gösterdiğini ifade etmiştir.

Katılımcının ifadeleri, güvenli bağlanma örüntüsünün birçok boyutunu taşı-

maktadır. Duygusal farkındalığı gelişmiş, ilişkilerde açıklık ve güven düzeyi yüksek bir yapı gözlemlenmektedir.

Vaka 2 – Karma (Güvenli Temelli) Bağlanma Örüntüsü

Katılımcı, erken çocukluk döneminde bakım verenleriyle kurduğu ilişkileri genel olarak olumlu ve destekleyici olarak tanımlamaktadır. "Korkulu rüya gördüğüm sırada annenin kollarıydı" ifadesi, korku anında birincil bağlanma figürüne yönelme davranışını ve bu figürün erişilebilirliğini açık biçimde göstermektedir.

Katılımcı duyguların aile ortamında paylaşılabildiğini belirtmiş, empatik ebeveynlik örüntüsünün yaşandığını aktarmıştır.

Özellikle evlilik ilişkisinde başlangıçta uyum sorunları olduğunu ifade etmiş, ancak "konuşarak her şeyi hallettik" ifadesi, bağlanma zorluklarını çözme kapasitesine sahip olduğunu ve ilişkisel becerilerinin geliştiğini göstermektedir.

Bununla birlikte "eskiden duygularımı paylaşırdım fakat insanlara güvenmediğim için artık kendi kendimi teselli ediyorum" ifadesi, güvenli temeller üzerine inşa edilen bir bağlanma geçmişine rağmen yaşam içinde gelişen sosyal güvensizliklerin duygusal ifade biçimlerini etkilediğini göstermektedir.

Bu vaka, erken çocuklukta güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olup, yaşamın ileri dönemlerinde ilişkisel hayal kırıklıkları nedeniyle kısmen kaçıngan eğilimler geliştirmiş bir bireyin anlatısıdır.

Vaka 3 – Kaygılı-Kaçıngan Bağlanma Eğilimleri Gösteren Katılımcı

Katılımcı, çocukluk döneminde genel olarak destekleyici bir ortamda büyüdüğünü ancak yoğun kaygı ve yetişkinlikte gelişen güvensizlik hisleriyle şekillenen bir bağlanma örüntüsüne sahip olduğunu ifade etmektedir. "Annem çok hastaydı, onu kaybetme korkusu salmıştı beni" ifadesi, bağlanma figürüne dair yoğun kaygıyı göstermektedir.

Ailesinin "ilgili ve baskın" olduğunu belirtmesi, sevgiyle harmanlanmış ancak kontrolcü bir ebeveynlik biçimini yansıtmaktadır. Çocuklukta ihtiyaç duyduğunda çoğunlukla annesine yöneldiğini ve karşılık aldığını aktarmıştır.

Bu vaka, yalnızlık duygusuyla baş etme konusunda "kendi elimden tutup o duyguyu yönetmeye çalışıyordum" diyerek içsel regülasyon becerilerinin geliştiğini göstermiştir. Ancak "duygusal ihtiyaçlarım kısmen karşılanırdı" ifadesi, bağlanma ilişkisinde tutarsızlığa işaret etmektedir.

Yetişkinlikte güven ilişkilerinde zorluk yaşadığını ve "duygularımı paylaştığımda kendimi kötü hissediyorum" ifadesiyle duygusal açıklıkta gerileme

olduğunu belirtmiştir.

Bu anlatı, kaygılı-kaçıngan bağlanma örüntüsü gösteren bir bireyin, erken yaşlarda gelişen kayıplar ve baskıların yetişkinlikte güvensiz ilişki örüntülerine dönüştüğünü ortaya koymaktadır.

Vaka 4- Kaçıngan Bağlanma Örneği

Katılımcı, çocukluk döneminde annesinin koruyucu yaklaşımını güven duygusuyla ilişkilendirmiştir. Ancak duygularını ailesiyle paylaşmakta zorluk yaşadığını, olumsuz tepki aldığı için içine kapandığını ifade etmiştir. Aile içinde anlamlı bir anı olarak doğum gününde tüm ailenin bir araya gelmesini vurgulamıştır. Duygusal olarak sakin biri olduğunu, güven konusunda ciddi zorluklar yaşadığını ve kimseye kolay güvenmediğini ifade etmiştir. Duygularına dair tek kelimelik ifade olarak 'mutlu' ve 'güven' kelimelerini kullanmıştır.

Katılımcının duygularını bastıran, paylaşmaktan çekinen ve dış dünyaya karşı mesafeli tutumu, kaçıngan bağlanma stilini desteklemektedir. Ainsworth (1978) de tanımladığı kaçıngan bağlanma örüntüsünde olduğu gibi, birey yakın ilişkilerde duygusal mesafe kurarak kendini korumaya çalışmaktadır. Bu durum, Fonagy ve Target (2003)'in vurguladığı mentalizasyon eksikliğiyle de açıklanabilir.

Vaka 5- Karmaşık Güvensizlik ve İçsel Mesafe

Katılımcı, çocuklukta anne ve babasının yanında kendini güvende hissettiğini ancak annesiyle özel duygularını paylaşamadığını belirtmiştir. Aile içi çatışmaların bireyde kaygı ve korku yarattığını ifade etmiştir. Ailesini aşırı ilgili ve yönlendirici olarak tanımlamış, yalnızlık hissini çocuklukta değil büyüdükçe yaşadığını söylemiştir. Güven duymak yerine güven vermeye odaklandığını, duyguların zaaf yaratabileceğine inandığını ve paylaşmaktan çok düşünmeye önem verdiğini vurgulamıştır.

Bu anlatım, bireyin içsel güven duygusunu kendi içinde yeniden inşa etmeye çalıştığını gösterir. Mikulincer ve Shaver (2007), bu tarz içsel denetimli bireylerin genellikle duygusal yakınlık yerine bilişsel kontrolü tercih ettiklerini belirtmiştir. Katılımcı her ne kadar bağ kurmakta zorluk yaşamadığını söylese de, duygu paylaşımında zorlandığını ve başkalarına güvenmekten çok kendine dayandığını belirtmiştir.

Bu vaka, bağlanma örüntülerinin tek boyutlu olmadığını, bireylerin farklı yaşantılarla karma bağlanma stilleri geliştirebileceğini göstermektedir (Bowlby, 1980; Fonagy & Target, 2003).

BULGULAR VE TARTIŞMA

Görüşmelerden elde edilen yanıtlar doğrultusunda, çocuklukta yaşanan bağlanma biçimlerinin bireylerin duygusal güven seviyesini etkilediği görülmüştür. Bazı katılımcılar, çocukken ihtiyaç duyduklarında yanında birinin olmadığını ya da duygusal olarak yeterince destek göremediklerini belirtmiştir. Bu da onların ilerleyen yaşlarda ilişkilerde daha temkinli, mesafeli veya kaygılı davranmalarına neden olmuştur. Katılımcı ifadeleri, bağlanma kuramında geçen güvensiz bağlanma örüntüleriyle benzerlik göstermektedir. Özellikle terk edilme korkusu ve duyguları bastırma gibi durumlar dikkat çekmiştir. Bu sonuçlar, literatürde yer alan bazı çalışmalarla da örtüşmektedir. Yani bireyin erken dönemde yaşadığı bağlanma deneyimi, sonradan kurduğu ilişkileri önemli ölçüde etkileyebilmektedir. Genel olarak, çocuklukta yaşanan bu deneyimlerin yetişkinlikteki duygusal açıklık, güven hissi ve ilişki kurma biçiminde iz bıraktığı söylenebilir. Hukuki açıdan ise, çocuğun sağlıklı bağ kurabilmesi için gerekli olan duygusal ihtiyaçların karşılanmaması, bazı durumlarda ihmale girip çocuk hakları kapsamında değerlendirilmelidir. Ailenin çocuğa sağladığı güvenli ortamın yetersizliği, duygusal ihmalin bir türü olarak da ele alınabilir. Literatürde yer alan birçok çalışma (örneğin Bowlby ve Ainsworth'un kuramları) da çocuklukta kurulan bağın bireyin tüm yaşamını etkileyebileceğini savunmaktadır. Bu vaka çalışması da, bu kuramsal bilgileri destekler niteliktedir. Katılımcıların anlatıları, güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin ilişkilerde zorluk yaşadığını ve güven duygusunu tam olarak geliştiremediğini göstermektedir.Sonuç olarak, çocukluk döneminde kurulan bağlar sadece o dönemi değil, bireyin tüm yaşamını etkilemektedir. Bu durum hem bireysel düzeyde hem de toplumsal ölçekte önem taşımaktadır.

SONUÇ VE ÖNERILER

Bu çalışmada yapılan görüşmeler sonucunda, çocuklukta aileyle kurulan bağın bireyin duygusal gelişimi üzerinde kalıcı etkiler bıraktığı görülmüştür. Katılımcıların anlatımları, erken dönemde yaşanan ihmal veya güvensizlik duygusunun, ileriki yaşlarda kurulan ilişkilerde de devam ettiğini göstermektedir. Bu durum, bağlanmanın sadece çocuklukla sınırlı kalmadığını, bireyin hayat boyu ilişki kurma şeklini etkilediğini ortaya koymaktadır.

Vakadan çıkarılan en temel sonuçlardan biri, çocuklukta güvenli bir bağlanma deneyimi yaşayan bireylerin, yetişkinlikte daha sağlıklı ve dengeli ilişkiler

kurabildiğidir. Bunun tam tersi şekilde, duygusal ihmal veya destek eksikliği yaşayan bireylerin ise ilişkilerde daha fazla zorlandığı gözlemlenmiştir.

Olası çözüm önerisi olarak, ailelerin çocukların duygusal ihtiyaçlarını fark etmeleri ve bu ihtiyaçlara duyarlı yaklaşmaları büyük önem taşımaktadır. Ayrıca, özellikle erken çocukluk döneminde ebeveynlere yönelik psikoeğitim programlarıyla sağlıklı bağlanmanın nasıl kurulacağı konusunda farkındalık yaratılabilir. Okullarda ya da sağlık kurumlarında ebeveynlere yönelik destek sistemlerinin artırılması da uzun vadede bireylerin ruh sağlığını korumaya katkı sağlayabilir.

KAYNAKÇA

1. Akatlı, R., & Tunçay, G. Y. (2022). Ebeveynlerin bağlanma biçimlerinin çocuk yetiştirme tutumları üzerindeki yordayıcı rolü. Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 6(1), 175–203. https://doi.org/10.24130/eccdjecs.1967202261360
2. Bowlby, J. (2012). Bağlanma ve kayıp: 1. Bağlanma (Çev. V. Arslan). Pinhan Yayıncılık.
3. Demirel, A. C., & Batman, H. (2023). Bağlanma kuramı ve sosyal hizmet. Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi, 7(3), 682–695. https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/266593?utm_source=chatgpt.com
4. Gençtan, E. (2021). Psikodinamik psikiyatri: Normal ve normal dışı davranışlar. Remzi Kitabevi.
5. İstanbul Gelişim Üniversitesi. (n.d.). Akademik yayın PDF içeriği. https://acikerisim.gelisim.edu.tr/server/api/core/bitstreams/7a31b43c-b122-420f-a7f4-d090c6e95264/content
6. Psikologlar Derneği. (2023). Türkiye Psikologlar Birliği Dergisi. https://psikolog.org.tr/tr/yayinlar/dergiler/1031828/tpb123813.pdf
7. Tez Merkezi. (n.d.). Tez detay sayfası – F47KXV0RhnSeoOiFKzyWQA. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=F47KXV0RhnSeoOiFKzyWQA&no=HX8iGo4wKH7AeIXhaLfxpg
8. Tez Merkezi. (n.d.). Tez gösterim sayfası. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/TezGoster?key=q3-d9QtLoVA2OMExHSkJpQUEa43gmm4AQyq1LZd3dZmVj6nZt8_sYo4e8w8HFnoZ
9. Yavuzer, H. (2013). Çocuk psikolojisi. Remzi Kitabevi.

Psk. Zekiye ÖZDEMİR
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Psikoloji (Tezli) ve Klinik Psikoloji (Tezsiz)
zekiye.ozdemir66@gmail.com

VAKA ADI:

AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ BAŞKANI DONALD TRUMP İLE UKRAYNA DEVLET BAŞKANI VOLODYMYR ZELENSKiY'NİN WASHİNGTON DC'DEKİ BEYAZ SARAY'IN OVAL OFİSİ'NDE GERÇEKLEŞEN BASINA AÇIK TOPLANTININ İNCELENMESİ

PROBLEMİN TANIMI

Analize konu olan vakanın taraflarından biri olan Ukrayna topraklarında savaş devam ederken, ülkenin doğal zenginliklerinin paylaşım pazarlığının tüm medya kanalları ile canlı yayınına yansıtılarak kamuoyu önünde tartışılması ve alacak-verecek hesaplaşmasına dönen görüşmenin barış adına yapılması metalaşan dünya düzeninin kanıtı niteliğindeydi. Gerçek nedeni ekonomik ve güç ilişkileri olan bu savaş, dünya liderleri ve halk nezdinde kazanan-kaybeden, dost-düşman ve güçlü-zayıf nesnel (somut) kavramlar üzerinden tartışılmıştır. Binlerce kişinin ölümüne, yaralanmasına ve göç etmek zorunda kalmasına neden olan savaşın insani boyutu kamuoyunda tartışılmamıştır. Konu en basit tabiri ile şirketlerin bilançolarında alacak-vereceklerini gösteren muhasebe defterine hapsedilmiştir.

İncelemeye tabi tutulan vakada; İnsanların yaşamlarını iki taraflı seçeneğe mahkûm etmeye yönelik çalışan sistem ile, bireyin varoluşunu anlama ve anlamlandırma gelişimi manipüle edilerek, tartışmanın taraflarını kaybeden – kazanan olmak üzere iki kutuplu bir dünya düzenin yaratılmaya çalışıldığı analizi yapılmıştır. Bu düzende gelecekte daha büyük ve yıkıcı savaşların kaçınılmaz olduğu bir sistem ile dünyanın karşı karşıya getirilme riski öngörülmektedir.

VAKA ÖZETİ

28 Şubat 2025 tarihinde, Washington DC'deki Beyaz Saray'ın Oval Ofisi'nde, Amerika Birleşik Devletleri Başkanı Donald Trump ile Ukrayna Devlet Başkanı Volodymyr Zelenskiy arasında gerçekleşen basına açık toplantıda, iki liderin tartışması, tüm dünya ülkelerinin medya kanallarında canlı olarak yayınlanmıştır. Bu olay, ABD tarihinde, görevdeki başkanının ülkesini ziyaret eden diğer devlet başkanına, kamuoyu önünde gerçekleşen ilk sözlü saldırısı olarak değerlendirildi. Medya kuruluşları bu olayı, ABD Başkanı ile misafir Devlet Başkanı arasında benzeri görülmemiş bir kamusal yüzleşme olarak nitelendirdi. Olay Dünyada büyük bir yankı uyandırdı. Tarafların tutumları ve söylemleri devletler arası görüşme protokolüne aykırı olarak nitelendirilerek yaygın eleştiri konusu oldu.

Bu toplantıda İki liderin gündemindeki en önemli görüşme maddeleri, Ukrayna ve ABD arasında müzakere edilen mineral antlaşması ve Ukrayna-Rusya arasında devam eden savaşın sonlandırılmasına ilişkin Ateşkes antlaşmasıydı.

Trump'ın amacı; ABD'nin eski başkanı Joe Biden'ın Ukrayna'ya yaptığı 350 Milyar ABD dolarlık askeri ve finansal desteğine karşılık, bu antlaşma ile Ukrayna'nın doğal kaynaklarına erişim sağlayarak, nadir toprak elementlerinin kullanımını sağlamaktı.

Zelenskiy ise, ateşkese onay vermeden önce, Rus saldırganlığının sürmesi halinde daha güçlü güvenlik garantilerinin dahil edilmesini talep ediyordu. Zelenskiy, antlaşmanın yeterli ölçüde güvenlik garantilerini barındırmadığını belirterek Maden Kaynakları Anlaşmasını imzalamak istemedi.

Bunun üzerine Trump Ukraynalı mevkidaşına, milyonlarca insanın hayatıyla ve Üçüncü Dünya Savaşıyla kumar oynadığını, ülkesinin başının büyük bir belada olduğunu ve aralarındaki anlaşmayı imzadan kaçınmasının ülkesine karşı çok saygısızca bir davranış olduğunu ifade ederek mineral antlaşmasının imzalanması ile ateşkesin sağlanmasının mümkün olabileceğini ifade etti.

Toplantının son on dakikasında Amerika Birleşik Devletleri Başkanı ve Yardımcısı Vance, Ukrayna Devlet Başkanını defalarca azarlar şekilde eleştirdiler ve konuşmasını keserek daha fazla konuşmasını engellediler. Trump bu tartışmalar sırasında Zelenskiy'i eliyle dürterek ses tonunu yükseltti. Toplantı net bir çözüme varılmadan aniden sona erdi.

Olayın hemen ardından, Avrupa Birliği Devlet Başkanları başta olmak üzere ABD'nin yetkili organlarının temsilcileri, Rus yetkililer ve küresel figürler, sosyal medya aracılığıyla görüşlerini paylaştılar. Paylaşım yapanların bir kısmı

Zelenskiy'e desteklerini açıklarken, bir kısmı da Trump'ın yaklaşımını eleştirerek kınadılar. Avrupa Birliğinin bütün devlet başkanları Zelenskiy'e tam destek mesajları verirken, Rus yetkililer ise, toplantının sonucunu övdüler ve Zelenskiy'e ağır eleştiri yönelttiler.

Dünya medyasında canlı olarak verilen tartışmalı toplantıda, müzakere edilen savaşta ölen, sakat kalan, göç etmek zorunda kalan, malvarlığını kaybeden insanlar değil, müzakere edilmeye çalışılan ticari bir pazarlık antlaşmasıydı. Ateşkesin sağlanması adına dayatılan antlaşmanın şartı ülkenin maden kaynaklarının paylaşımıydı. Yani bir ülkenin doğal kaynaklarının sömürüsü olduğunu söylemek mümkündür. Aslında savaşın arka planında yatan neden de aynıydı. Savaşın da barışın da dayanağı bir ülkenin doğal kaynaklarının sömürüsü ve güç dengeleriydi. Sömürü konusu ülke aynı, ama sömüren taraf değişiyordu. Gerçekte olan bu durum sosyal medyada paylaşım yapan devlet başkanları tarafından tartışılmadı ve eleştirilmedi. Tam aksine sosyal medyada yaptıkları paylaşımlar sadece iki liderin çatışmacı iletişimi ve sergiledikleri tutum üzerinden saygılı-saygısız, mazlum-saldırgan, dost-düşman ve adalet, özgürlük, hak gibi söylemler ile olayın gerçek boyutu gölgelendi.

Medya kanallarında canlı olarak yayınlanarak Dünya kamuoyunun gözü önünde gerçekleşen bu vaka; 15. yüzyıldan 21. yüzyıla uzanan süreçte, insanın ve dünya doğal kaynaklarının, iktidarı ve gücü elinde bulunduran erkler tarafından nasıl sömürüldüğünü gözlemlemek açısından oldukça çarpıcı olmuştur. Ancak kamuoyunun geniş kesimleri tarafından bu durumun sorun olarak görülmemesi yanılgısı, insanlık tarihinde savaşların devamlılığına ve meşruiyetine zemin hazırlayacağı düşünülmektedir.

Bu düşünce çerçevesinde Dünya da büyük bir yankı uyandıran ve kamuoyunu iki kutuplu görüşe indirgeyen bu olay ve sonrasında gelişen olgular bütün detayları ile derinlemesine bir analize tabi tutularak, olayın kökeninde yatan dinamiklerin deşifresi, olası sonuçları ve çözüm önerileri değerlendirme konusu yapılmıştır.

YÖNTEM

Çalışmada nitel analiz yöntemi kullanılmıştır. Veriler Anadolu Ajansı, BBC ve diğer medya kuruluşlarının haber sitelerinde yayınlanan açık kaynaklardan elde edilmiştir.

Bu vakaya konu toplantının analizinde saptanan problemin kökenine ulaşmak ve problemin odağını oluşturan insanı iki seçenekli sisteme mahkûm eden

sürece ışık tutmak üzere, çalışma tarihsel bir perspektif ile sosyoloji, psikoloji ve felsefe olmak üzere üç disiplin üzerinden incelemeye tabi tutulmuştur.

Sosyoloji bilimi çerçevesinde; Michel Foucault'nun Biyoiktidar, Biyopolitika, İktidar, Bilgi Söylemi kavramları,

Psikoloji bilimi çerçevesinde; Byung Chul Han'nın Psikopolitika ve Jean Piaget'in Bilişsel Gelişim Kuramı,

Felsefe bilimi çerçevesinde ise; Carl Schmitt'in Siyasal Kavramı üzerinden ele alınmıştır.

Aynı zamanda yapılan bu çalışma; bir vaka analizinde dört farklı kavramsal olgu ile birlikte özellikle Jean Piaget'in Bilişsel Gelişim Kuramı ile ilişkilendirilerek yapılmış ilk çalışma olarak özgün bir değerliliğe sahip olduğu düşünülmektedir

Vaka Analizinde yararlanılan Kuramlar

PİAGET BİLİŞSEL GELİŞİM KURAMI (DÜŞÜNCENİN GELİŞİMİ):

Jean Piaget, bireylerin çocukluk dönemlerinden başlayarak bilişsel gelişimini inceleyerek, psikoloji ve eğitim alanında ufuk açan teoriler geliştirmiştir. Bu kuramlarından biri olan Bilişsel Gelişim Kuramının dönemleri şu şekildedir;

Duyu Hareket Dönemi (Doğum- 2 Yaş)

'Bebeğin zekâsı çevresiyle gitgide daha uyumlu hale gelen duyu-hareket etkileşimlerinde kendini gösterir. Bebek zihinsel düşünme ya da anlama anlamında ''bilmez'' ya da ''düşünmez''; daha çok duyu-hareket eylemleriyle tutarlı ve akla yakın yollarla çevresinin değişik yönleri üzerinde yaptığı işlemlerle ''bilir'' ve ''düşünür''.

İşlem Öncesi Dönem (2- 6 ya da Yaşlar)

'Bu düzeyde düşünce mantık dışıdır ve anlık görünür koşullara son derece bağımlıdır. Zihinsel tasarımlama şimdi olanaklı olsa da bilgi sistemli biçimde işlenmez. Küçük çocuklar belirli bir zamanda bir durumun yalnızca bir yönünü ele alma yeteneğine sahiptirler.'

Somut İşlemler Dönemi (7- 11 ya da 12 Yaşlar)

'Çocuklar şimdi bilgiyi sistemli ve mantıklı biçimde işleyebilirler, ama bunu

yalnızca bilgi somut biçimde verildiği zaman yapabilirler. Soyut bilgiler verildiğinde yetersiz görünürler. İlkokul çağındaki çocuklar somut bir dönüşümü zihinsel olarak tersine çevirebilir ve belirli bir zamanda bir durumun birçok yönünü ele alabilirler.'

Soyut İşlemler Dönemi (12 Yaş ve üzeri)

'Soyut İşlemlere ulaşan ergenler varsayımlar kurabilir, mantıksal sonuçlar çıkarabilir ve ister somut ister soyut biçimde sunulsun, karmaşık sorunları sistemli bir biçimde çözebilirler. '(Gander vd.2001 :251) (Tablo.8.1)

Piaget (1969) soyut işlem düşüncesini; "*...somut olandan, burada olmayana ve geleceğe yönelik ilgi doğrultusunda kurtulma. Bu büyük düşüncelerin ve kuramların başlamasının çağı, aynı zamanda şimdiki gerçekliğe uyum sağlamanın zamanıdır.". Piaget bunu ayrıca şöyle de betimledi*", *...somut ve şimdiki gözlemlerden çıkan önermeler hakkında varsayımlar ileri sürmeyi ve akıl yürütmeyi sağlayan bir düşünce dönüşümü"* olarak nitelemektedir (Gander, 2001:461).

Piaget, insanın düşünce gelişiminde ulaşabileceği son aşama olan soyut düşünme aşamasını; yaratıcı düşünceler oluşturma yetkinliğine sahip olma ve somut ve soyut bütün verilerin analiz edilerek, bireyin ileriye dönük olası kararların senaryolarını zihinsel dünyasında çoklu hipotezler oluşturabilmesi olarak tanımlamaktadır. Başka bir ifade ile Soyut Düşünce Evresi, sorun bulma, sorun çözme, yaşamı anlama ve anlamlandırma, geleceğe yönelik doğru kararlar alma, çoklu çözümler üretme, elde edilen tüm verilerin doğruluğunu araştırma, öneriler sunma gibi tüm bu olguları düşünsel dünyada canlandırarak soyut düşüncede var etmektir.

Her insan Piaget'in kuramına göre bilişsel gelişimin son aşaması olan soyut düşünme evresini gerçekleştirebilir mi?

Sorusuna ' *'Piaget bunun kişinin zekâsı, aldığı eğitim, kültür ve çevre ile etkileşim içinde kısmi, geç veya erken olabileceğini olanaklı görmektedir. Arlin ise; kişilerin bir bölümünün sorun çözme (problem solving) aşamasına ulaşabileceğini, küçük bir azınlığın ise karmaşık düzey olan sorun bulma (Problem finding) aşamasına ulaşabileceğini kabul etmektedir*. ''(Gander,2001:466)

Analize konu olan vakanın çözüm önerisinin odağı; kişilerin soyut düşünce evresi ile birlikte karmaşık düzey olan **sorun bulma** noktasına ulaşabilmesini oluşturmaktadır.

CARL SCHMITT SİYASAL KAVRAMI:

Schmitt'e göre siyasal kavramının tanımı ancak özgül siyasal kategorilerin keşfi ve bunların saptanmasıyla mümkün olabilir. Bazı alanlar ise zıtlıklarıyla beraber tanımlanmak zorunda olabilir. Schmitt bu alan ayrımlarını, ahlakta iyi-kötü, estetikte güzel-çirkin, ekonomide ise yararlı-zararlı ve kar getiren-kar getirmeyen kavramları ile ifade etmiştir.

Schmitt siyasal kavramın açıklanmasında dost-düşman ayrımını kullanmaktadır. Dost-düşman ayrımı diğer ayrımlarla birleştirilmemeli ve karıştırılmamalıdır. Çünkü dost-düşman ayrımı tamamen özerktir. Schmitt'e göre siyasal anlamda düşmanın ahlaki açıdan kötü, estetik açıdan çirkin ve ekonomik açıdan zararlı-kar getirmeyen olarak tanımlanmasına ihtiyaç yoktur. Geçerli olan sadece düşmanın yabancı olmasıdır. Düşman tarafın farkına varmak için, varoluşsal anlamda katılım ve dâhil olmak yeterlidir. Her iyiden dost ve her kötüden düşman olmaz.

Ona göre tüm siyasal kavramların, tasavvurların ve sözcüklerin polemik oluşturmaya müsait karakterleri bulunmaktadır. Tüm bu kavramların nihai sonucu bir savaş veya bir devrim olabilir. Dost ve düşman karşıtlığı olan bu kavramların somut bağlamları bulunmaktadır (Schmitt, 2006).

MICHEL FOCUALT'NUN BİLGİ, İKTİDAR, SÖYLEM VE BİYOİKTİDAR KAVRAMLARI:

Michel Foucault (1926–1984), 20. yüzyılın en etkili Fransız filozoflarından, tarihçilerinden ve düşünürlerinden biridir. Bilgi, söylem, iktidar, toplumsal kurumlar ve özne ilişkileri üzerine yaptığı çalışmalarla, felsefe, sosyoloji, tarih, psikoloji ve siyaset teorisi gibi birçok alana önemli katkılar sağlamıştır**.**

Michel Foucault'nun biyoiktidar kavramı; modern ulus devletlerin ve modern kapitalizmin amaçlarını gerçekleştirmek için, insan bedenlerin kontrol edilmesini, bireylerin bedenlerini, günlük yaşamlarını, tavırlarını hedefe alarak ve nüfusun kontrol edilmesini sağlayan sayısız ve farklı tekniklerin uygulanışındaki bir iktidar teknolojisidir. Foucault bu terimi ilk olarak, College de France'daki derslerinde ve Cinselliğin Tarihi adlı kitabının ilk cildi olan Bilme İstenci'nde kullanmıştır.

Terim tam anlamıyla bedenler üzerine kurulan iktidardan bahseder. Modern öncesi, feodal dönemin cezalandırıcı disiplini yerine, disipline edilmiş beden ile iktidarın yeni bir sürece girdiğini belirtir. Düşünürün disiplin toplumu ve

düzenleyici kontroller adını verdiği teknolojiler sayesinde, iktidar tek tek bedenlerde var olur, insan bedenini uysallaştırıp tek tipleştirerek, toplumu tek beden gibi yönetmeye başlar. Yani bireyin tüm bedeninin kılcal damarlarına nüfuz ederek, toplumu tek bir ağ gibi kuşatır. Burada sadece bedenler tek tipleştirilmez, modern insan kimliği adı altında aynı zihin yapısına sahip benlikler inşa edilir. Kişinin benliği istila edilerek, tıp ve Psikoloji gibi bilimler araçsallaştırılarak, iktidarın belirlediği normlar çerçevesinde yeni benlikler inşa edilir (Özdemir, 2020). Başka bir ifade ile; daha uygar, daha özgür ve modern insan kimliği, bireyin doğal seçimi değil, Foucault'nun da işaret ettiği gibi, biyoiktidar tarafından inşa edilmiş bir kimliğe bürünür (Atabey, 2024). Foucault iktidarın bir normalizasyon toplumu oluşturmaya yönelik bu uygulamalarını "*biyoiktidar*" kavramıyla açıklarken, iktidarın insanların bedenleri üzerinden yürüttüğü faaliyetleri ise "*biyopolitika*" olarak değerlendirmektedir (Atabey, 2024).

''Foucaul*t'nun nüfus tanımlamasıyla kastettiği hukuki ya da politik bir varlığın ötesinde; ölüm ve doğum oranları, yaşam süresi, sağlık seviyesi, refahın üretimi ve dolaşımı gibi kendi süreçleri ve belirleyenleri tarafından biçimlendirilen toplumsal bir bedeni tanımlamaktadır."* (akt. Atabey, 2024:193).

Foucault'ya göre; disipline edilerek tek tipleştirilen uysal bedenler, iktidarın ürettiği bilgi, söylem aracılığı ile gerçekleşir. Modern dönem ile birlikte, Psikoloji, Sosyoloji, Edebiyat, Felsefe, Tıp gibi insan bilimleri ile, insan nesne olarak ele alınmıştır. İktidarın gücü elinde bulundurmak ve toplumu kendi normlarına göre yönetmek için ürettiği bilgi, insanın hem öznesi hem de nesnesi olmaktadır. Yani birey disipline edici bir şekilde kurgulanmış bilgi çerçevesinde inşa edilmektedir. Birey kendi özgür bilinci ile şekillenmiş özne yerine; iktidar tarafından üretilen doğruluğu ve hakikati temsil eden bir bilgi olma zorunluluğunu barındırmayan bilgi ve söylem aracılığı ile uysallaştırılmış ve bedeni denetim altında tutulmuş neyi yapıp yapmaması gerektiği konusunda disipline edilmiş bir özne olmaktadır (Gencay, 2009).

Foucuault iktidar sahiplerinin gücünü ve varlığını sürdürebilmesi için, ürettikleri bilginin, hakikat ve doğruluk söylemi zeminine oturtulması yeterlidir. Hakikat ve doğruluk Foucault düşüncesinin kilometre taşlarıdır (Özdemir, 2020).

BYUNG CHUL-HAN PSİKOPOLİTİKA:

Byung-Chul Han'ın psikopolitika kuramı, neoliberal toplumlarda iktidarın nasıl işlediğini açıklamak için geliştirdiği bir düşünce çerçevesidir. Han, günümüzdeki iktidar biçimlerinin, disiplin toplumlarının doğrudan baskıcı, gözetle-

yici ve zorlayıcı yöntemlerinden farklı olarak, bireyleri özgürlükleri aracılığıyla yönlendiren daha ince, daha sinsi bir kontrol biçimi olduğunu belirtmektedir (Duman, 2019). Han, insanların performanslar toplumunda yaşadığını ve kendilerini özgür zannettiğini, insanların performans gösterebilmesi için özgürlük gerektiğini, ancak bu özgürlüğün insanların sömürülmesine hizmet ettiğini ifade etmekte ve bu durumu "*Kendini özgür sanan performans öznesi aslında bir köledir*" cümlesi ile vurgulamaktadır (Han, 2019: 12). Chul han neoliberalizmin hâkim olduğu günümüz dünyasında, kendini özgür sanan insanın, aslında iktidarın proje nesnesi olarak bir köle olduğunu, yaşanılan dijital çağda, insanların iktidarın baskı ve dayatmasıyla değil, aksine kendi istek ve arzularıyla sömürülmekte olduğunu ifade etmektedir. Günümüz dünyasında insanın karşısında, feodal dönemlerde olduğu gibi, insanı köleleştiren bir efendisi olmadığını, insanın kendi kendini gönüllü olarak köleleştirdiğini belirtmektedir.

Chul-Han, Michel Focualt'nun işaret ettiği, nüfusu kontrol altına alan baskılayıcı norm ve geleneklerle işleyen biyopolitika yerine, küresel yeni bir kültür inşa edilerek, bireylerin sosyal medyada kendilerini gerçekleştirme motivasyonu ile kendilerini teşhir ettiklerini söylemektedir.

Dijital çağda, bireyler sürekli veri üretir. Bu veriler, sadece tüketici davranışlarını değil, düşünce yapılarını da analiz etme ve yönlendirme amacıyla kullanılır. Han, bu durumu "şeffaflık diktatörlüğü" olarak adlandırmaktadır.

Her şeyin görünür olması, kontrolü kolaylaştırır. Birey bu yol ile, dışsal kontrolü içselleştirerek, kendi üzerinde tahakküm kurar. Böylece iktidarın işi de kolaylaşır. Çünkü bu sayede direniş de olmaz, insanlar zaten sistemin taleplerine göre davranır ve bunun farkında olmaz.

Özelikle son yüzyılda yaşanan teknolojik gelişmeler ve dijitalleşme eğilimleri, bireylerin zihinsel optimizasyonunun manipüle edilmesine olanak sağlayarak, insanı savunmasız duruma getirmiştir.

GİRİŞ

İnsanlık tarihinin savaşların tarihi olduğunu söylemek mümkündür. 80 milyondan fazla insanın öldüğü, tarihin en büyük savaşlarından olan II. Dünya Savaşından günümüze değin geçen 80 yıllık sürede, savaşlar makro ölçekte olmasa da vekalet savaşları kamuflajında mikro ölçekte devam etmektedir. Günümüzde Rusya-Ukrayna, İsrail-Filistin, Hindistan-Pakistan devletleri arasındaki savaşlar ile Suriye›deki iç savaşta binlerce insan yaşamını kaybetmiş, yaralanmış, göç etmek zorunda kalmış ve malvarlığını kaybetmiştir.

İnsanın doğal ortamda yaşarken sadece hayatta kalma mücadelesi, yerleşik hayata geçmesi ile birlikte sahip olma, zenginleşmek ve hükmetme isteği ile dünyada büyük savaşların doğmasına sebep olmuştur. Dünya da yaşanan savaşların tarihsel izlerine bakıldığında, dünya kaynaklarının paylaşılamaması, güç ilişkileri ve ağırlıklı olarak yöneten-yönetilen sorunsalının olduğunu görmek mümkündür.

Yöneten-yönetilen düzeninde insan bedeni, yüzyıllar boyunca iktidarlar tarafından baskılanarak, denetim altında tutulması gereken bir olgu olarak görülmüştür. İnsan bedeninin kuşatılması, iktidarı elinde bulunduran erkin varlığını sürdürmesinde kilit rol oynamıştır. İktidarların yönetim şekilleri ve birey üzerine kurdukları tahakküm şekilleri ise toplumların yaşadığı ekonomik, tarihsel olaylar ve teknolojiler ile değişimlere uğramıştır.

İnsan bedeninin ve zihninin denetim altına alınma sürecinin 15. yüzyıldan itibaren Avrupalı denizcilerin yaptığı coğrafi keşiflerle birlikte zenginleşme ve Batılılaşma hareketiyle başladığını söylemek mümkündür. (Fisunoğlu vd,2018)

On beşinci yüzyılda coğrafi keşiflerle başlayan kolonyal yönetim düzeni ile beraber keşfedilen coğrafyanın yer altı ve yerüstü kaynakları sömürülürken; sömürülen coğrafyada yaşayan yerli halklar insanımsı hayvanlara benzetilerek çoğu katledilmiştir. Sömürgeciler, kendilerini uygarlığın ve bilimin temsilcisi, yerli halkları ise medeni olmayan, vahşi ve tehlikeli görerek katliamları meşrulaştırmaya çalışmışlardır. İşgücüne ihtiyaç duyduklarını ise uygarlaştırma ve geri kalmışlığı ortadan kaldırma söylemleri ile insan bedenlerini cezalandırıcı disiplin modeli ile inanç ve düşünce yapılarını dönüştürmüşlerdir. (Özensoy,2019)

On yedinci yüzyılda Sanayi devrimi ile yaşanan iktisadi dönüşümlerle birlikte sömürgecilik anlayışı kılık değiştirerek kapitalist sisteme dönüşmüştür. Foucault, bu dönüşümü; iktidarın iktisadi gelişmelere paralel olarak oluşturduğu yeni düzende, toplumda denetlenebilir gözetim uygulamaları yoluyla, uysal bedenlerin oluşturulduğuna dikkat çekerek, bu disiplini cezalandırıcı yöntemlerle değil, toplumsal normlara uyum süreci ile gerçekleştiğine işaret etmiştir.

Foucault'nun belirttiği gibi birey kendi özgür bilinci ile şekillenmiş özne yerine; iktidar tarafından üretilen doğruluğu ve hakikati temsil eden bir bilgi olma zorunluluğunu barındırmayan söylem aracılığı ile insan bedeni denetim altında tutulmuş neyi yapıp yapmaması gerektiği konusunda disipline edilmiş tek tipleştirilmiş beden ve zihinler inşa edilmeye çalışılmıştır. (Gencay, 2009).

On sekizinci yüzyılın ikinci yarısından itibaren, iktidarların tekil olarak insan bedenine yönelik yönetme-hükmetme yöntem ve uygulamaları yerini,

nüfusun kollektif bedenine yönelik yönetme-hükmetme yöntem ve uygulamalarını önceleyen anlayış gelişmiştir. İktidar insan bedeninin tüm kılcal damarlarına nüfuz ederek toplumun tamamını bir ağ gibi kuşatarak tek tipleştirilmiş beden ve benlik yapıları inşa sürecine girmiştir. (Özdemir,2020) Yani toplumsal normlar, hukuki düzenlemeler ve modern insan kimliği ile insan bedeni bir nesne gibi iktidarların şekillendirilmesine tabi kılınmıştır.

21. yüzyılda ise, sosyal medyanın ortaya çıkması ve gelişmesiyle birlikte, iktidarların yeni sömürü toprakları insan zihinleri olmuştur. İletişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler ve internetin toplumsal yaşamın vazgeçilmez bir unsuru haline gelmesi sonucunda, küresel kapitalist dünyada, "*biyopolitika*" yerini, insan zihnini denetim altında tutulmasını amaçlayan "*psikopolitikaya*" bırakmıştır. (Han, 2019). Psikopolitikanın en yaygın olarak kullanıldığı araçların başında sosyal medya platformları gelmektedir. Dijitalleşme eğilimleri ve teknolojik tekniklerle bireylerin zihinlerinin optimizasyonunun manipüle edilmesi amaçlanmıştır. Chul Han'ın işaret ettiği gibi, içinde yaşadığımız çağ '' dijital psikopolitika Çağı'na'' evrilmiştir. (Han,2019)

Günümüzde sosyal medya, insanların nasıl yaşaması gerektiğini, neyi yaparsa mutlu olacağını, nasıl daha güzel görüneceğini, neleri sevmesi gerektiğinden satın alacağı şeylere kadar, tatilini nerede geçirmesi gerektiğine kadar tüm tercihlerini belirlemekte, bu şekilde bir ilaç prospektüsü gibi, yaşamı bu şekilde yaşadığın zaman iyi olursunu sunmaktadır. Bu prospektüs artık modern kapitalizmin değil taktığı yeni maske ile küresel kapitalizmin reçetesi olmuştur. Sosyal Medya aracılığı ile artık ulus devletlerin biyoiktidar yolu ile toplumsal normlarla biçimlenmiş beden ve zihinleri yerine, ülke sınırlarının ortadan kaldırıldığı, çoklu kültür yerine küresel kültür ile yoğurulmuş uysal zihinler inşa edilmesi hedeflenmiştir

Sosyal medya aracılığı ile, düşünsel olanın metalaştırılarak ve insanın yaşadığı mutluluk, haz, öfke, üzüntü, acıları dahi sosyal medya platformlarında görselleştirilerek, elle tutulur bir varlığa dönüştürülmektedir. (Atabey, 2024)

İnsanlar varoluşlarını hissetmek için, sosyal mecralarda görüntülenmeye, değerli olduklarını hissetmek için ise, mümkün olabildiğince daha fazla ürün satın alarak sahip olmak ile mümkün olabileceğine inandırılmaktadır. Somut olarak bir metaya sahip olmak, yaşamda olmanın kanıtı niteliğine dönüşmüştür. Otomatikleşmiş bu duruma Chul Han "insan daha fazla özgür olduğunu zannederek, bir projenin şekillendirdiği ve adeta kurgulanmış bir robot gibi otomatikleşmiş davranışlara sahip olduğunun farkına varamaz" demektedir (Balcı, 2021) Charlie Chaplin'in rol aldığı Modern Zamanlar filminde olduğu

gibi insan kendine yabancılaşarak bir robot gibi makinenin çarkları etrafında dönen bir dişliden farkı kalmaz.

Sunulan yeni yaşam biçimi artık bireyin yaşadığı yerel toplumsal norm ve kültürlere göre değil, sanattan eğlenceye, yeme içme tarzımızdan, nasıl güzel olunacağına, nasıl mutlu olunacağına ve kaç kilo olmamız gerektiğine kadar yeni kurallar koyan bir sisteme dönüştürülmüştür. Yeni sömürü düzeninde, bireyin ihtiyacının karşılanmasına yönelik tüketim anlayışı terkedilmekte; ihtiyacından daha fazlasını tüketerek ve tükettiklerini sosyal medyada teşhir ederek, aldığı hazzı, yaşadığı heyecanları bedeni ile birlikte gösteri haline getirerek diğer kullanıcıların seyir zevkine ve beğenisine sunarak yaşamına dair her şeyi nesnelleştirmektedir. Küresel kapitalist sistem sosyal medya platformları ile, Aimé Césaire de'nin ifade ettiği gibi; sömürgeciliğin sömürülen özneyi sadece sömürmekle kalmayıp, aynı zamanda insanlıktan çıkarıp nesnelleştirdiğini bir denklem yoluyla formüle eder. "Kolonileştirme=Şeyleştirme (thingification)." (Akt. Güler,2024:118)

Görüldüğü gibi 15. Yüzyılda başlayan sömüren-sömürülen ilişkisinin anlamı değişmemiş, sömürünün biçimi değişmiştir. Jean Piaget'in Bilişsel Gelişlim Kuramında belirttiği gibi, insanın gelebileceği son aşama olan, soyut işlemler evresi ile gözlemlerden çıkan önermeler hakkında varsayımlar ileri sürmeyi ve akıl yürütmeyi sağlayan bir düşünce dönüşümü ve yaşamı anlama ve anlamlandırma gelişimi, sosyal medya ile manipüle edilmekte. İnsan, yaşamını sadece somut nesnel varlıklar üzerinden değerlendirmeye tabi tutarak, sahip olma ve sahip olduğu metalar üzerinden hayatına değer atfetmektedir.

Carl Marks'ın belirttiği gibi, insan kendi özüne yabancılaşarak sadece somut nesnel varlıklar üzerinden kendini değerlendirmeye tabi tutarak, sistemin dayattığı sahip olma ve sahip olduğu metalardan mutlu olabilen insan modeline dönüşebilmektedir.

Bütün bu olgular ışığında; 28.02.2025 tarihinde oval ofiste, iki devlet başkanı arasındaki basına açık yapılan toplantıda; savaşta ölen, sakat kalan, göç etmek zorunda kalan ve malvarlığını kaybeden insanlar yerine; kar-zarar, kazanan-kaybeden, dost-düşman, saygılı-saygısız, haklı-haksız, mağdur-zalim ikilemleri çerçevesinin dışına çıkmayan bir tartışmanın gerçekleşmesinin altında yatan neden olarak, 15.yüzyıldan 21.yüzyıla uzanan sömürü sistemini görmek mümkün olacaktır.

ABD Devlet Başkanı Ukrayna Devlet Başkanına "ya barış ya da savaş" dayatması ile Maden Kaynakları Anlaşmasını imzalamaya zorlamaktadır. Burada "barış" seçeneğinin pozitif olarak değerlendirme yanılgısına düşülmemelidir.

Çünkü barışın şartı ülkenin doğal kaynaklarının paylaşımıdır. Yani ülkenin doğal kaynaklarının sömürüsüdür.

ABD Devlet Başkanı Ukrayna Devlet Başkanını antlaşmayı imzalamaması halinde, Üçüncü Dünya Savaşının Çıkmasına sebep olacağını belirterek tehdit etmektedir. Bu vaka canlı yayın ile tüm sosyal platformlarında yayınlanarak insanların seyir zevkine ve beğenme ve beğenmeme seçeneklerine hapsedilerek sunulmuştur. Üçüncü seçenek ya da seçenekler tartışılmamıştır. İnsan zihninin iki seçeneğe mahkûm edilme serüveni; üstünde çalışılması ve derinlemesine araştırılma yapılması gereken bir olgu olduğu düşünülmektedir.

VERİLER

28 Şubat 2025 tarihinde Washington DC'deki Beyaz Saray'ın Oval Ofisi'nde, Amerika Birleşik Devletleri Başkanı Donald Trump ile Ukrayna Devlet Başkanı Volodymyr Zelenskiy arasında gerçekleşen görüşmenin detayları;

Anadolu Ajansı-Hakan Çopur, İslam Doğru

Trump ile Zelenskiy, Oval Ofis'te kameralar önünde tartıştı

Zelenskiy Trump öncesi başkanlar da dahil, ABD yönetiminin, Rusya Devlet Başkanı Vladimir Putin'i durdurmadığından şikâyet etmesi esnasında görüşmede hazır bulunan Başkan Yardımcısı JD Vance, "Sayın Başkan, Amerikan medyasının önünde bu konuyu gündeme getirmeye çalışmak için Oval Ofis'e gelmeniz, bence saygısızlık." diye tepki gösterdi.

Vance, ABD'nin Ukrayna'ya, problemlerle boğuşurken yardım etmeye çalıştığını söylerken Zelenskiy, her ülkenin problemi olduğunu ancak uzakta bulunan ABD'nin bunu hissetmediğini söyledi.

Bunun üzerine Trump, Zelenskiy'ye "Ya bu anlaşmayı imzalarsınız ya da biz yokuz. Bir sorunu çözmeye çalışıyoruz. Bize ne hissedeceğimizi söyleme. 3. Dünya Savaşı ile kumar oynuyorsun ve bu yaptığın bizim ülkemize saygısızlık. Bir sorunu çözmeye çalışıyoruz. Bize ne hissedeceğimizi söyleme çünkü bunu tam olarak dikte edecek konumda değilsin. Ne hissedeceğimizi dikte edecek konumda değilsin. Kendimizi çok iyi hissedeceğiz. Kendimizi çok iyi ve çok güçlü hissedeceğiz." şeklinde karşılık verdi.

Zelenskiy'nin araya girip bir şeyler söylemesine fırsat vermeyen Trump, sözlerine, "Ülkenizin başı büyük belada. Bunu biliyorsun. Ülkemize saygısızlık ediyorsun, biz olmadan kazanamayacağınızı biliyorum." diye devam etti.

Trump, devam eden tartışmada, "Eğer askeri teçhizatımız olmasaydı, bu

savaş iki hafta içinde biterdi. Bütün o tankları yok etmeniz için size Javelin füzelerini ben verdim. Bize karşı daha minnettar olmalısınız çünkü elinizde kartlarınız yok. Biz varken kartlarınız var ama biz yokken hiç kartınız yok." diye konuştu.

Donald Trump, ABD'nin "aptal" bir başkanı tarafından Ukrayna'ya 350 milyar dolar yardım edildiğini ve Zelenskiy'nin kendileriyle çalışması durumunda kazanabileceğini savundu.

Bu esnada araya giren ABD Başkan Yardımcısı JD Vance, Zelenskiy'ye "Ukrayna'nın savaşmak için yeterince adama sahip olmadığını" söyleyince Zelenskiy, "Ülkemize hiç geldiniz mi? Gelip görebilirsiniz bunu." diye karşılık verdi.

Trump, "Bugün nadir toprak elementleri anlaşmasını imzalayacağız. Ukrayna ile yapacağımız bu anlaşma çok adil bir anlaşma ve ABD'nin büyük bir taahhüdü olacak." dedi.

Trump, Rusya ile Ukrayna arasındaki bir barış anlaşmasının kaçınılmaz olduğunu belirterek "Önce anlaşmayı müzakere etmek zorundayız, şimdi anlaşmanın sınırlarını çizmeye başladık." diye konuştu.

Zelenskiy ile önce anlaşmaya varmaları gerektiğini, şu anda güvenlik garantileri konusunda endişelenmediğini belirten Trump, "Her zaman taviz vermek zorundasınız ve onun da (Zelenskiy) kesinlikle taviz vermesi gerekecek." ifadelerini kullandı.

Trump, savaş süresince yaptıkları için Zelenskiy ve askerlerine teşekkür ederek çok zorlu bir mücadele verdiklerini ancak artık bu işin bitmesi gerektiğini söyledi.

Zelenskiy ise '' nadir toprak elementleri anlaşması için mevcut metnin "yeterli" olmadığını kaydetti. Savaşı Putin'in başlattığını belirten Zelenskiy, Ukrayna'nın yeniden inşasını da onun karşılaması gerektiğini dile getirdi.

Zelenskiy, "Sadece ateşkesi asla kabul etmeyeceğiz. Güvenlik garantileri olmadan hareket etmeyeceğiz." ifadelerini kullandı.

Anlaşma imzalanmadı

ABD Başkanı Donald Trump ile Ukrayna Devlet Başkanı Volodimir Zelenskiy arasında Oval Ofis'te yaşanan tartışmanın ardından ortak basın toplantısı iptal edildi, Zelenskiy Beyaz Saray'dan ayrıldı.

Anadolu Ajansı

WASHINGTON, 28 Şubat (Reuters) - Ukrayna Devlet Başkanı Volodimir Zelenskiy'nin Donald Trump ile görüşmesi, iki liderin Rusya ile savaş konu-

sunda dünya medyası önünde Beyaz Saray'da yaptığı sıra dışı bir tartışmanın ardından felaketle sonuçlandı.

Bu tartışmanın hemen ardından yapılan sosyal medya paylaşımları;

Ukrayna'yı Destekleyen Sosyal Medya Paylaşımları:

- Polonya Başbakanı Donald Tusk, X hesabından, Zelenkiy'yi etiketleyerek "*Sevgili Zelenskyy, Ukraynalı dostlar yalnız değilsiniz*" dayanışma mesajını paylaştı.
- İspanya Başbakanı Pedro Sanchez, X paylaşımında, "*Ukrayna, İspanya seninle*" ifadesini kulandı.
- Litvanya Cumhurbaşkanı Gitanas Nauseda sosyal medya paylaşımında, "*Ukrayna, asla yalnız yürümeyeceksin*" ifadesiyle Zelenskiy'e desteğini gösterdi.
- Norveç Başbakanı Jonas Gahr Store paylaşımında, "*Adil ve kalıcı bir barış için verdikleri haklı mücadelede Ukrayna'nın yanındayız*" ifadesini kullandı.
- Portekiz Başbakanı Luis Montenegro X hesabından, "*Ukrayna her zaman Portekiz'e güvenebilir*" sözleriyle desteğini gösterirken, Letonya Başbakanı Evika Silina da yaptığı sosyal medya paylaşımında ülkesinin Ukrayna'nın yanında olduğunu vurguladı.
- AB Dış İlişkiler ve Güvenlik Politikası Yüksek Temsilcisi Kaja Kallas, X hesabından; "*Ukrayna Avrupa'dır. Ukrayna'nın yanındayız. Saldırgana karşı mücadeleye devam edebilmesi için Ukrayna'ya desteğimizi artıracağız. Bugün, özgür dünyanın yeni bir lidere ihtiyacı olduğu açıkça ortaya çıktı. Bu meydan okumayı üstlenmek bize, Avrupalılara düşüyor.*" paylaşımını yaptı.
- AB Komisyonu Başkanı Ursula von der Leyen ve AB Konseyi Başkanı Antonio Costa da sosyal medya hesaplarından ortak mesaj paylaştı. Von der Leyen ve Costa, mesajlarında; "*Saygınlığınız Ukrayna halkının cesaretini onurlandırıyor. Güçlü, cesur ve korkusuz olun. Başkan Zelenskyy asla yalnız değilsiniz. Adil ve kalıcı bir barış için sizinle çalışmaya devam edeceğiz*" yazdılar.
- Almanya Başbakanı Olaf Scholz da "Ukrayna Almanya'ya güvenebilir" yazılı açıklamasında bulundu. Scholz açıklamasında, "*Hiç kimse barışı Ukrayna vatandaşlarından daha fazla isteyemez. Bu nedenle kalıcı ve adil bir barışa giden yolu bulmak için birlikte çalışıyoruz. Ukrayna Al-*

manya'ya ve Avrupa'ya güvenebilir" ifadelerini kullandı.

- Almanya'da seçimi kazanan Hristiyan Demokrat Birlik Partisi (CDU) Genel Başkanı Friedrich Merz de Zelenskiy'yi etiketleyerek yaptığı paylaşımda, "*Sevgili Volodimir iyi ve zor zamanlarda Ukrayna'nın yanındayız. Bu korkunç savaşta saldırgan ile kurbanı asla birbirine karıştırmamalıyız*" değerlendirmesinde bulundu.
- Almanya Dışişleri Bakanı Annalena Baerbock, X hesabından yaptığı paylaşımda, şunları kaydetti: "*Ukrayna yalnız değildir. Almanya, Avrupalı müttefiklerimizle birlikte Ukrayna'nın yanında ve Rus saldırganlığına karşı durmaktadır. Ukrayna Almanya'nın, Avrupa'nın ve ötesinin sarsılmaz desteğine güvenebilir. Onların demokrasiyi savunmaları, barış ve güvenlik arayışları bizim de desteğimizdir.*"
- Almanya Sağlık Bakanı Karl Lauterbach ise X'ten yaptığı paylaşımda, "*Bu tarihi ve eşi benzeri görülmemiş bir durumdur. Kazanan tek başına (Rusya Devlet Başkanı Vladimir) Putin'dir. Avrupa'nın birliği ve gücü her geçen gün daha önemli hale geliyor*" dedi.
- Belçika Başbakanı Bart De Wever de, X hesabından yaptığı paylaşımda, "*Ukrayna ve halkının, sebepsiz Rus saldırganlığına karşı kendisini savunmak için verdikleri tarihi mücadelenin arkasındayız. Onların mücadelesi bizim mücadelemizdir. Birlikte güçlüyüz*" dedi.
- Belçika Dışişleri Bakanı Maxime Prevot ise; "*Ukrayna bize güvenebilir. Üç yıldır özgürlüğü için bu kadar çok mücadele eden bir ülkenin her zaman yanınızda olacağız. Ukrayna'nın egemenliği ve toprak bütünlüğü ihlal edildi. Adil, kapsamlı ve kalıcı bir barış için Belçika ve AB'nin tarihin doğru tarafında yer alacak*" sözlerini paylaştı.
- Hollanda Başbakanı Dick Schoof X hesabından yaptığı paylaşımda Ukrayna'ya desteklerinin süreceğini kaydederek, "*Kalıcı bir barış ve Rusya tarafından başlatılan saldırganlığın sona ermesini istiyoruz. Ukrayna için, tüm halkı için ve Avrupa için"* ifadelerini kullandı.
- Hollanda Dışişleri Bakanı Caspar Veldkamp X paylaşımında, Ukraynalı mevkidaşı Andrii Sybiha ile gelişmeleri ele almak üzere telefonda görüştüğünü vurgulayarak, görüşmede Ukrayna'ya tam desteklerini yinelediğini belirtti.
- Fransa Dışişleri Bakanı Jean-Noel Barrot X hesabından yaptığı açıklamada, "*Bir saldırgan var: Putin'in Rusya'sı. Bir saldırıya uğrayan var: Ukrayna halkı. Bunun karşısında ve ortak güvenliğimiz için bir zaruret var: şimdi Avrupa. Söz devri kapandı, icraata geçelim*" sözlerini paylaştı.

- İsveç Başbakanı Ulf Kristersson, X hesabından, "İsveç Ukrayna›nın yanında. Sadece özgürlüğünüz için değil, aynı zamanda tüm Avrupa›nın özgürlüğü için de savaşıyorsunuz. Büyük Ukrayna" ifadelerini kullandı.

Ukrayna Karşıtı Sosyal Medya Paylaşımları:

- Rusya Federasyon Konseyi Başkan Yardımcısı Konstantin Kosaçev de Zelenskiy'nin Beyaz Saray'da yalan söylemeye devam ettiğini belirterek, "*Zelenskiy, bu turu kaybetti. Zelenskiy'nin bir sonraki turda dizleri üstüne çökmesi gerekecek*" ifadesini kullandı.
- Rusya parlamentosunun alt kanadı Devlet Duması milletvekillerinden Aleksey Juravlyov, Rus haber ajansı RİA'ya yaptığı açıklamada, Zelenskiy'nin ABD'nin güvenini kaybettiğini ifade ederek, "*ancak bu, savaşın sona ereceği anlamına gelmiyor. Rusya'ya karşı olan Avrupalılar, palyaçoyu kendi kaderine terk etmeyecek*" dedi.
- Rus senatör Aleksandr Şendryuk-Jidkov da Zelenskiy'nin görevini bırakması gerektiğini vurgulayarak, "*Beyaz Saray'daki müzakereler, Zelenskiy'nin artık dünya siyasetinde yeri olmadığını gösterdi. Maalesef, herkes bunu anlayana kadar 3 yıl geçti*" değerlendirmesini yaptı.
- Hükümet Verimlilik Departmanından (DOGE) sorumlu, milyarder iş insanı Elon Musk da, X hesabından yaptığı paylaşımda, Zelenskiy'yi tartışmada "kaybeden" kişi olarak niteledi ve "*kendini Amerikan halkının gözünde mahvetti*" ifadesini kullandı.
- Cumhuriyetçi Partinin kıdemli senatörlerinden Güney Carolina Senatörü Lindsey Graham da basın mensuplarına yaptığı açıklamada, Trump ile Zelenskiy'nin tartışması hakkında, "*Oval Ofis'te gördüğüm saygısızlıktı ve artık Zelenskiy ile iş yapabilir miyiz, bilemiyorum*" dedi.
- Hazine Bakanı Scott Bessent ise sosyal medya hesabından Trump'a küresel olarak ABD'nin çıkarlarını savunduğu için teşekkür ederken Trump'ın özel danışmanı Andrew Wheeler da Trump ve yardımcısının "saygısızlığa" tahammül etmeyeceğini belirtti.

Siyaset cephesinde yapılan bu açıklamaların yanında, sosyal medya kullanıcıları Zelenskiy ve Trump'ı yapay zekâ ile Zelenskiy'nin Trump'a yumruk atarak devirdiğini gösteren şiddet içerikli paylaşımlar yapıldı. Kamuoyu tarafından vakanın değerlendirilmesi; ZelenskİY mazlum, Trump ise zalim ve kötü biri olarak yine ikili seçeneğe indirgenerek tasvir edildi.

VERİ ANALİZİ VE TARTIŞMA

Tarihsel süreçler içerisinde İnsan bedenini ve zihnini metalaştıran ve yaşanan olaylardan çıkarım yapmayı değil sadece sistemin sunduğu tercihlere göre seçim yapmaya iten Dijital Çağ, Byung Chul Han'ın belirttiği gibi ''beğendim Kapitalizmine'' dönüşmüştür. Binlerce insanın yaşamsal kaderini tayin edecek olan vakaya konu toplantı, sosyal medya aracılığı ile iki seçenekli beğendim ve beğenmedim seçeneğine indirgenmiştir, Devlet başkanları dahil, dünya kamuoyu tercihlerini ve görüşlerini sosyal medya üzerinden teşhir etmiştir.

Sosyal medya üzerinden paylaşım yapan devlet liderlerinin ve yetkililerinin açıklamalarına bakıldığında dost-düşman, saygılı-saygısız, haklı-haksız olmak üzere ikili zıt kutuplar üzerinden yapıldığı görülmektedir.

Schmitt'e göre siyasal anlamda düşmanın ahlaki açıdan kötü, estetik açıdan çirkin ve ekonomik açıdan zararlı- kar getirmeyen olarak tanımlanmasına ihtiyaç yoktur. Tek kıstas düşmanın öteki olması. Düşman taraf senin amaçlarına fikirlerine katılmayan, dost olanın ise senin tarafında olması yeterlidir. Ukrayna Avrupa Birliği Ülkesi olmamasına rağmen aynı dili dahi paylaşmamasına rağmen ortak çıkarlarda birleştikleri için karşı tarafı düşman ilan ederek, aralarında bir anlamda pakt kurmuşlardır.

Foucault'nun işaret ettiği gibi özgürlük, barış, adalet, haklının ve mağdurun yanında olmak gibi kimsenin itiraz edemeyeceği evrensel etik değerler üzerinden yapılan söylemler ile savaşı meşru zemine oturtmaya çalışıldığı görülmektedir. Açıklama yapan ülkelerin liderleri kulağa hoş gelen bu söylemler ile; kendi vatandaşlarının desteğini sağlayarak, düşmanlaştırdıkları öteki tarafla birlikte güç, iktidar ve doğal kaynakların paylaşım pazarlığı uğruna savaşın mağdurlarını birer hayalet yerine koyduklarını görmek mümkündür.

Ülkenin doğal kaynakları, Amerika'nın Ukrayna'ya verdiği askeri destek karşılığında pazarlığa konu edilmiştir. Sonuca bakıldığında ise Ukrayna hem Amerika hem de Rusya tarafından madeni kaynaklarının paylaşıldığı ve halkının bir kısmının can, mal kaybına uğradığı, sakat kaldığı ve bir kısmının göç etmek zorunda kaldığı ülke ekonomisinin ciddi tahribata uğradığı bir tablo ile yüz yüze kalmıştır. Dünya kamuoyu medya platformlarında bu durumu sadece seyretmiştir. Yani bu tartışma Chul Han'ın belirttiği gibi sosyal medya aracılığı ile insanların adeta seyir zevkine sunulmuştur.

Bu vaka, insan zihinlerinin sosyal medya aracılığı ile işgal edildiği ve sosyal medya bağımlılığının insanları olaylardan çıkarım yapmak yerine (Piaget'in soyut İşlem evresi) dijital Âmin noktasına getirdiğinin en büyük kanıtı niteli-

ğindedir. (Han,2019)

İktidarların gücünü ve varlıklarını idame ettirmek için insan bedenleri ve zihinlerini inşa etme sürecinde cezalandırıcı disiplin ile başlayan süreç, disiplin edici iktidar ile devam etmiş ve son olarak psikopolitika ile direkt insan zihinlerinin sömürüsü hedeflenerek; bireyin Piaget in soyut işleme evresi olan ve yaşamı anlama ve anlamlandırma, sorunun farkında olabilme, akıl yürütme safhası manipüle edilmektedir. İnsanlar insani duygulara yabancılaştırılmakta, nesnel veriler üzerinden sistemin sunduğu ikili tercihlerle sınırlı bir yaşam biçimi kullanıma sunulmaktadır.

Teknolojilerin hızla gelişmesi ile dijital dünya yaşamamızın her alana sızarak adeta vücudumuzun ayrılmaz bir uzvu gibi dijital bağımlılığa dönüşmüştür. Chul Han'ın ifade ettiği dijital bağımlılık ile, birey yaşadığı toplumun normlarına, kültürlerine yabancılaştırılarak, küresel kapitalizmin amacına hizmet eden küresel kültürün normları ile yoğrulmuş yeni benliklerin inşası hedef alınmıştır. Nasıl düşünmesi yönünde otomatiğe bağlanmış tek tip zihinler bu sefer makinenin bir dişlisi gibi insanların acısına karşı duyarsız hareket edebilmektedir. Dijital bağımlılıkta çevrim içinde olmak (bu vakada olduğu gibi), bireyin gerçeklik dediğimiz dünya ile yani çevrim dışında olan dünya ile bağını kopartmakta. Çevrim içi bir dünya insanı beğendim kapitalizmine bir parmak hareketine indirgemektedir. İki zıt kutuplu tercih üzerine kurgulanmış olan projenin nesnesi olan insan için Chul Han şunu söylemektedir;

"*Akıllı iktidar bilinçli ve bilinçdışı düşüncelerimizi okur ve değerlendirir. İnsanların kendi iradeleriyle kendilerini düzene sokmasını ve optimize etmesini bekler. Böylelikle de üstesinden gelmesi gereken bir direnç ile karşılaşmaz. Bu tahakküm büyük bir çabaya, zor kullanmaya gerek duymaz, öylece gerçekleşiverir. Hoşa gitmeye çalışarak ve bağımlılık yaratarak hükmetmeyi amaçlar. Bu da ''Beğendim'' kapitalizmi için şu uyarıyı gündeme getirir****. İstediğim şeyden koru beni.*****"** (Han,2019:25)

Çünkü istediğimizi zannettiğimiz şey iktidarların ya da sermayenin çıkarına hizmet ederek, insanların felaketler yaşamasına sebep olabilecek bir zeminin temelini oluşturabileceği unutulmamalıdır.

Chul Han' ın işaret ettiği gibi Heyecan Kapitalizmi ile insanın tüm dünyası oyunlaştırılmıştır. "İşin oyunlaşması homo ludens'i (oynayan insan) sömürür". İnsan oynadığı sırada kendini tahakküm ilişkilerine tabi kılar. ''Beğendim''lerle, ''arkadaş'' ya da ''izleyen''lerle toplumsal iletişim de günümüzde oyun şekline sokulmuştur. İletişimin oyunlaştırılması ticarileştirilmesini de birlikte getiri. Ama bu insani iletişimi bozar.'' (Han, 2019: 57-58).

Çevrim içi bir çatı ile hapishaneye çevrilmiş dijital dünyada insanlar çalışma konumuz olan vakayı, oyunlaştırılmış bir seyir gibi izledi. Savaşın mağdur ettiği insanlar savaş oyunlarındaki gibi bir imge olmanın ötesine geçmemiştir. Dijital ortamda sadece sayıdan ibaret kalarak, tartışmanın taraflarını haklı-haksız, saygılı-saygısız, güçlü-zayıf, mağdur-saldırgan, dost-düşman olmak üzere ikili zıt seçeneklere indirgemiştir.

Zıtlık iki olguyu kapsar var ya da yok. Bu durum insanı sadece somut düzlemde düşünmeye ve yaşamaya zorunlu kılar. İnsan duyguları olan ve yaşam amacı ve yaşamı anlama anlamlandırmaya ihtiyaç duyan bir varlıktır. İnsanın kendi seçeneklerini yaratması Piaget'in söylediği gibi soyut düşünme evresine geçişi ile mümkündür. Dijital çağ ile sosyal medya, aklın ve anlamlandırmanın rafa kaldırıldığı bir çağ olmuştur. (Han,2019)

Herkes soyut işlem düşüncesini gerçekleştirir mi? Sorusuna Piaget kişinin zekâsı, aldığı eğitim, kültür ve çevre ile etkileşim içinde kısmi, geç veya erken olabileceğini söylerken, Arlin, kişilerin bir bölümünün **sorun çözme** bölümüne ulaşabildiğini küçük bir bölümünün ise karmaşık düzey olan **sorun bulma** düzeyine ulaştığını söyler. (Gadner,2001) Yaşadığımız dünyadan çıkarım yapmak ve sorun bulma noktasına ulaşabilmek için çevrim içi dünyadan, çevrim dışı dünyanın varlığını fark etmek ve Sokrates'in dediği gibi yaşamı sorgulamak gerekiyor.

Huxley'in Cesur Yeni Dünya eserinde belirttiği gibi; artık insanların keyif ve haz aldığı şeyler yüzünden düşünemediğini, uyutulduğu bir fanus içinde yaşadığını tasvir etmişti. Bu bağlamda bizi dönüştüren ve uyuşturan şey arzu nesneleri ile tüm yaşamı somutlaştırmamızdır. (Balcı,2021)

SONUÇ

İnsanın doğal yaşamdan yerleşik yaşama geçerek toplu yaşamaya başlamasından itibaren özel mülkiyet doğmuş ve zenginleşme tutkusu insanlığı büyük felaketlere sürüklemiştir.

Jean-Jacques Rousseau 2. Söylev'de bu durumu şu şekilde dile getirmektedir; "*Bir toprak parçasının etrafını çitle çevirip, bu bana aittir! diyebilen ve buna inanacak kadar saf insanlar bulan ilk insan, uygar toplumun gerçek kurucusu oldu. Bu sınır kazıklarını söküp atacak ya da hendeği dolduracak, sonra da hemcinslerine 'Bu sahtekara kulak vermekten sakınınız! Meyvelerin herkese ait olduğunu, toprağın ise kimsenin olmadığını unutursanız, mahvolursunuz!' diye haykıracak olan kişi, insan türünü nice suçlardan, nice savaşlardan, nice*

cinayetlerden, nice nice yoksulluklardan ve nice korkunç olaylardan esirgemiş olurdu! '' (Urhan, 2020:293-294).

Bunu tarihte hiç kimse haykırmadığı için bu vakanın sonrasında da haykırmadığı için sahiplenme ve zenginleşme kavramları insanı hala büyük felaketlere sürüklemektedir.

Ulus devletler normlar aracılığı ile kendi kültürel gelenekler ve inanç yapılandırması ile toplumlarını tek tipleştirerek iktidarlarını yürütmüşlerdir. Sınırlarının dışında düşman yaratmışlardır. Şimdi ise sosyal medya aracılığı ile küresel bir kültür yaratılmaya çalışılarak dünya iki tercihin olduğu bir dünya düzenine evrilmeye çalışılmaktadır.

Coğrafi keşiflerle başlayan dünya kaynaklarının paylaşımında yeterince pay alamadığını düşünen iktidar ve sermaye sahipleri güç ittifakları kurarak I. Dünya ve II. Dünya savaşları ile dünya kaynaklarını yeniden paylaşım kavgasına girmişlerdir. Bu dönemlerde insanlar büyük acılar ve felaketler yaşamıştır.

Bugün Rusya-Ukrayna savaşının bitirilmesi adına yapılan barış toplantısında yine bir ülkenin doğal kaynaklarının sömürü ve siyasi güç hesaplarının tesis edilmesi için güç ittifaklarının kurulduğunu görmek mümkündür. İnsanlar ise bu durumu seyrederek beğendim ya da beğenmedim kapitalizmine hizmet etmektedirler. Dünya kaynaklarını paylaşım üzerine paktlar kuruluyor. Ve bu paktlar sosyal medya aracılığı ile tüm toplumlar üzerinde tahakküm kurularak oluşturuluyor. Zihinler üzerinden psikopolitika ile bu sefer yeni bir kültür ile biçimlendirilmiş bedenler ve düşünmeyi rafa kaldırarak iki tercihe indirilmiş yaşamsal modeller kullanımımıza sunuluyor. Bu vakada olduğu gibi barış için sunulan ticari anlaşmanın reddi, gelecekte ortak çıkarlar için kurulan ittifakları barışın diğer tercihi olan daha büyük bir savaşa zemin hazırlayacağı düşünülmelidir.

ÖNERİLER

Analize konu olan vakanın çözüm önerisinin odağı; kişilerin soyut düşünce evresi ile birlikte karmaşık düzey olan sorun bulma noktasına ulaşabilmesini oluşturmaktadır. Bireyin Sorun bulma ve çözüm üretme noktasına ulaşabilmesi konusunda öneriler aşağıda sunulmuştur.

- Sanat, edebiyat ve felsefinin eğitim ve öğretim müfredatlarında yer alması, bu sayede insanların kullandığı dilin geliştirilmesi, kendini ifade etme ve karşı tarafı daha iyi anlayabilmesi için daha fazla sözcüğü öğrenme ve kullanmasının sağlanması,

- Sokratik Öğretim Modeli esas alınarak; düşünme, yanıtlarla değil, sorularla yönlendirilir tarzda olmalı. Herhangi bir şeyi derinlemesine anlamak ve yeni keşifler yapmak için düşünceyi harekete geçiren sorular sorulmasını sağlayacak eğitim modelleri geliştirilmeli.
- İktidarlar tarafından verilen bilginin Foucault'nun işaret ettiği gibi doğru bilgi olup olmadığı konusunda eleştirel bakarak, bilginin kaynağına arkeolojik kazı yapar gibi nereden türetildiğini sorgulayan araştırma modeline dayalı bir eğitim sistemi oluşturulmalı.
- Kapitalist sistemin yarattığı, kontrolsüz sermaye yerine, hukuk kuralları ile yoksul kesimlerin korunduğu, adil gelir dağılımının sağlandığı sosyal politikaların geliştirilmesi
- Otoriter liderlerin yönetimi yerine, geniş toplumsal katılımın olduğu demokratik düzenin tesis edilmesi
- Kültürlerin korunduğu ve insanın düşünsel gelişiminin sağlandığı barış içerisinde yaşayan refah toplumlarının oluşturulması,
- Ekonomik ve fiziki sınırların olmadığı dünya düzeninin sağlanması,
- Dünyanın sadece insanlara ait olmadığı, diğer canlı varlıklarında yaşam alanlarının korunduğu farkındalığının yaratılması
- İletişim teknolojilerinin hızla yayılması ve medya endüstrisinin yaşamımızın bütün alanlarına sızmasından dolayı Medya mesajlarını doğru anlayabilmek ve içeriği sorgulayabilmek artık zorunlu hale gelmiştir. Medya, doğru olmayan davranışların kabul görür hale gelmesine de neden olabilir. Bu sebep ile medya okuryazarlığı eğitimi ile insanların medya dünyası ile gerçek dünyayı da ayırabilir hale gelecek şekilde izledikleri, dinledikleri ve gördükleri enformasyona karşı daha eleştirel bakabilme yönünde yetkin duruma getirilmelidir. (Avşar,2014)
- "W. James Potter'a göre, iki dünyada yaşıyoruz: gerçek dünya ve medya dünyası. Medya okuryazarlığı ise, medya dünyasından uzak durmak değil, yeni mesaj formatları ve yeni teknolojilerle sınırları belirsiz hale gelmiş ve birbiri arasına girmiş bu iki dünyayı ayırabilmektir." (Akt. Avşar,2014:12).
- Bu vakada olduğu gibi insanlara sosyal medya aracılığı ile ulaştırılan enformasyonun hangi amaca hizmet ettiğinin farkındalığını sağlayacak yeni bir Aydınlanma Dönemine ihtiyaç vardır. Toplumları ve bireyleri tahakküm altında tutmayı hedefleyen sosyal medya mecraları ile, yine aynı platformlar üzerinden kapitalist sermaye ve iktidar güçlerine karşı stratejik kitlesel bir iş birliği tesis edilebilir.

KAYNAKÇA

Atabey, E. (2024). SOSYAL MEDYADA PSİKOPOLİTİKA VE GÖSTERİŞÇİ TÜKETİMİN İZİNİ SÜRMEK. İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi (İNİF E-Dergi), 9(1), 191-205.

Avşar, Z. (2014). MEDYA OKURYAZARLIĞI. İletişim ve Diplomasi, (2), 5-17.

Balcı, A. U. (2021). Byung-Chul Han: psikopolitika kitap incelemesi.

Duman, M. Z. (2019). PSİKOPOLİTİKA.

Fisunoğlu, S. I. L. A., & Dumlu, A. S. L. I. H. A. N. (2018). KOLONYAL SÖYLEM: BİR SAVAŞÇI AİMÉ CÉSAİRE. International Journal of Education Technology and Scientific Researches, 3(5), 43-57.

GANDER, J. M., & Gardıner, W. H. (2001). Çocuk ve Ergen Gelişimi, Çev: Prof. Dr. Bekir Onur, İmge.

Güler, M. (2024). Kolonyal Bir Söylem Olarak Reklam: Idvertising. Abant Kültürel Araştırmalar Dergisi, 9(18), 116-149.

Güler, M. (2023). Kolonyal bir söylem olarak reklam: pırlanta reklamlarının lacancı eleştirel psikanalizle okunması.

Han, B. C. (2019). Psikopolitika: Neoliberalizm ve yeni iktidar teknikleri. Haluk Barışcan, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.

Özensoy, A. U. (2019). 15 ve 16. Yüzyıllarda Sömürgecilik Hareketleri, Fiyat Devrimi ve Sömürgecilik İdeolojisi. Tarih ve Gelecek Dergisi, 5(3), 819-834.

Özdemir, M. (2020). Foucault sosyolojisinde iktidarın serüveni: pastoral iktidar, disiplinci iktidar, biyo-iktidar. Türkiye Siyaset Bilimi Dergisi, 4(1), 109-133.

Schmitt, C., Çelebi, A., & Göztepe, E. (2006). Siyasal kavramı: önsöz, 1932 tarihli metin ve üç değerlendirme. Metis.

Şahin, Y. (2017). Michel Foucault'da söylem analizi. Sosyal ve Kültürel Araştırmalar Dergisi (SKAD), 3(6), 119-135.

Urhan, V. (2020). Siyaset Felsefesi: Kavramlar, Klasik ve Modern Dönem. Ankara: Fol Yayınları.

Ürünibrahimoğlu, M., & Göçer, V. (2022). Piaget, Bruner ve Vygotsky: Hayatları, Eserleri Ve Bilişsel Gelişim Kuramları. Usbilim Sosyal Bilimler Dergisi, 4(7), 18-36.

Zeynep Nur KOŞAN
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi
Yüksek Lisans Enstitüsü Klinik Psikoloji Bölümü
zeynepnur75@gmail.com

VAKA ADI:

CİNSEL UYUM SORUNLARININ AİLE DİNAMİKLERİNE VE BİREYSEL PSİKOSOSYAL SAĞLIĞA ETKİSİ VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

PROBLEMİN TANIMI

Cinsel yaşam, evli çiftler arasında duygusal yakınlık, karşılıklı haz ve iletişim açısından önemli bir işlev görürken; bu alanın ihmal edilmesi veya sağlıksız bir biçimde yaşanması, ilişkisel uyumu ve bireylerin psiko-sosyal sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir. Cinsel uyum sorunları; çiftler arasında farklılaşan cinsel istek düzeyleri, cinselliğe dair beklenti uyuşmazlıkları, cinsel işlev bozuklukları ya da iletişim eksiklikleri gibi çok katmanlı etkenlerden kaynaklanabilir. Özellikle cinselliğin hâlen tabu kabul edildiği toplumlarda, bu tür sorunların konuşulamaz hale gelmesi, ilişkilerde derin duygusal yaralanmalara yol açabilmektedir.

Bu vaka analizinde, evliliklerinin sekizinci yılında olan, otuzlu yaşlarının başındaki bir çiftin yaşadığı cinsel uyum sorunu ele alınmaktadır. Evliliklerinin ilk yıllarında cinsel yaşamlarında belirgin bir sorun gözlenmemiş; ancak ikinci çocuklarının doğumundan sonra kadın bireyin cinsellikten uzaklaşması, isteksizlik yaşaması ve eşine karşı fiziksel yakınlıktan kaçınması, çift arasında giderek büyüyen bir gerilim yaratmıştır.

Erkek birey, eşinin bu tutumunu kişisel bir reddedilme olarak algılamış; zamanla değersizlik, öfke ve yalnızlık duygularıyla baş etmeye çalışmıştır. Kadın birey ise hem çocuk bakım sorumluluğu hem de iş yaşamının getirdiği fiziksel

ve duygusal yorgunluğun kendisini cinsellikten uzaklaştırdığını belirtmiştir. Ayrıca doğum sonrası beden algısındaki değişimlerin, kendi kadınlık ve çekicilik hislerine zarar verdiği ve bu durumun cinsel isteksizliğini beslediği anlaşılmaktadır.

Çift, bu süreci açık bir şekilde konuşmak yerine sorunu bastırmayı, görmezden gelmeyi ve bireysel yollarla baş etmeyi tercih etmiş; zamanla aralarındaki duygusal bağ zayıflamış, evlilik bir "iş ortaklığına" dönüşmüştür. Kadının cinsel yakınlıktan kaçınması, erkeğin cinsel taleplerini geri çevirmesi, ilişkinin her iki tarafı için de kırıcı bir döngü yaratmış; taraflar arasında suçlayıcı bir dil gelişmiş ve birbirlerini anlama çabaları yerini savunma mekanizmalarına bırakmıştır.

Çift, ancak sorunlar evlilik dışı flörtleşmeler, çocuklara yansıyan gerginlikler ve iletişimde tam bir kopukluk aşamasına ulaştığında profesyonel yardım arayışına yönelmiştir. Danışmanlık sürecinde yapılan görüşmelerde, tarafların cinselliğe dair birçok konuda yanlış inançlar taşıdığı, örneğin "kadın anne olduktan sonra cinsellikten uzaklaşmalıdır" veya "erkek cinsel ihtiyaçlarını her durumda dile getirmelidir" gibi düşüncelerin ilişkide kalıplaşmış çatışmaları beslediği görülmüştür.

Bu bağlamda ele alınan vaka; cinsel uyum sorunlarının sadece cinsel işlev düzeyinde kalmadığını, ilişki kalitesi, psikolojik iyi oluş ve aile içi rol dağılımı gibi birçok alanı etkilediğini ortaya koymaktadır. Cinselliğin konuşulabilir olması, bireylerin kendi bedenleri ve arzularıyla sağlıklı ilişki kurmaları, eşlerin birbirlerinin ihtiyaçlarına empatik ve açık şekilde yaklaşabilmeleri, sağlıklı bir evlilik ilişkisi için vazgeçilmezdir.

ÖZET

Bu vaka analizinde, evli bir çiftin uzun süreli ilişkilerinde ortaya çıkan cinsel uyum sorunlarının, çift dinamikleri ve bireysel psiko-sosyal sağlık üzerindeki etkileri ele alınmaktadır. Vakada, eşlerden birinin cinsel yakınlık beklentileri yüksekken, diğerinin zamanla cinsellikten kaçınan ve mesafe koyan bir tutum geliştirmesi sonucu, çift arasında iletişim bozulmuş, duygusal uzaklık artmış ve ilişkinin genel doyumu azalmıştır. Sorunun uzun süre görmezden gelinmesi, taraflar arasında karşılıklı suçlamalara, kırgınlıklara ve kendilik değerinde azalmaya neden olmuştur.

Çalışma, bireysel görüşmeler, gözlem notları ve literatür taramasına dayalı olarak yürütülmüştür. Analiz sürecinde, cinsel uyumsuzluğun sadece fiziksel

ya da cinsel işlev bozukluklarıyla sınırlı kalmayıp, altında yatan iletişim, güven, mahremiyet ve kültürel normlarla ilişkili çok katmanlı bir yapı taşıdığı anlaşılmıştır. Cinselliğin tabu sayıldığı toplumlarda, çiftlerin bu konuyu sağlıklı biçimde konuşamaması, çözüm süreçlerini geciktirmekte ve sorunun kronikleşmesine yol açmaktadır.

Vaka boyunca değerlendirilen bulgular, cinsel uyum sorunlarının evlilik ilişkisine entegre bir biçimde ele alınmasının önemini ortaya koymakta; çözüm önerileri ise hem bireysel psikolojik destek hem de çift terapisi ekseninde yapılandırılmıştır. Bu çalışma, benzer sorunlar yaşayan çiftlere yönelik müdahalelerde bulunacak uzmanlara rehberlik etmeyi amaçlamakta, cinselliğin ilişkisel ve psiko-sosyal boyutlarının anlaşılması adına literatüre katkı sunmayı hedeflemektedir.

GİRİŞ

Cinsellik, insan yaşamının temel bileşenlerinden biri olup, bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerinde önemli etkilere sahiptir. Çiftler arasındaki cinsel uyum, ilişkisel doyumun ve genel yaşam kalitesinin belirleyicilerinden biri olarak kabul edilmektedir. Cinsel uyum, partnerlerin cinsel ihtiyaçlarının, beklentilerinin ve arzularının karşılıklı olarak dengelenmesi ve tatmin edilmesi sürecini ifade eder (McCarthy, 2003). Bu uyumun sağlanamaması durumunda, çiftler arasında çeşitli düzeylerde çatışmalar ve iletişim problemleri ortaya çıkabilmektedir.

Araştırmalar, cinsel uyum sorunlarının çiftlerin genel ilişki memnuniyetini olumsuz etkilediğini ve bu durumun bireylerin psiko-sosyal sağlığı üzerinde de negatif sonuçlar doğurabileceğini göstermektedir. Özellikle cinsel işlev bozuklukları, depresyon, anksiyete ve düşük özsaygı gibi psikolojik sorunlarla ilişkilendirilmiştir (Yıldız, 2012). Ayrıca, cinsel uyumsuzluk yaşayan çiftlerin, problem çözme becerilerinde zayıflama, duygusal yakınlıkta azalma ve genel ilişki kalitesinde düşüş yaşadıkları belirlenmiştir (Şahin & Şahin, 2010).

Türkiye'de yapılan çalışmalar, cinsel uyum sorunlarının çiftler arasındaki iletişimi ve evlilik doyumunu önemli ölçüde etkilediğini ortaya koymaktadır. Geleneksel değerlerin hakim olduğu toplumlarda, cinselliğin tabu olarak görülmesi, çiftlerin cinsel sorunlarını ifade etmelerini ve profesyonel yardım arayışını zorlaştırmaktadır. Bu durum, sorunların kronikleşmesine ve bireylerin psiko-sosyal sağlıklarının daha da bozulmasına yol açabilmektedir (Doğan, 2011).

Bu vaka analizinde, evli bir çiftin cinsel uyum sorunlarının aile dinamikle-

rine ve bireysel psiko-sosyal sağlığa etkileri incelenecektir. Çalışmanın amacı, cinsel uyum sorunlarının çift ilişkileri üzerindeki etkilerini anlamak, bu sorunların bireylerin psikolojik sağlıklarıyla olan bağlantılarını değerlendirmek ve çözüm önerileri sunmaktır.

KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR ÖZETİ

Cinsel Uyum Kavramı

Cinsel uyum, evli çiftlerin cinsel yaşamlarında karşılıklı tatmin ve uyum sağlamalarını ifade eder. Bu uyum, çiftlerin cinsel ihtiyaçlarının, beklentilerinin ve arzularının dengelenmesiyle oluşur ve genel evlilik doyumuna önemli katkılarda bulunur. Evlilikte cinsel uyumun sağlanması, çiftlerin birbirleriyle olan duygusal ve fiziksel bağlarını güçlendirir (Demirsoy, 2021).

Cinsel İşlev Bozuklukları ve Çift İlişkisi

Cinsel işlev bozuklukları, bireylerin cinsel yanıt döngüsünün belirli evrelerinde (istek, uyarılma, orgazm) sürekli veya tekrarlayan zorluklar yaşaması durumudur (American Psychiatric Association, 1994). Bu bozukluklar, bireylerin cinsel yaşam kalitesini düşürmekle kalmaz, aynı zamanda çiftler arasındaki ilişkisel dinamikleri de olumsuz etkileyebilir. Türkiye'de yapılan bir çalışmada, cinsel işlev bozukluğu yaşayan bireylerin evlilik uyumlarının da düşük olduğu saptanmıştır (Öztürk, Arkar & Gökdağ, 2019). Bu bulgu, cinsel işlev bozukluklarının evlilik doyumunu azaltabileceğini ve çiftler arasındaki iletişimi zayıflatabileceğini göstermektedir.

Cinsel işlev bozuklukları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir diğer çalışmada, cinsel doyumun evlilik uyumunu önemli ölçüde etkilediği belirlenmiştir. Düşük cinsel doyumun, evlilikteki genel doyumu azalttığı ve çiftler arasındaki duygusal bağı zayıflattığı ifade edilmiştir (Şahin & Şahin, 2010). Bu durum, cinsel işlev bozukluklarının sadece bireysel bir sorun olmadığını, çiftlerin genel ilişkisel sağlığını da etkilediğini göstermektedir.

Aile Yapısına Etkileri

Cinsel uyum sorunları, sadece çiftlerin kendi aralarındaki ilişkiyi değil, aynı zamanda aile yapısını da etkileyebilir. Evlilikte yaşanan cinsel sorunlar, çift-

lerin ebeveynlik rollerini, aile içi iletişimi ve genel aile dinamiklerini olumsuz yönde etkileyebilir. Cinsel uyumsuzluk yaşayan çiftlerin, çocuklarına karşı daha az sabırlı ve anlayışlı olabildikleri, aile içi çatışmaların arttığı ve genel aile işlevselliğinin azaldığı gözlemlenmiştir (Erbek vd., 2005). Bu nedenle, cinsel uyum sorunlarının çözülmesi, sadece çiftlerin değil, tüm ailenin sağlıklı işleyişi için önemlidir.

İlgili Literatürdeki Bulgular

Uluslararası literatürde de cinsel uyum ve ilişkisel doyum arasındaki ilişki geniş çapta incelenmiştir. Brezsnyak ve Whisman (2004) tarafından yapılan bir çalışmada, cinsel isteğin evlilik memnuniyeti ve güç dinamikleri üzerindeki etkileri incelenmiş ve cinsel isteğin, evlilik ilişkilerinde önemli bir rol oynadığı bulunmuştur. Bu çalışma, cinsel uyumun, çiftlerin genel ilişki memnuniyeti ve bireysel psikolojik sağlıkları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Türkiye'de yapılan bir diğer çalışmada, cinsel işlev bozuklukları ile evlilik uyumu arasındaki ilişki incelenmiş ve cinsel işlev bozukluğu yaşayan bireylerin evlilik uyumlarının düşük olduğu belirlenmiştir (Erbek vd., 2005). Bu bulgu, cinsel uyumun sadece ilişkisel değil, bireysel sağlık açısından da kritik bir öneme sahip olduğunu göstermektedir.

VERİ TOPLAMA VE ANALİZ SÜRECİ

Bu vaka analizinde, cinsel uyum sorunlarının çift ilişkileri ve bireysel psikososyal sağlık üzerindeki etkilerini anlamak amacıyla nitel araştırma desenine dayalı bir yaklaşım benimsenmiştir. Veriler, danışmanlık sürecine dahil olan çiftle gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmeler, danışmanın gözlem notları, seans süreç kayıtları ve bireylerin yazılı öz ifadeleri üzerinden toplanmıştır. Nitel veri toplama tekniklerinin kullanılması, çiftin yaşadığı deneyimlerin daha derinlemesine anlaşılmasını, bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutların bütünsel olarak değerlendirilmesini mümkün kılmıştır.

Görüşme Süreci ve Araçlar

Görüşmeler, profesyonel bir evlilik ve aile danışmanı eşliğinde, 50 dakikalık seanslar şeklinde, toplam 6 hafta boyunca yürütülmüştür. İlk üç seans

bireysel görüşmeler şeklinde tasarlanmış; bu süreçte her bireyin sorunu kendi iç dünyasından nasıl algıladığı, cinselliğe ilişkin inançları, kişisel sınırları ve beklentileri ayrı ayrı ele alınmıştır. Sonraki üç seansta çift olarak katılım sağlanmış ve karşılıklı olarak ifade edilen ihtiyaçların nasıl duyulduğu, cinsellikle ilişkili duygusal engeller ve iletişim biçimleri analiz edilmiştir.

Danışmanlık sürecinde, görüşmeler sırasında araştırmacı/danışman tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Bu formda, cinsellikle ilgili algılar, geçmiş deneyimlerin etkisi, yakınlık düzeyindeki değişimlerin zaman çizelgesi, eşlerin birbiriyle olan duygusal iletişim kalitesi gibi temalara odaklanan sorular yer almıştır.

Görüşmeler kayıt altına alınmış ve her seans sonrası detaylı oturum notları tutulmuştur. Elde edilen nitel verilerin analizinde gizlilik ilkesine dikkat edilmiş; bireylerin isimleri, meslekleri ve diğer ayırt edici kimlik bilgileri anonimleştirilmiştir. Araştırmacı, seans sürecinde yalnızca bir gözlemci değil, aynı zamanda süreci kolaylaştırıcı bir rehber rolü üstlenmiştir.

Gözlemsel Veriler ve Etkileşim Dinamikleri

Danışma sürecinde, çiftin sözel olmayan iletişim biçimleri (göz teması, beden dili, mimikler, mesafe kullanımı gibi) de sistematik olarak not alınmıştır. Bu gözlemler, seans içindeki içerik kadar, eşlerin birbirine nasıl yaklaştığı, duygusal olarak ne kadar açık ya da kapalı oldukları konusunda da önemli ipuçları sunmuştur.

Örneğin, kadın bireyin seansların başında bedenini içe kapatması, konuşurken göz teması kurmaktan kaçınması ve sürekli "yetersizlik" sözcüğünü kullanması; içsel çatışma, suçluluk ve değersizlik hislerinin önemli birer yansıması olarak değerlendirilmiştir.

Erkek bireyin ise seanslarda sık sık "beni beğenmiyor", "benimle artık hiçbir şey paylaşmıyor", "hep çocuklar ön planda" gibi ifadeleri, yalnızlık ve reddedilmişlik hissinin ne kadar yoğun olduğunu ortaya koymuştur. Bu gözlemler, sadece içerik analizine değil, duygu çözümlemesine de katkı sağlamıştır.

Verilerin Analizi: Tematik Kodlama Yaklaşımı

Toplanan nitel veriler, tematik analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir. Braun ve Clarke'ın (2006) geliştirdiği tematik analiz süreci doğrultusunda aşağıdaki

adımlar izlenmiştir:

1. **Veriye aşinalık:** Tüm görüşme dökümleri ve gözlem notları birden fazla kez okunarak bütüncül bir anlayış geliştirildi.
2. **Kodlama:** Metinlerde tekrar eden düşünce, duygu ve davranış örüntüleri kodlandı. Örneğin, "kendini geri çekme", "duygusal mesafe", "utanç", "fiziksel kaçınma" gibi kodlar belirlendi.
3. **Temaların oluşturulması:** Kodlar, ilişkili oldukları alanlara göre gruplandırıldı ve ana temalar çıkarıldı. Bu vakada öne çıkan temalar şunlar olmuştur:

- Cinsel yakınlıktan kaçınma
- Suçluluk ve yetersizlik duyguları
- Reddedilme ve yalnızlık hissi
- Sessizlik ve iletişim eksikliği
- Ebeveynlik yükünün cinsel yaşama etkisi
- Cinselliğe dair kültürel tabu ve inançlar

4. **Temaların gözden geçirilmesi ve tanımlanması:** Her tema için temsil edici ifadeler ve davranış örnekleri eşleştirildi, içeriksel bütünlük sağlandı.
5. **Raporlaştırma:** Temalar üzerinden vaka anlatımı kurgulanarak analiz metnine dönüştürüldü.

Bu analiz süreci, hem bireylerin yaşadığı içsel çatışmaları hem de çift ilişkisindeki kırılma noktalarını ortaya koymuştur. Özellikle kadın bireyin cinselliğe ilişkin taşıdığı suçluluk ve "anne olduktan sonra cinsellikten vazgeçme" düşüncesi, erkeğin ise bu durumu kişisel reddedilme olarak algılaması, çiftin çatışma dinamiklerini anlamada belirleyici olmuştur.

DEĞERLENDİRME VE YORUM

Vaka kapsamında elde edilen veriler, çiftin yaşadığı cinsel uyum sorunlarının yüzeydeki fiziksel yakınlık eksikliğinden çok daha derin, çok katmanlı psikososyal süreçlere dayandığını göstermektedir. Çiftin yaşam öyküsü, evlilik süreci ve danışmanlık sürecinde aktardıkları birlikte ele alındığında, sorunların bireysel inanç sistemlerinden toplumsal normlara, iletişim kalıplarından ebeveynlik yüklerine kadar pek çok etkenle örülü olduğu görülmüştür.

1. Bireysel Ruhsal Dinamikler: Suçluluk, Değersizlik ve Reddedilme

Kadın bireyin cinselliğe karşı isteksizliğinin yalnızca fiziksel yorgunlukla açıklanamayacağı, danışma sürecinde kendini ifade ederken kullandığı kavramlardan anlaşılmaktadır. Sıklıkla kullandığı "yetersizim", "artık güzel değilim", "onun beklentilerini karşılayamıyorum" gibi ifadeler, içselleştirilmiş bir değersizlik duygusuna ve beden algısında olumsuz bir dönüşüme işaret etmektedir. Bu duygu durumu, doğum sonrası dönemde bedenindeki değişimlerle birlikte şekillenmiş, eşin taleplerini karşılayamama kaygısıyla birleşerek cinsel yaşama karşı kaçınmacı bir tutuma evrilmiştir.

Erkek bireyde ise duygusal olarak görülmeme, istenmeme ve yalnızlık duygusu ön plana çıkmaktadır. "Benimle bir şey paylaşmıyor", "yok gibiyim", "beni istemiyor" gibi ifadeler, onun bu süreçteki içsel kırılganlığını ve dışlanmışlık hissini açığa çıkarmaktadır. Bu duygular zamanla öfkeye dönüşmüş, iletişim kurmak yerine sessizlik ve alınganlık hâkim olmuştur. Böylece her iki taraf da aslında aynı yalnızlığı ve değersizliği farklı dillerle yaşarken, birbirlerinden uzaklaşmıştır.

2. Cinselliğe Dair Kültürel Kalıplar ve İnançlar

Vaka özelinde dikkat çeken bir diğer unsur, bireylerin taşıdığı cinsellikle ilgili toplumsal ve kültürel inançlardır. Kadın bireyin "anne olduktan sonra cinsellik biraz utanılacak bir şey oluyor" cümlesi, toplumda cinselliğin annelikle bağdaştırılamayacağı yönündeki kalıpyargıların etkisini gözler önüne sermektedir. Türkiye'de hâlen yaygın olarak gözlenen "iyi kadın" imgesi, cinselliği yalnızca eşe hizmet aracı olarak gören, pasif ve mahcup bir çerçevede tanımlar. Bu da kadınların doğum sonrası cinsellikten uzaklaşmalarını yalnızca fizyolojik değil, kültürel olarak da pekiştirir (Çolak & Cin, 2019).

Erkek bireyde gözlemlenen "eşim bana karşı görevini yapmalı" düşüncesi ise, geleneksel cinsiyet rollerinin bir başka uzantısıdır. Bu düşünce, erkekliği cinsellikle özdeşleştiren ve erkeğin cinsel taleplerini haklı gören ataerkil normların bir yansımasıdır.

Dolayısıyla cinsellik, çift arasında yakınlaşmayı sağlayan bir deneyimden çok, taraflar arası görev dağılımına dönüşmüştür. Bu tür inançların içselleştirilmiş olması, cinsellik hakkında açık ve yapıcı bir iletişimi zorlaştırmış; her iki bireyin de yaşadıkları sorunları dile getirme cesaretini kırmıştır.

3. İletişim Biçimi ve Sessizlik Döngüsü

Danışmanlık sürecinde en belirgin sorunlardan biri, çiftin cinselliğe dair açık bir iletişim kuramıyor olmasıdır. Kadın bireyin cinselliğe dair konuşmalarda yüzünü kaçırması, göz temasından sakınması ve konuyu kısa cümlelerle geçiştirmesi; bu alanın konuşulamaz, ayıplanan ve bastırılması gereken bir konu olarak içselleştirildiğini göstermektedir. Erkek birey ise konuşmayı sıklıkla karşı tarafı suçlayan bir üsluba dönüştürmüş; bu da kadın bireyin daha fazla içe kapanmasına neden olmuştur.

Bu etkileşim biçimi, örnek olaylarda sıkça karşılaşılan "sessizlik döngüsü"nün tipik bir örneğidir. Cinsel beklentilerin karşılanmaması, taraflarda hayal kırıklığına ve öfkeye neden olmuş; ancak bu öfke doğrudan ifade edilmemiştir. Bunun yerine, taraflar birbirlerini anlamak yerine savunmaya geçmiş, konuşmak yerine susmayı, yüzleşmek yerine kaçınmayı tercih etmiştir. Bu iletişim biçimi, yalnızca cinsel ilişkiyi değil, çiftin genel duygusal bağını da zedelemiştir.

4. Cinsel Uyum Sorunlarının Aile Dinamiklerine Etkisi

Çiftin yaşadığı cinsel uyum sorunları, yalnızca iki kişi arasındaki özel yaşamı etkilemekle kalmamış; aynı zamanda tüm aile yapısına da yansımıştır. Erkek bireyin sıkça çocuklara yönelmesi, kadın bireyin ev içindeki görevlerini aşırı sahiplenmesi, eşlerin birbirinden uzaklaşmasını dışsal rollerle telafi etme çabasının bir parçası olarak okunmuştur. Evde iletişimin giderek azalması, ortak zaman geçirilmemesi, çocukların da bu gerginliği hissetmesine neden olmuştur.

Nitekim araştırmalar, çiftler arasında yaşanan cinsel sorunların uzun vadede evdeki genel atmosferi etkilediğini, çocukların davranışlarında kaygı, huzursuzluk ve öfke gibi belirtilerin gözlenebileceğini ortaya koymaktadır (Erbek vd., 2005). Bu açıdan bakıldığında, cinsel uyum yalnızca iki yetişkin birey arasında yaşanan özel bir mesele değil; aile sisteminin dengesiyle doğrudan ilişkili olan bir faktördür.

5. Psikolojik Sağlamlık ve Yardım Arama Süreci

Çift, profesyonel yardım arayışına oldukça geç bir aşamada, sorunların kronikleştiği ve duygusal kopuşun derinleştiği bir noktada başvurmuştur. Bu da, Türkiye'de cinsel sorunlarla baş etmede yardım arama davranışının genellikle gecikmeli olduğunu ve utanç, mahremiyet kaygısı gibi duygularla sınırlandığını göstermektedir (Akan & Doğan, 2011).

Yine de danışmanlık süreci, taraflar açısından iç görü kazanma, farklı bakış

açılarını duyma ve geçmiş travmaları fark etme açısından önemli kazanımlar sağlamıştır. Özellikle kadın bireyin, yaşadığı cinsel isteksizliği yalnızca "yorgunluk" olarak değil, geçmiş yaşantılarla, beden algısıyla ve toplumsal kadınlık rolleriyle ilişkili olarak görmeye başlaması, terapi sürecinde bir dönüm noktası olmuştur.

6. Cinselliğin İlişkisel İşlevi ve Psikolojik Temelleri

Cinsellik, yalnızca fizyolojik bir dürtünün ifadesi değil, aynı zamanda bir çiftin duygusal yakınlık kurma, güven inşa etme ve kendini ifade etme yollarından biridir. Evlilik bağlamında cinsellik; karşılıklı sevgi, kabul ve aidiyet duygusunu güçlendiren bir etkileşim alanı sunar. Fonksiyonel bir cinsel yaşam, tarafların sadece bedensel değil, duygusal düzeyde de doyum sağlamasını kolaylaştırır (Sadock, 2007).

Bu bağlamda, vaka özelinde gözlemlenen cinsel uyum sorunu, aslında çiftin duygusal bağlanma biçimiyle de ilişkilidir. Özellikle kadın bireyin cinselliği yük olarak deneyimlemesi ve kendisini "eşine hizmet etmesi gereken bir figür" olarak konumlandırması, güvenli bağlanma zemininde değil, daha çok görev temelli bir çerçevede şekillenmiş bir ilişkisel yapı olduğunu göstermektedir. Bu durum, eşler arasındaki cinsel etkileşimi keyif ve yakınlık zemininden uzaklaştırarak, beklenti ve zorunluluk çerçevesine sokmuştur.

Aynı şekilde, erkek bireyin cinselliği yalnızlık duygusunun panzehri olarak görmesi, onu duygusal yakınlık kurmanın tek yolu olarak içselleştirdiğini düşündürmektedir. Ancak bu beklenti, karşı tarafın psikolojik yükünü artırmakta, çift arasında dengesiz bir duygusal alışverişe neden olmaktadır. Bu noktada, cinselliğin çift arasında iletişim ve duygusal temas kurmanın bir yolu olarak yeniden ele alınması gerekmektedir.

7. Sistemik ve Psikodinamik Yaklaşımlarla Vakaya Bakış

Vaka, sistemik aile terapisi bakış açısıyla değerlendirildiğinde; cinsel uyum sorununun yalnızca bireyler arası değil, aynı zamanda sistemsel bir problem olduğu görülür. Aile sistemi içinde değişen roller, iletişim biçimleri ve duygusal tepkiler birbirini etkileyen bir döngü oluşturur. Örneğin, kadının çocuk bakımındaki yükünün artması, eş rolünden daha çok "anne" rolünü benimsemesine yol açmış; bu da cinsel istekte azalmaya neden olmuştur.

Aynı şekilde, erkeğin kendini dışlanmış hissetmesi, ilişkideki "yakın partner" rolünü kaybettiğine dair bir algı yaratmış ve sistemin genel dengesini boz-

muştur (Gülsün, Ak & Bozkurt, 2009).

Psikodinamik açıdan bakıldığında, kadın bireyin cinsellikten uzaklaşmasının sadece yorgunluk değil, bilinçdışı düzeyde geçmiş deneyimlerin (örneğin çocuklukta aldığı cinsel mesajlar, beden algısı, ebeveyn tutumları vb.) etkisiyle şekillenmiş olabileceği düşünülmektedir. Benzer şekilde, erkek bireyin aşırı onay ve ilgi ihtiyacı, daha önce yaşadığı "görülmeme" deneyimlerinin cinsellik üzerinden telafi edilme çabasına işaret ediyor olabilir. Bu açıdan bakıldığında, cinsellik çift için sadece bir davranış biçimi değil, geçmiş yaşantıların, rollerin ve içsel çatışmaların yansıdığı sembolik bir alandır.

8. Literatürdeki Benzer Bulgularla Karşılaştırma

Literatürde, benzer örneklerin yaygınlığı dikkat çekmektedir. Örneğin Erbek ve arkadaşlarının (2005) yaptığı çalışmada, üç farklı çift grubunda cinsellik ile evlilik uyumu arasındaki ilişki incelenmiş ve cinsel doyumun düşük olduğu çiftlerde evlilik memnuniyetinin de ciddi biçimde azaldığı saptanmıştır. Aynı şekilde, Çolak ve Cin'in (2019) yaptığı araştırmada, kadınların cinsel doyumunun ilişki mutluluğu üzerinde belirleyici bir rol oynadığı vurgulanmıştır. Bu bulgular, vaka örneğinde yaşanan cinsel sorunların yalnızca çiftin özgün yapısına değil, daha geniş çaplı evlilik dinamiklerine de işaret ettiğini göstermektedir.

Yine Öztürk, Arkar ve Gökdağ'ın (2019) araştırması; kişilik özellikleri ve cinsel doyumun, evlilik uyumunda aracı bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Vaka analizinde kadın bireyin içe dönük, kaçınmacı kişilik yapısının, cinselliği konuşmak yerine bastırmaya yöneldiği; erkek bireyin ise dışa dönük, talepkâr ama empatik olmayan yapısının çatışmayı körüklediği gözlemlenmiştir. Bu da kişilik yapılarına uygun müdahale tekniklerinin önemini ortaya koymaktadır.

9. Kültürel Bastırılmışlık ve Cinsel Travmaların Gölgesi

Türkiye gibi cinselliğin uzun yıllardır tabu olarak kodlandığı ve "ayıp–günah–mahrem" üçgeni içinde konuşulmaz hâle getirildiği toplumlarda, bireylerin cinsellikten kaçınma davranışı yalnızca güncel yaşantılarla sınırlı kalmamaktadır. Özellikle kadın bireylerde çocuklukta maruz kalınan dolaylı cinsel travmalar (örneğin cinsellikle ilgili korkutucu anlatılar, bedenle ilgili ayıplayıcı söylemler, aşırı baskıcı ebeveyn tutumu) ilerleyen yıllarda içselleştirilmiş bir suçluluk duygusu yaratabilmekte ve cinsellik, tehdit edici bir deneyim olarak algılanabilmektedir (Polat, 2019).

Vaka analizinde kadın bireyin özellikle "cinsellikten soğuma", "kendini geri

çekme" gibi davranışları, bu tür bastırılmış kültürel kodların ve olası geçmiş deneyimlerin bir sonucu olarak yorumlanabilir. Bu nedenle, evlilikte yaşanan cinsel uyum sorunlarına yaklaşırken yalnızca şimdiki ilişki dinamiklerini değil, bireylerin çocukluktan getirdikleri cinsellik algılarını ve taşıdıkları bastırılmış duygusal yükleri de hesaba katmak önemlidir.

10. Cinsel Performans Kaygısı ve Eş Rollerine Yüklenen Anlamlar

Modern toplumda bir başka dikkat çeken etki ise, özellikle erkek bireylerde gözlemlenen cinsel performans kaygısıdır. Cinselliğin yalnızca "başarı", "güç", "etkileme" gibi kavramlarla tanımlandığı bir bağlamda erkek birey, partnerinin cinsel tepkilerinden kendi değerini ölçmeye başlamakta; bu da ilişkide daha fazla gerilim ve baskı yaratmaktadır (Corona vd., 2004).

Vaka özelinde erkek bireyin "beni istemiyor", "ben yok gibiyim" gibi yorumları, yalnızca fiziksel olarak karşılanmayan bir isteğin değil; aynı zamanda kişisel olarak kabul edilmeme ve "yetersiz erkek" olma korkusunun dışavurumudur. Bu düşünce biçimi, cinselliği karşılıklı bir paylaşım alanından çıkarıp, bireysel performans ve yeterlilik alanına dönüştürmektedir. Bu da, partnerin rahatlamasını ve özgürce yaklaşmasını engelleyen bir baskı yaratır.

Aynı şekilde, kadın bireyin "eşim için görevimi yapamıyorum" gibi düşünceleri, kadının cinselliği bir sorumluluk ya da ödev olarak gördüğünü; haz almaktan çok "beklentiye yanıt verme" baskısıyla yaklaştığını gösterir. Cinselliğin bu şekilde tanımlanması, kadın bedeninin ve arzularının geri plana itilmesine neden olmakta, çiftler arasında gerçek anlamda yakınlık kurulamamaktadır.

Sadock'a (2007) göre, cinsellikte haz ve yakınlık, ancak tarafların kendilerini ifade etmekten çekinmedikleri, bedenlerini rahatça ortaya koyabildikleri, yargılanmadıklarını bildikleri bir bağlamda mümkündür. Bu bağlamın inşası ise sadece terapötik müdahale ile değil, çiftler arasında karşılıklı anlayış, sabır ve yeniden öğrenmeye açık bir ilişki dinamiği ile sağlanabilir.

ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Cinsel uyum sorunları, bireylerin içsel yaşantıları, eşler arası etkileşim biçimleri ve toplumun kültürel kodlarıyla şekillenen çok boyutlu bir yapı arz etmektedir. Bu nedenle, çözüm süreci de bireysel, ilişkisel ve sistemik düzeylerde yapılandırılmalıdır. Aşağıda, vaka analizinden hareketle geliştirilmiş çok katmanlı çözüm önerileri yer almaktadır.

1. Bireysel Psikolojik Destek ve İç Görü Geliştirme

Kadın ve erkek bireylerin yaşadıkları duygusal zorluklar, cinselliği nasıl tanımladıklarıyla doğrudan ilişkilidir. Bu nedenle, bireysel terapi süreci, kişilerin cinsellik algılarını, kendi bedenleriyle olan ilişkilerini, utanç, suçluluk, değersizlik gibi duygularını fark etmelerine ve yapılandırmalarına yardımcı olmalıdır.

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT):

Kadın bireyin "eşimi memnun edemiyorum, yetersizim" ya da "anne olan kadın artık cinsel olmamalı" gibi işlevsiz inançlarının yeniden yapılandırılması için BDT etkili bir müdahale yöntemidir. Aynı şekilde erkek bireyin "beni istemiyor, beni artık sevmiyor" gibi kişiselleştirici yorumlarının da sorgulanması gerekir (Doğan, 2011).

Beden Odaklı Yaklaşımlar:

Kadın bireyin bedeniyle yeniden temas kurabilmesi için, beden farkındalığı, gevşeme egzersizleri, nefes çalışmaları gibi tekniklerden yararlanılabilir. Özellikle doğum sonrası gelişen olumsuz beden algısı, cinselliğe yabancılaşmaya neden olabileceğinden bu yönün güçlendirilmesi önemlidir (Cetad, 2007).

Cinsel Eğitim ve Bilinçlendirme:

Her iki birey için de cinsellik hakkında bilimsel bilgiye dayalı bir farkındalık oluşturmak, birçok mitin yıkılmasına ve bireylerin cinselliği yeniden anlamlandırmasına yardımcı olur. CETAD (2007) tarafından geliştirilen eğitim materyalleri bu noktada rehberlik edici olabilir.

2. Çift Terapisi ve Cinsel Terapi Uygulamaları

Cinsel uyum, yalnızca bireylerin ayrı ayrı çözümler üretmesiyle değil, çift olarak birlikte değişim ve gelişim göstermeleriyle mümkündür. Bu noktada, uzman eşliğinde yürütülen **çift terapisi** ve *cinsel terapi* uygulamaları büyük önem taşır.

İşlevsel Cinsel İletişim Becerileri Eğitimi:

Vaka boyunca en temel sorunlardan biri cinsellik hakkında açık konuşulamamasıdır. Çift terapisi sürecinde, "ben dili" kullanımı, suçlamadan kaçınma,

duyguların ifadesi gibi iletişim becerileri geliştirilmelidir.

GRISS (Golombok-Rust) Cinsel İşlev Ölçeği:

Bu ölçek ile değerlendirme yapılarak, çiftin yaşadığı cinsel sorunların doğası hakkında daha objektif bir farkındalık oluşturulabilir (Tuğrul, Öztan & Kabakçı, 1993).

Masters & Johnson Modeli

Bu modelden yararlanılarak duyusal odaklanma egzersizleri uygulanabilir. Bu teknik, tarafların cinselliği performans odaklı değil, karşılıklı temas ve duygusal yakınlık olarak yeniden deneyimlemelerine olanak sağlar (McCarthy & McCarthy, 2003).

Çiftin geçmiş deneyimlerini birlikte anlamlandırma:

Bazen çiftler kendi hikâyelerini hiç anlatmamış olurlar. Bu bağlamda, çocuklukta cinsellikle ilgili alınan ilk mesajlar, ebeveyn modelleri ve önceki ilişki deneyimlerinin açıkça paylaşılması, çiftin birbirini daha iyi anlamasını sağlar.

3. Aile İçi Rol Dağılımının ve İletişimin Yeniden Yapılandırılması

Vaka özelinde olduğu gibi, özellikle çocuk sahibi çiftlerde cinsellik, gündelik hayatın yoğunluğu arasında en son sıraya düşebilir. Bu nedenle sadece psikolojik değil, *pratik yaşam planlamaları* da çözümün parçası olmalıdır:

1. **Ebeveynlik sorumluluklarının dengelenmesi:** Kadının yalnız hissettiği alanların tespit edilmesi, erkeğin aktif şekilde ev içi yükümlülüklere katılması, cinsel yakınlık için psikolojik ve fiziksel alan açar.
2. **"Çift zamanı" oluşturulması:** Cinselliğin yeniden canlanabilmesi için romantik ve duygusal yakınlık yeniden kurulmalıdır. Haftalık düzenli olarak çocuklardan bağımsız geçirilecek zamanlar, çift ilişkisini yeniden yapılandırmada işlevsel olacaktır.
3. **İlişki günlüğü ya da duygusal kontrol listeleri:** Her iki bireyin duygu durumunu takip edebileceği, hissettiklerini yazabileceği, böylece çatışmaların erken fark edilebileceği günlük formlar kullanılabilir.

4. Toplumsal ve Kurumsal Düzeyde Müdahale Önerileri

Çiftlerin yaşadığı sorunların bireysel veya ilişkisel çözüm yollarının yanı

sıra, *toplum temelli farkındalık çalışmaları* da sürecin desteklenmesi açısından önemlidir.

1. Cinsellik konusunda toplumsal farkındalık kampanyaları: Medyada ve eğitim kurumlarında cinselliğin yalnızca "gençlik" ya da "performans" odaklı bir biçimde değil, evlilik içi ilişkilerin doğal ve sağlıklı bir boyutu olarak işlenmesi gerekir.
2. Birinci basamak sağlık hizmetlerinde danışmanlık hizmetlerinin yaygınlaştırılması: Aile hekimliklerinde, psikolojik danışmanların ya da sağlık çalışanlarının cinsel sorunları konuşulabilir hale getirecek bilgilendirme broşürleri, gizlilik garantili danışmanlık hatları veya yönlendirme sistemleri oluşturulmalıdır (Akan & Doğan, 2011).
3. Evlilik öncesi danışmanlık programlarında cinsel uyum eğitimi: Evlilik öncesi hazırlık süreçlerinde çiftlere cinsellik, mahremiyet, iletişim gibi konularda psiko-eğitim verilmesi, ileride yaşanabilecek sorunların önüne geçebilir.

TARTIŞMA

Bu vaka analizinde, evli bir çiftin yaşadığı cinsel uyum sorunu çok yönlü bir yaklaşımla değerlendirilmiş; problemin bireysel, ilişkisel ve toplumsal boyutları ortaya konmuştur. Elde edilen bulgular, literatürde cinsel uyum sorunlarıyla ilgili yapılan birçok çalışmayla benzerlik göstermektedir. Özellikle evlilik doyumu, bireysel ruh sağlığı ve aile içi işlevsellik üzerinde cinselliğin belirleyici bir etkisinin olduğu tekrar teyit edilmiştir.

Vaka Bulgularının Literatürle Uyumlu Yönleri

Erbek ve arkadaşlarının (2005) üç grup evli çift üzerinde yaptığı çalışmada, cinsel doyum düzeyinin evlilik uyumu ve genel ilişki memnuniyetiyle doğrudan ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu durum, vaka analizimizde de açıkça görülmektedir: çiftler arasındaki cinsel uyumsuzluk, zamanla duygusal uzaklık, iletişim kopukluğu ve psikolojik yıpranmayla sonuçlanmıştır. Benzer şekilde Öztürk, Arkar ve Gökdağ'ın (2019) çalışması, kişilik özelliklerinin ve cinsel doyumun, evlilikteki uyum üzerinde belirleyici olduğunu göstermiştir. Vaka örneğinde, bireylerin kişilik yapılarının (biri daha içe dönük, biri talepkâr ve dışavurumcu) cinsel beklentilerin karşılanmasını zorlaştırdığı gözlemlenmiştir.

Kadın bireyin doğum sonrası gelişen bedensel yabancılaşma ve cinsellik-

ten uzaklaşma hali, Çolak ve Cin'in (2019) araştırmasında da sıkça vurgulanmıştır. Söz konusu araştırmada, kadınların cinsel doyumunun, ilişki mutluluğu üzerinde etkili olduğu ve bu doyumun azalmasının evlilik bağını zayıflattığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, kadın bireyin cinsellikten uzaklaştıkça hem kendisiyle hem de partneriyle bağ kurmakta zorlandığını gösteren gözlemlerle örtüşmektedir.

Ayrıca Sadock (2007) ve Johnson (2004) gibi otoritelerin belirttiği gibi, cinselliğin sadece fizyolojik değil, aynı zamanda duygusal yakınlık ve bağlanma açısından da önemli bir işleve sahip olduğu gerçeği, vaka analizimizde tekrar gözlemlenmiştir. Erkek bireyin cinselliği sevgi ve kabulün bir göstergesi olarak görmesi, duygusal ihtiyaçların cinsellik yoluyla karşılanmaya çalışıldığını ortaya koymuştur.

Kültürel Bağlamın Vaka Üzerindeki Etkisi

Cinsel uyum sorunlarının Türkiye gibi geleneksel değerlere sahip, cinselliğin açıkça konuşulmadığı toplumlarda daha karmaşık bir hâl aldığı açıktır. Kadın bireyin cinselliği "görev", "eşe hizmet" ya da "annelikle bağdaşmayan bir alan" olarak tanımlaması, bu tür inançların sosyal öğrenme yoluyla nesiller boyunca aktarıldığını göstermektedir. Polat'ın (2019) çalışmasında da belirtildiği gibi, kadınların içselleştirdiği cinsellikle ilgili tabu ve kalıpyargılar, cinsel isteksizlik ve suçluluk duygusunu besleyen temel dinamikler arasında yer almaktadır.

Öte yandan erkek bireyin "istenmeme" korkusunu cinsel ilişki sıklığı ile özdeşleştirmesi, ataerkil toplumsal yapının "erkeğin aktif, talepkâr ve başarılı olması gerektiği" yönündeki baskılarıyla doğrudan ilişkilidir. Bu bakımdan, vaka yalnızca bireylerin iç dünyasıyla değil, toplumun kültürel kodlarıyla da iç içe geçmiş bir yapıya sahiptir. Dolayısıyla, cinsel uyum sorunlarını anlamak için bireylerin psikodinamik süreçlerinin yanı sıra içinde yaşadıkları kültürel bağlamın da dikkate alınması gerekir.

Çalışmanın Sınırlılıkları

Her nitel vaka analizinde olduğu gibi, bu çalışmanın da bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, vaka sayısı yalnızca bir çiftle sınırlı olduğundan elde edilen bulguların genellenebilirliği kısıtlıdır. Ayrıca görüşmelerin belirli bir süreye yayılmış olması, uzun dönemli izleme ve müdahale sürecine dair bilgiler sağlamamaktadır. Bununla birlikte, çiftin bazı konularda konuşmaktan kaçınması veya bastırma eğilimi göstermesi, veri derinliğini kısmen sınırlandırmıştır.

Buna rağmen, çalışmanın kapsamlı kuramsal çerçevesi, danışmanlık sürecine dair somut örneklerle zenginleştirilmiş içeriği ve çözüm önerileri, vaka analizine yüksek düzeyde uygulama değeri kazandırmıştır. Özellikle kültürel bağlamın dikkate alınması, benzer toplumlarda çalışan ruh sağlığı uzmanları için pratik bir kılavuz işlevi görebilir.

Danışma Sürecinde Kullanılan Kuramsal Yaklaşımların Tartışılması

Bu vaka analizinde, hem bireysel hem de çift düzeyinde uygulanan danışmanlık süreci, farklı terapi yaklaşımlarının entegre biçimde kullanılmasını gerektirmiştir. Özellikle cinsel uyum sorununun hem bilişsel çarpıtmalar, hem de duygusal bastırmalarla iç içe geçtiği düşünüldüğünde, çok yönlü bir müdahale çerçevesi vazgeçilmez hâle gelmiştir.

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT), danışma sürecinde hem kadın hem de erkek birey açısından işlevsel olmayan inanç ve yorumları fark etmede etkili olmuştur.

Kadın bireyde gözlemlenen "yetersizlik", "eşimi mutlu edemem" gibi işlevsiz inançlar ile erkek bireydeki "reddediliyorum = sevilmiyorum" tarzı düşünceler, BDT'nin yeniden yapılandırma teknikleriyle ele alınabilecek örneklerdir (Doğan, 2011). Bu bağlamda danışanların otomatik düşüncelerini tanımlamaları, onlara meydan okumaları ve alternatif düşünceler geliştirmeleri, cinsel etkileşimlerinde daha özgür bir alan yaratmalarını kolaylaştırmaktadır.

Duygusal Odaklı Çift Terapisi (EFT) ise bu vakanın duygusal boyutunu ele almak açısından oldukça uygun bir yaklaşımdır. Johnson'ın geliştirdiği bu model, çiftlerin duygusal bağlarını güçlendirmeyi, güvenli bir bağlanma geliştirmeyi ve olumsuz etkileşim döngülerini çözmeyi amaçlar. Vakada tarafların birbirlerine duyduğu kırgınlık, öfke ve yalnızlık hissi; çoğunlukla altında daha derin bir "görülmeme" ve "anlaşılmama" duygusu barındırmaktadır. EFT, bu derin duyguların güvenli bir ortamda ifade edilmesini ve duygusal ihtiyaçların netleşmesini sağlar (Johnson, 2004). Danışmanlık sürecinde çiftin "suçlama" yerine "duyguyu paylaşma" yönüne evrilmeleri bu modelin temel hedeflerinden biridir.

Sistemik Aile Terapisi bakış açısıyla bakıldığında ise, cinsel uyum sorununun yalnızca bireyler arası bir çatışma değil, tüm aile sistemini etkileyen bir durum olduğu açıktır. Kadının anne rolüne fazlaca hapsolması, erkeğin ilişki dışına yönelme eğilimleri, çocuklara yansıyan gerginlik—bunların tümü sistem içindeki rol dağılımlarının ve sınırların yeniden yapılandırılması gerektiğini göstermektedir. Sistemik yaklaşım, bireylerin sadece kendi düşünce ve duy-

gularına değil, sistem içindeki yerlerine ve diğer üyelerle kurdukları ilişkisel örüntülere de odaklanır.

Ayrıca vaka sürecinde vurgulanan beden odaklı terapi teknikleri, özellikle kadın bireyde gözlemlenen beden yabancılaşması ve kaçınma davranışlarının azaltılmasında etkili olabilir. Mindfulness, duyusal farkındalık ve gevşeme temelli egzersizler, cinselliğin performans odaklı değil, deneyim odaklı yaşanmasına katkı sağlar (Teusch vd. 1995). Kadının kendi bedeniyle yeniden bağ kurması, yalnızca cinsel yakınlığı değil, özsaygı ve kişisel bütünlük duygusunu da yeniden inşa eder.

Bu kuramsal yaklaşımlar, vaka boyunca hem değerlendirme hem de müdahale sürecinde birbiriyle bütünleştirilerek kullanılmış ve çiftin iç görü kazanmasında etkili olmuştur. Nitel araştırmalarda danışma sürecinin kuramsal arka planı genellikle göz ardı edilse de, bu örnekte görüldüğü gibi, farklı teorik yaklaşımların eklektik biçimde kullanımı; çiftin yaşadığı sorunun çok katmanlı doğasını çözmede etkili bir yol sunmaktadır.

SONUÇ

Bu vaka analizinde, evli bir çiftin yaşadığı cinsel uyum sorununun çok katmanlı doğası incelenmiş; bireysel psikolojik süreçlerden çiftler arası etkileşim biçimlerine, toplumsal normlardan kültürel değerlere kadar uzanan geniş bir çerçevede değerlendirme yapılmıştır. Cinselliğin yalnızca biyolojik bir işlev değil, aynı zamanda duygusal, iletişimsel ve sosyal yönleri olan bir yaşam alanı olduğu bu vaka üzerinden açıkça görülmüştür.

Kadın bireyin doğum sonrası değişen beden algısı, cinsellikten uzaklaşma davranışı ve suçluluk duyguları, bireysel ruhsal süreçlerin cinselliğe nasıl yansıdığını göstermektedir. Erkek bireyin ise duygusal yalnızlıkla baş etme stratejisi olarak cinselliğe yönelmesi, cinsel yakınlığın ilişki içinde nasıl bir iletişim aracı hâline dönüştüğünü ortaya koymuştur. Bu noktada çiftin, sorunlarını konuşamaması, bastırması ve suçlayıcı iletişim kalıpları geliştirmesi, sorunun kronikleşmesine neden olmuştur.

Çalışmanın önemli bir katkısı, cinsel uyum sorununun sadece bireyler arası bir uyumsuzluk olarak değil, aynı zamanda aile içi işlevselliği, evlilik bağını ve bireysel psikolojik sağlığı etkileyen sistemik bir problem olarak ele alınmasıdır. Ayrıca kültürel bağlamın bu süreci şekillendirmedeki etkisi, danışmanlık sürecinde ele alınması gereken temel dinamiklerden biri olarak öne çıkmıştır.

Bu vaka analizi yalnızca belirli bir çiftin yaşadığı sorunu çözümlemeyi değil, aynı zamanda benzer yapıda çok sayıda ilişkinin içsel dinamiklerini anlamayı da hedeflemiştir. Psikolojik danışmanlık pratiğinde, özellikle cinsel uyum sorunları gibi mahremiyet içeren, konuşulması zor, toplumsal olarak bastırılmış alanların ele alınması, danışmanın mesleki donanımına olduğu kadar etik farkındalığına da bağlıdır. Bu tür vakalar, danışmanlık sürecinde empati, tarafsızlık, kültürel duyarlılık ve mahremiyet gibi temel etik ilkelerin titizlikle uygulanmasını gerektirir.

Ayrıca, vaka analizleri psikolojik danışma eğitimi ve süpervizyon uygulamaları açısından oldukça değerli bir araçtır. Gerçek ya da kurmaca vakaların analiz edilmesi, danışman adaylarının teorik bilgileri pratik örnekler üzerinden pekiştirmesine olanak tanır. Bu sayede yalnızca bilgi düzeyinde değil, aynı zamanda vaka formülasyonu, müdahale planlaması ve etik karar verme açısından mesleki gelişim sağlanır.

Özellikle cinsellik gibi hassas temalarda vaka çalışmaları, danışmanların "konuşmakta zorlanılan" konuları nasıl yapılandıracaklarını öğrenmeleri açısından bir yol haritası sunar. Bu çalışmada olduğu gibi çok katmanlı bir bakış açısının geliştirilmesi, danışmanın sadece soruna değil, bireyin bütününe, ilişkiye ve sistemsel etkileşimlere odaklanmasını sağlar.

Gelecekte yapılacak çalışmalarda, farklı sosyo-kültürel geçmişlerden gelen çiftlerin cinselliğe ilişkin algıları, cinsel işlev bozukluklarıyla baş etme stratejileri ve yardım alma davranışları daha geniş örneklemlerle araştırılabilir. Ayrıca vaka analizlerinin, danışman eğitimi alanında yapılandırılmış müfredatlara entegre edilmesi, mesleki yetkinliğin gelişimine önemli katkılar sağlayacaktır.

Vaka Analizinden Elde Edilen Temel Çıkarımlar:

i. Cinsel uyum sorunları çoğunlukla ilişkideki diğer problemlerle iç içedir; tek başına bir semptom olarak değil, daha derin duygusal ve iletişimsel çatışmaların yansıması olarak ele alınmalıdır.

ii. Cinselliğin tabu olarak görüldüğü toplumlarda, yardım arama davranışı geç gerçekleşmekte, bu da sorunların kronikleşmesine zemin hazırlamaktadır.

iii. Bireylerin geçmiş yaşantılarından taşıdığı cinsel mitler, beden algısı bozuklukları ve suçluluk duyguları, cinsel işlevleri ve ilişkisel doyumu doğrudan etkilemektedir.

iv. Çift terapisi ve cinsel terapi süreçlerinde iletişim kalıplarının yeniden yapılandırılması, duyguların ifade edilmesi ve beklentilerin açık biçimde paylaşılması çok önemlidir.

v. Aile içi rol paylaşımı, ebeveynlik yükü ve eş zamanlı ilişki rolünün dengelenmesi, cinsel yakınlığın yeniden inşasında kritik bir rol oynamaktadır.

Uygulayıcılara Öneriler

Ruh sağlığı profesyonelleri, çiftlerle çalışırken cinsellik konusunu konuşulabilir kılmak için güvenli ve yargılamayan bir ortam oluşturmalıdır. Danışanların cinsellikle ilgili inançları, geçmiş deneyimleri ve mevcut ilişkisel dinamikleri birlikte değerlendirilmelidir. Özellikle kültürel normların birey üzerindeki etkisi göz ardı edilmemeli, danışmanlık süreci kişinin kültürel kodları ile çatışmadan ilerlemelidir.

Danışmanlar ayrıca cinsel işlev bozukluklarını tanımada bilimsel ölçeklerden yararlanmalı, gerektiğinde diğer uzmanlarla (jinekolog, ürolog, psikiyatrist vb.) iş birliği içinde çalışmalıdır. Eğitim programları, evlilik danışmanlığı süreçleri ve toplumsal farkındalık kampanyalarında cinsel uyum konusuna özel bir yer verilmelidir.

KAYNAKÇA

Akan, H., & Doğan, S. (2011). Birinci basamak sağlık hizmetinde cinsel işlev bozukluklarına yaklaşım. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 15(2), 69–76.

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

Brezsnyak, M., & Whisman, M. A. (2004). Sexual desire and relationship functioning: The effects of marital satisfaction and power. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 30(3), 199–217. https://doi.org/10.1080/00926230490262393

Cetad. (2007). *Cinsel yaşam ve sorunları: Cinsel eğitim tedavi ve araştırma derneği yayını*. İstanbul: CETAD Yayınları.

Çolak, A. M., & Cin, F. M. (2019). Kadınların cinsel doyumunun ilişki mutlulukları üzerine etkisi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(35), 745–754.

Corona, G., Mannucci, E., Mansani, R., Petrone, L., Bartolini, M., Giommi, R., ... & Maggi, M. (2004). Aging and pathogenesis of erectile dysfunction. *Internatio-*

nal Journal of Impotence Research, 16(5), 395–402. https://doi.org/10.1038/sj.ijir.3901200

Doğan, S. (2011). Cinsel işlev bozuklukları, depresyon ve antidepresanlar. *Journal of Mood Disorders*, 1(2), 81–86.

Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Alpkan, L., & Eradamlar, N. (2005). Cinsellik ve çift uyumu arasındaki ilişki: Üç grup evli çiftte karşılaştırmalı bir çalışma. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 18(2), 72–81.

Gülsün, M., Ak, M., & Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 68–79.

Johnson, S. D., Phelps, D. L., & Cottler, L. B. (2004). The association of sexual dysfunction and substance use among a community epidemiological sample. *Archives of Sexual Behavior*, 33(1), 55–63. https://doi.org/10.1023/B:ASEB.0000004304.96080.0e

McCarthy, B. W., & McCarthy, E. M. (2003). *Rekindling desire: A step by step program to help low-sex and no-sex marriages*. New York: Brunner-Routledge.

Öztürk, C. Ş., Arkar, H., & Gökdağ, C. (2019). Cinsel işlev bozukluğu olan çiftlerde evlilik uyumunda kişilik özellikleri etkili mi? Cinsel doyumun aracı etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 30(2), 1–13. https://doi.org/10.5080/u23742

Polat, C. (2019). Cinsel işlev bozuklukları ve depresyon. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(6), 223–228.

Sadock, V. A. (2007). Normal insan cinselliği ve cinsel işlev bozuklukları. In: Sadock, B. J. & Sadock, V. A. (Eds.) (Çev. Ed. Aydın, H., Bozkurt, A.), *Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry* (8. baskı, ss. 1451–1479). Ankara: Güneş Tıp Kitabevi.

Teusch, L., Böhme, H., Bender, S., Eschmann-Mehl, G., & Gastpar, M. (1995). Different patterns of sexual dysfunctions associated with psychiatric disorders and psychopharmacological treatment. *Pharmacopsychiatry*, 28(3), 84–92. https://doi.org/10.1055/s-2007-979642

Tuğrul, C., Öztan, N., & Kabakçı, E. (1993). Golombok-Rust cinsel doyum ölçeğinin standardizasyon çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 4, 83–88.