

BENLİK SAYGISI VE BEDEN İMGESİNİN İŞ YAŞAMINDA PSİKOLOJİK YILDIRMA ALGISINI AÇIKLAMADAKİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ¹

EXAMINATION OF THE ROLE OF SELF-ESTEEM AND BODY IMAGE IN EXPLAINING PERCEIVED MOBBING AT WORK

Psk. Berra BEKİROĞLU
bekirogluberra@gmail.com, İstanbul / Türkiye

Psk. Hüdanur ÖZDEMİR
hudaozdemir@gmail.com, İstanbul / Türkiye

Doç. Dr. Arkun TATAR

FSM Vakıf Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, arkuntatar@yahoo.com, İstanbul / Türkiye

ÖZET

Bu çalışmada, benlik saygısı ve beden imgesinin psikolojik yıldırma algısını açıklamadaki rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla önce psikolojik yıldırma, benlik saygısı ve benden imgesi arası ilişkilerin incelenmesi, daha sonra farklı sosyo-demografik grupların psikolojik yıldırma düzeylerinin karşılaştırılması planlanmıştır. Çalışmaya 223 kadın, 219 erkek olmak üzere toplam 442 kişi katılmıştır. Katılımcılar, en az bir yıl süre ile bir işte çalışmaları koşuluyla çalışmaya dahil edilmiştir. Katılımcıların 165'inin kamuda ve 277'sinin özel sektörde çalıştığı belirlenmiştir. Çalışmada Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri, İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği ve A Psikolojik Yıldırma Ölçeği uygulanmıştır. Veri önce psikolojik yıldırma açıklama yönelik regresyon analiziyle, daha sonra da değişkenler arası ilişkileri ortaya koymak için yol analiziyle incelenmiştir. Sosyo-demografik değişken grupları ise kovaryans analiziyle karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre psikolojik yıldırma büyük oranda benlik saygısı yordamıştır. Ayrıca beden imgesinin dolaylı olarak benlik saygısı üzerinden psikolojik yıldırma etki ettiği görülmüştür. Düşük benlik saygısı, düşük beden imgesi ve düşük gelir düzeyi gruplarının yüksek psikolojik yıldırma puanlarına sahip oldukları ve risk grupları oldukları tespit edilmiştir. Yaşın ve işte çalışma süresinin ise psikolojik yıldırma maruz kalma açısından önemi/etkili olmadığı görülmüştür.

Anahtar kelimeler: benlik saygısı, benden imgesi, psikolojik yıldırma

ABSTRACT

In this study, it was aimed to examine the role of self-esteem and body image in explaining perceived mobbing at work. For this purpose, the relationship between mobbing, self esteem, and body image was investigated and different socio-demographic groups were compared in terms of their levels of perceived mobbing. A total of 442 people, 223 female and 219 male have participated in the study. Participants were selected on the basis of an inclusion criterion which was specified as working at a job for more than a year. It was determined that 165 people have been working in the public sector and 277 in the private. The Coopersmith Self-Esteem Inventory, the Two Dimensional Body Image Scale and the A Mobbing Scale were administered to participants. With the aim of predicting mobbing scores regression analyses were performed in the first place and afterwards, the relations between the constructs were demonstrated through path analysis. Finally, socio-demographic variables were compared using the analysis of covariance. Results of the regression analyses reveal that the strongest predictor of perceived mobbing is self-esteem. In addition, path analysis suggests that body image has an indirect effect on mobbing through self-esteem. It was determined that people with low self-esteem, poor body image, and bad economic conditions have greater mobbing scores and were identified as risk groups. It was observed that age and working years have no significant effect on exposure to mobbing.

Key words: self-esteem, body image, mobbing

1. GİRİŞ

Sosyal ve sağlık bilimleri gibi farklı disiplinlerde gittikçe popüler bir araştırma alanı haline gelen beden imgesi, sıklıkla fiziksel görünümle eşleştirilmektedir (Cash 2004; Furnham, Badmin ve Sneade, 2002). Her ne kadar fiziksel görünüm, beden imgesinin oluşmasında önemli bir yere sahip olsa da beden imgesi kavramı, çok daha geniş bir bağlamda tanımlanmakta ve bireyin bilişsel,

¹ Bu çalışmanın daha önceki taslak hali, International Psychological Applications Conference and Trends (InPACT) Zagreb, Hırvatistan'da 4-6 Mayıs 2019'da sözel bildiri olarak sunulmak üzere genişletilmiş özet şeklinde kabul edilmiştir.

duygusal ve davranışsal değerlendirmelerini kapsayan çok boyutlu bir yapıyı temsil etmektedir. Beden imgesi, temelde, bireyin fiziksel görünümüne yönelik kişisel değerlendirmelerini içeren “algısal” ve kişinin kendi vücuduna ve görünümüne yönelik duygularını, tutumlarını içeren “tutumsal” bileşenden oluşmaktadır (Chase, 2001; Hayes, D’Anci ve Kanarek, 2011; Stokes ve Frederick-Recascino, 2003; Wenninger, Weiss, Wahn ve Staab, 2003).

Beden imgesi oldukça öznel bir yapıya sahip olsa da çevreden gelen mesajlar bu algının şekillenmesinde önemli bir katalizör görevi görmektedir (Cash ve Labarge, 1996; Lee, Lee, Choi, Kim ve Han, 2014). Özellikle medya tarafından çeşitli yollarla sunulan “ideal beden imgesine” yönelik mesajlar, bireylerin beden algılarına dair değerlendirmelerini önemli ölçüde etkilemektedir (Sainsbury, 2009; Veldhuis, Konijn ve Seidell, 2011). Beden imgesinin oluşmasında etkili olan bir diğer faktör ise sosyokültürel idealler ve toplumsal beklentilerdir. Bu nedenle farklı kültürlerde ortaya çıkan ideal beden algıları, farklılık göstermektedir (Fitzgibbon, Blackman ve Avellone, 2000; Latha, Hegde, Bhat, Sharma ve Rai, 2006; Ricciardelli, Marita, Williams ve Thompson, 2007; Watkins, Christie ve Chally, 2008). Hem medya tarafından hem de popüler kültür tarafından sunulan mesajlar, kişilerin, ideal beden imgesine sahip olma arzularını güçlendirmektedir. Ancak bireylerin beden algılarının, sunulan ve benimsenen bu mesajlardan etkilenebilmesi için süreçlerin içselleştirilmiş olması da gerekmektedir (Bessenoff, 2006; Chase, 2001).

Mevcut beden imgesi ile sunulan mesajların içselleştirilmesiyle ortaya çıkan ideal beden imgesi arasındaki fark arttıkça, kişinin bedenine dair hoşnutsuzluğu artmakta ve olumsuz bir beden imgesi oluşmaktadır. Bu doğrultuda bireyin beden imgesinde meydana gelen bozulmalar, klinik bir semptomun gelişmesinde belirleyici olabilmektedir (Friederich ve ark., 2007; Lee ve ark., 2014; Swami, Hadji-Michael ve Furnham, 2008; Thompson, Dinnel ve Dill, 2003; Weaver ve Byers, 2006). İlgili çalışmalarda, olumsuz beden imgesinin, depresyon (Kaplan, Busner ve Pollack, 1998; Noles, Cash ve Winstead, 1985; Rierdan, Koff ve Stubbs, 1989), sosyal fiziksel kaygı (Atalay ve Gençöz, 2008; Cash, Thériault ve Annis, 2004), bulimik semptomlar gösterme, düzensiz beslenme, aşırı yeme, abartılı diyet yapma gibi yeme bozuklukları (Garner, Garfinkel, Schwartz ve Thompson, 1980; Ricciardelli ve ark., 2007; Swami, Tran, Stieger ve Voracek, 2015), olumlu beden imgesinin ise meyve ve sebze tüketimi, düzenli beslenme, fiziksel aktivitelerde bulunma (Swami ve ark., 2015) ile ilişkilendirildiği görülmektedir.

Nevrotik bireylerin, sosyal güvensizlik, kaygı, endişe, memnuniyetsizlik gibi yaşadıkları olumsuz duygusal süreçler nedeniyle olumsuz beden imgesi geliştirme olasılıkları daha yüksek olmaktadır. Bu bireylerin gerçekliği çarpıtma eğilimleri, gerçek ve ideal beden algıları arasındaki uyumsuzluğu arttırmaktadır (Benford ve Swami, 2014, Swami ve ark., 2008; Swami ve ark., 2013). Diğer yandan dışadönük bireylerin de iyimserlik, sosyallik, aktiflik gibi özellikleri sayesinde olumlu beden imgesi geliştirmeleri daha mümkün olmaktadır (Benford ve Swami, 2014; Swami ve ark., 2013). Kendi bedeni ile ilgili olumlu görüşlere sahip olan, kusurlarına rağmen bedenini kabul eden, gerçekçi olmayan idealleri içselleştirmeyen, bedenine karşı farkındalığı yüksek olan bireyler de olumlu beden imgesi geliştirmektedirler (Lee ve ark., 2014; Swami ve ark., 2008; Swami ve ark., 2015). Olumlu beden imgesine sahip olan bireylerin, psikolojik ve duygusal iyi oluş düzeyleri (Lee ve ark., 2014; Mond ve ark., 2011), mutluluk düzeyleri (Stokes ve Frederick-Recascino, 2003; Swami ve ark., 2015) ve yaşam doyumları (Diener, Wolsic ve Fujita, 1995; Kaczmarek ve ark., 2016) yüksek olmaktadır.

Beden imgesi, bir yandan, en temel tanımıyla “kendimize ilişkin değerlendirmemiz” olarak ifade edilen benlik saygısıyla yakından ilişkili (Latha ve ark., 2006; Sainsbury, 2009), hatta benlik saygısının önemli bir bileşeni olarak kabul edilirken, diğer yandan benlik saygısı ve kendilik algısıyla (self-concept) ilişkili, ancak farklı bir yapı olduğu ileri sürülmektedir (Kostanski ve Gullone, 1998; Sainsbury, 2009). Olgular arası ilişkilere yönelik bu farklı görüşlere rağmen ortak kabul, beden imgesinde meydana gelen bozulmanın, benlik saygısının olumsuz yönde etkilenmesinde belirleyici olduğudur. Diğer bir ifadeyle, olumsuz beden imgesi, düşük benlik saygısıyla ilişkilendirilmektedir (Latha ve ark., 2006). Özellikle sosyal karşılaştırma kuramı çerçevesinde yapılan çalışmalar,

bireylerin, kendilerini fiziksel görünüm açısından daha çekici buldukları kişilerle kıyasladıklarında (yukarı doğru karşılaştırma) benlik saygılarında düşme, buna karşın daha az çekici buldukları kişilerle kıyasladıklarında (aşağı doğru karşılaştırma) ise benlik saygılarında yükselme gözlemlendiğini ortaya koymaktadır (Friederich ve ark., 2007; Kinley, 2010; Morse ve Gergen, 1970).

Cinsiyet grupları arası farklılıklar incelendiğinde, kadınların benlik saygılarının, daha çok fiziksel çekiciliğe ilişkin algılarla şekillendiği anlaşılmaktadır (Chase, 2001; Latha ve ark., 2006). Medya ve popüler kültürel normların, kadınları, erkeklere oranla daha fazla cinsel olarak nesneleştirdiği, görünüş hedeflerine uygun olarak psikolojik ve fiziksel yatırım yapmaya teşvik ettiği ve ideal vücut tipine uygun baskılara maruz bıraktığı görülmektedir. Dolayısıyla bütün bu faktörler nedeniyle, kadınlarda, beden algılarına bağlı olarak benlik saygılarında düşüş ve olumsuz beden imgesi geliştirme eğilimleri daha fazla, kendilik algıları da daha zayıf olmaktadır (Chase, 2001; Clay, Vignoles ve Dittmar, 2005; Furnham ve ark., 2002; Lennon, Lillethun ve Buckland, 1999). Diğer taraftan, yaygın olarak, fiziksel açıdan çekici görünen erkeklerin ve kadınların daha başarılı, mutlu, akıllı, girişken ve dengeli olduğu düşünülmektedir (Chase, 2001). Toplumsal açıdan kabul gören bu bakış açısı göz önünde bulundurulduğunda, insanların, çoğu zaman fiziksel olarak çekici ve başarılı olan insanlara değer verdiği ve bu insanları memnun etme konusunda daha fazla çaba harcadığı ifade edilmektedir (Sainsbury, 2009). Konu özellikle iş yaşantısı çerçevesinde incelendiğinde, bireylerin fiziksel görünüşleri, psikolojik yıldırma (mobbing) maruz kalmaları açısından bir risk faktörü olarak ortaya çıkmaktadır (Tomić, 2012, Turaç ve Şahin, 2014).

Psikolojik yıldırma iş yerinde uygulanan fiziksel ve psikolojik şiddet anlamında kullanılmakta (Cogenli ve Barli, 2013; Leymann, 1996) ve istenmeyen, mağdurun üzerinde yıkıcı bir etki bırakabilen, düzenli olarak tekrarlanan uygunsuz davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik yıldırma uygulayan birey, bu tarz davranışlar sergileyerek mağdurun üzerinde üstünlük kurmayı ve mağdurun benlik saygısını yok etmeyi amaçlamaktadır (De Pedro, Sánchez, Navarro ve Izquierdo, 2008; Einarsen, 1999; Leymann, 1990; Tutar ve Akbolat, 2012). Özellikle iş ortamında farklı özelliklere sahip olan bireylere karşı bu tür davranışlar sergilenmekte ve bu durum iş yaşamında ciddi problemlere yol açmaktadır (Cogenli ve Barli, 2013; Einarsen, 1999; Şenol ve ark., 2014; Tomić, 2012; Turkmen, Ustun, Ozdemir, Akyol ve Cokmus, 2017). Çalışanlar, içe dönüklük, düşük benlik saygısı, zayıf sosyal ilişkiler gibi olumsuz ya da yaratıcılık, yeni fikirler üretme, yüksek duygusal zeka, dürüstlük gibi olumlu özellikler nedeniyle psikolojik yıldırma davranışlarına maruz kalabilmektedir (Cogenli ve Barli, 2013; Einarsen, 1999; Turkmen ve ark., 2017; Zapf, 1999). Fiziksel açıdan “kabul edilebilir” bir görünüme sahip olmama da (Tomić, 2012) aşırı çekici bir görünüme sahip olma da psikolojik yıldırma davranışlarına maruz kalmada etkili olmaktadır veya bu tür davranışlarla karşılaşma olasılığını arttırmaktadır (Turaç ve Şahin, 2014).

Ancak nedeni her ne olursa olsun psikolojik yıldırma maruz kalmak, bireylerde, depresyon, stres, travma sonrası stres bozukluğu, intihar eğilimi ve diğer bazı psikosomatik semptomların görülmesi gibi klinik açıdan olumsuz sonuçları beraberinde getirmektedir (Szigety, 2012; Notelaers, Vermunt, Baillien, Einarsen ve De Witte, 2011; Leymann ve Gustafsson, 1996). Düşük benlik saygısı ise hem bu durumun bir sonucu olarak ortaya çıkmakta, hem de psikolojik yıldırma maruz kalma açısından tetikleyici bir risk faktörü olmaktadır (Einarsen, Raknes ve Matthiesen, 1994; Einarsen, 2000; Şenol ve ark., 2014; Szigety, 2012).

Yukarıda belirtildiği gibi fiziksel görünüm ile psikolojik yıldırma maruz kalma arasındaki ilişkide, birbirinden farklı görüşler ifade edilmektedir. Beden imgesinin de fiziksel görünümünden çok daha geniş bir çerçevede tanımlanması söz konusudur. Benzer şekilde benlik saygısıyla psikolojik yıldırma maruz kalma arasında da ilişki olduğu görülmektedir. Bu çalışma, bireylerde önemli klinik problemlere yol açabilen psikolojik yıldırmanın, mağdur için risk faktörü olabilecek beden imgesi ve benlik saygısı çerçevesinde incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda önce psikolojik yıldırma, benlik saygısı ve beden imgesi arası ilişkilerin incelenmesi, daha sonrada farklı grupların psikolojik yıldırma düzeylerinin bu değişkenler çerçevesinde karşılaştırılması amaçlanmıştır.

2. YÖNTEM

2.1. Katılımcılar

Bu çalışmada dışlama kriteri olarak gelir getiren bir işte çalışmama, bir yıldan daha kısa süre ile çalışma ve/veya çalışılan iş yerinde beş kişiden daha az sayıda çalışanın olması koşulları alınmış, bu özellikleri taşıyan bireyler çalışmaya dahil edilmemiştir. Çalışmaya katılanlar ise 165'i kamuda (%37.3) ve 277'si özel sektörde (%62.7), 1 ile 48 yıl arasında süreyle (Ort. = 6.32, SS = 7.38 yıl) çalışan, 18-64 yaşları (Ort. = 29.50, SS = 7.79 yıl) arasında, 223 kadın (%50.5), 219 erkek (%49.5) olmak üzere toplam 442 kişiden oluşmuştur. Katılımcılar, eğitim durumlarını 16'sı ilköğretim ve orta okul (%3.6), 75'i lise (%17.0) ve 351'i üniversite (%79.4) mezunu; medeni durumlarını 280'i bekar, dul veya boşanmış (%63.3), 162'si evli (%36.7); gelir durumlarını 29'u kötü (%6.6), 265'i orta düzeyde (%60) ve 148'i iyi (%33.5) olarak belirtmişlerdir.

2.2. Araç Gereç

Bu çalışmada A Psikolojik Yıldırma Ölçeği, Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri kısa formu ve İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği kullanılmıştır.

A Psikolojik Yıldırma Ölçeği, 5'li Likert tipi (Hiç Uygun Değil = 1, Çok Uygun = 5) değerlendirilmeyle cevaplanan 30 maddeli öz bildirim türü bir ölçektir. Ölçekten elde edilen yüksek puan kişinin psikolojik yıldırma imgesinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geliştirildiği çalışmada iç tutarlılık güvenirlik katsayısı 0.96 olarak bildirilmiştir (Tatar, Namlı ve ark., 2017).

Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri, yetişkinler için olan kısa formu 25 maddeden oluşan ve ikili cevaplama seçeneğiyle (Evet = 4, Hayır = 0) puanlanan öz bildirim türü bir ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, yüksek benlik saygısını göstermektedir. Ölçeğin kısa formu için elde edilen iç tutarlılık güvenirlik katsayısı 0.81 olarak bildirilmiştir (Eriş ve İkiz, 2013).

İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği, 5'li Likert tipi (Hiç Beğenmiyorum = 1, Çok Beğeniyorum = 5) değerlendirilmeyle cevaplanan 63 maddeli öz bildirim türü bir ölçektir. Ölçek, genel toplam puan dışında "Görünüm" ve "İşlevler" olmak üzere iki alt boyut puanıyla değerlendirilmektedir. Ters yönlü maddesi bulunmayan ölçekten elde edilen yüksek puanlar, fiziksel görünüme, beden bileşenlerinin işlevlerine ve bedenin geneline ilişkin memnuniyeti değerlendirmektedir. Ölçeğin uyarılma çalışmasında, iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ölçek bütünü için 0.93, Görünüm alt boyutu için 0.92 ve İşlevler alt boyutu için 0.83 olarak hesaplanmıştır (Tatar, Saltukoğlu ve ark., 2017).

2.3. Uygulama

Bu çalışmanın uygulaması, bir ay içerisinde internet üzerinden hazırlanan çevrimiçi bir formun doldurulmasıyla gerçekleştirilmiştir. Formun uygulama bağlantısı kolay örnekleme yöntemiyle paylaşılmıştır. Çalışmaya ilişkin bilgi ve dışlama kriterleri formun başında belirtilmiştir. Çalışmaya dahil olma koşullarını taşıyan ve gönüllü olarak katılmak istediğini belirten kişiler forma ulaşabilmişlerdir.

2.4. Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde ölçek iç tutarlılık güvenirlik analizleri, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson korelasyon analizi, psikolojik yıldırma puanının yordanması için basit ve çoklu doğrusal regresyon analizi ve değişkenlerin birbirleri üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini incelemek amacıyla da yol (path) analizi yapılmıştır. İncelenen grupların birbirleriyle psikolojik yıldırma puanı açısından karşılaştırmaları da çok yönlü tek değişkenli kovaryans analiziyle (ANCOVA) yapılmıştır.

2.5. Sonuçlar

Öncelikle uygulanan ölçeklerin katılımcı grup üzerindeki içtutarlılık güvenirlik katsayıları hesaplanmış ve ölçeklerin (ve alt boyutlarının) 0.779 ile 0.954 arasında değişen içtutarlılık güvenirlik

katsayıları verdiği görülmüştür. Sonra ölçekler arası ilişkileri incelemek amacıyla ölçeklerin bütünü ve alt boyut puanları arasındaki Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. A Psikolojik Yıldırma Ölçeği'nin, İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği ve alt boyutları ile -0.205 ile -0.241 arasında, Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri ile -0.381; Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri'nin, İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği ve alt boyutları ile 0.377 ile 0.436 arasında değişen korelasyon katsayıları gösterdiği hesaplanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Ölçeklerin İç Tutarlılık Güvenirlik ve Aralarındaki Korelasyon Katsayıları

(n = 442)	1	2	3	4	5
1: A Psikolojik Yıldırma Ölçeği	0.949 [†]				
2: İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği	-0.234***	0.954 [†]			
3: İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği - Görünüm	-0.241***	0.991***	0.937 [†]		
4: İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği - İşlevler	-0.205***	0.962***	0.917***	0.853 [†]	
5: Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri	-0.381***	0.425***	0.436***	0.377***	0.779 [†]

[†] köşegende α değerleri verilmiştir. *** $p < 0.001$

Sonraki aşamada, beden imgesi ve benlik saygısı puanları ile psikolojik yıldırma puanlarının yordanması amacıyla beş farklı ilişki model kurularak basit ve çoklu doğrusal regresyon analizleri yapılmıştır (Tablo 2).

Model 1: Bu modelde psikolojik yıldırma toplam puanının, sadece İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği genel toplam puanı kullanılarak yordanması test edilmiş ve anlamlı derecede yordandığı gösterilmiştir ($R^2 = 0.055$, $F_{1,440} = 25.469$, $p < 0.001$).

Model 2: Bu modelde psikolojik yıldırma toplam puanının, İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği'nin Görünüm ve İşlevler alt boyut toplam puanları kullanılarak yordanması test edilmiştir. Psikolojik yıldırma toplam puanının, sadece Görünüm alt boyut toplam puanı ile anlamlı derecede yordandığı gösterilmiştir ($R^2 = 0.060$, $F_{2,439} = 13,978$, $p < 0.001$). İşlevler alt boyut toplam puanının açıklanan varyansa önemli katkısı görülmemiştir.

Model 3: Bu modelde psikolojik yıldırma toplam puanının, sadece benlik saygısı toplam puanı kullanılarak yordanması test edilmiş ve anlamlı derecede yordandığı gösterilmiştir ($R^2 = 0.145$, $F_{1,440} = 74.639$, $p < 0.001$).

Model 4: Bu modelde psikolojik yıldırma toplam puanının, beden imgesi genel toplam ve benlik saygısı toplam puanları kullanılarak yordanması test edilmiştir. Psikolojik yıldırma toplam puanının, sadece benlik saygısı toplam puanı ile anlamlı derecede yordandığı görülmüştür ($R^2 = 0.151$, $F_{2,439} = 39.159$, $p < 0.001$). Beden imgesi genel toplam puanının açıklanan varyansa önemli katkısı görülmemiştir.

Model 5: Bu modelde psikolojik yıldırma toplam puanının, beden imgesi ölçeğinin alt boyut toplam ve benlik saygısı toplam puanları kullanılarak yordanması test edilmiştir. Psikolojik yıldırma toplam puanının, sadece benlik saygısı toplam puanı ile anlamlı derecede yordandığı görülmüştür ($R^2 = 0.152$, $F_{3,438} = 26.254$, $p < 0.001$). Hem İşlevler hem de Görünüm alt boyut toplam puanlarının açıklanan varyansa önemli katkısı görülmemiştir.

Tablo 2. Psikolojik Yıldırmanın Yordanması için Farklı Modellerle Yapılan Regresyon Analizleri Sonuçları

Model	Bağımsız Değişkenler	Beta	t	R	R ²	ΔR^2	F
1	Beden İmgesi	-0.234	-5.047***	0.234	0.055	-	25.469***
2	Beden İmgesi-İşlevler	0.101	0.868	0.245	0.060	0.005	13.978***
	Beden İmgesi-Görünüm	-0.334	-2.873**				
3	Benlik Saygısı	-0.381	-8.639***	0.381	0.145	0.085	74.639***
4	Beden İmgesi	-0.088	-1.814	0.389	0.151	0.006	39.159***
	Benlik Saygısı	-0.343	-7.072***				
5	Beden İmgesi-İşlevler	0.050	0.454	0.390	0.152	0.001	26.254***
	Beden İmgesi-Görünüm	-0.140	-1.225				
	Benlik Saygısı	-0.339	-6.915***				

** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$

Daha sonra ise regresyon analizi sonuçları dikkate alınarak; beden imgesinin, benlik saygısıyla ilişkisi (Latha ve ark., 2006; Kostanski ve Gullone, 1998; Sainsbury, 2009) ve bireylerin fiziksel görünümünün de psikolojik yıldırmaya maruz kalma açısından risk faktörü olması (Tomić, 2012; Turaç ve Şahin, 2014) göz önünde bulundurularak üç değişken arasında dokuz model kurulmuştur. Yol analiziyle test edilen modellerle, üç değişken arasındaki olası farklı ilişki yapıları incelenmiştir (Tablo 3).

Model 1: Bu modelde sadece İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği genel toplam puanı ile psikolojik yıldıрма toplam puanı arasında ilişki kurulmuş ve modelin uyumlu çıkmadığı görülmüştür [χ^2 (1, n = 442) = 24.818, $p < 0.001$, GFI = 0.948, AGFI = 0.844, CFI = 0.000, NFI = 0.000, RMSEA = 0.232].

Model 2: Bu modelde İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği genel toplam puanı ve alt boyutları birlikte alınarak, psikolojik yıldıрма toplam puanı arasında ilişki kurulmuş ve modelin uyumlu çıkmadığı görülmüştür [χ^2 (3, n = 442) = 839.170, $p < 0.001$, GFI = 0.614, AGFI = 0.229, CFI = 0.000, NFI = 0.000, RMSEA = 0.795].

Model 3: Bu modelde sadece benlik saygısı toplam puanı ile psikolojik yıldıрма toplam puanı arasında ilişki kurulmuş ve modelin uyumlu çıkmadığı görülmüştür [χ^2 (1, n = 442) = 69.101, $p < 0.001$, GFI = 0.873, AGFI = 0.620, CFI = 0.000, NFI = 0.000, RMSEA = 0.393].

Model 4: Bu modelde İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği genel toplam puanı ve alt boyutları ile benlik saygısı toplam puanı kendi aralarında ilişkisiz alınarak, psikolojik yıldıрма toplam puanı ile ilişki kurulmuş ve modelin uyumlu çıkmadığı görülmüştür [χ^2 (2, n = 442) = 71.679, $p < 0.001$, GFI = 0.930, AGFI = 0.651, CFI = 0.927, NFI = 0.928, RMSEA = 0.281].

Model 5: Bu modelde İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği genel toplam puanı ve alt boyutları benlik saygısı toplam puanı üzerinden psikolojik yıldıрма toplam puanı ile ilişkilendirilmiştir. Kurulan bu modelin uyumlu çıkmadığı görülmüştür [χ^2 (2, n = 442) = 27.226, $p < 0.001$, GFI = 0.971, AGFI = 0.855, CFI = 0.972, NFI = 0.974, RMSEA = 0.169].

Model 6: Bu modelde İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği'nin sadece Görünüm alt boyutu ve benlik saygısı toplam puanı kendi aralarında ilişkili alınarak psikolojik yıldıрма toplam puanı ile ilişkilendirilmiştir. Kurulan bu modelin uyumlu çıkmadığı görülmüştür [χ^2 (1, n = 442) = 55.033, $p < 0.001$, GFI = 0.927, AGFI = 0.565, CFI = 0.668, NFI = 0.668, RMSEA = 0.350].

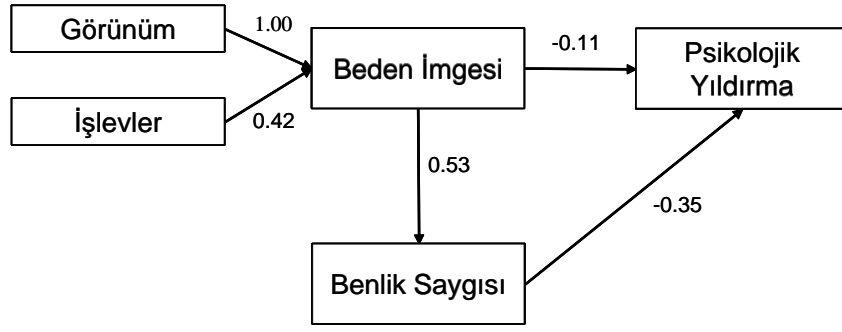
Model 7: Bu modelde İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği'nin genel toplam puanı ve benlik saygısı toplam puanı kendi aralarında ilişkili alınarak psikolojik yıldıрма toplam puanı ile ilişkilendirilmiştir. Kurulan bu modelin uyumlu çıkmadığı görülmüştür [χ^2 (1, n = 442) = 7.332, $p < 0.01$, GFI = 0.989, AGFI = 0.935, CFI = 0.954, NFI = 0.960, RMSEA = 0.120].

Model 8: Bu modelde İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği'nin genel toplam puanı, benlik saygısı toplam puanı üzerinden psikolojik yıldıрма toplam puanı ile ilişkilendirilmiştir. Kurulan bu modelin uyumlu çıktığı görülmüştür [χ^2 (1, n = 442) = 3.292, $p > 0.05$, GFI = 0.995, AGFI = 0.970, CFI = 0.979, NFI = 0.985, RMSEA = 0.072].

Model 9: Bu modelde İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği'nin genel toplam puanı ve alt boyutları, hem benlik saygısı toplam puanı üzerinden hem de doğrudan psikolojik yıldıрма toplam puanı ile ilişkilendirilmiştir. Kurulan bu modelin uyumlu çıktığı görülmüştür [χ^2 (1, n = 442) = 0.026, $p > 0.05$, GFI = 1.000, AGFI = 1.000, CFI = 1.000, NFI = 1.000, RMSEA = 0.000] (Şekil 1).

Tablo 3. Değişkenler Arası İlişkiler için Farklı Modellerin Uyum İyiliği Göstergeleri

Modeller	χ^2	s.d.	$\chi^2 / s.d.$	GFI	AGFI	CFI	NFI	RMSEA
1	24.816***	1	24.816	0.948	0.844	0.000	0.000	0.232
2	839.170***	3	279.723	0.614	0.229	0.000	0.000	0.795
3	69.101***	1	69.101	0.873	0.620	0.000	0.000	0.393
4	71.679***	2	35.840	0.930	0.651	0.927	0.928	0.281
5	27.226***	2	13.613	0.971	0.855	0.972	0.974	0.169
6	55.033***	1	55.033	0.927	0.565	0.668	0.668	0.350
7	7.332**	1	7.332	0.989	0.935	0.954	0.960	0.120
8	3.292	1	3.292	0.995	0.970	0.979	0.985	0.072
9	0.026	1	0.026	1.000	1.000	1.000	1.000	0.000



Şekil 1. Model 9 için Yol Analizi Şeması

Regresyon ve yol analizlerinde gözlenen değişkenler arası ilişkilerin farklı sosyo-demografik gruplarda nasıl ortaya çıktığını belirlemek ve sosyo-demografik gruplar arası etkileşimleri görmek amacıyla psikolojik yıldırma puanları, yaş ve çalışma süresi ortak değişken (covariate) olarak alınarak ANCOVA ile karşılaştırılmıştır. Karşılaştırma için beden imgesi toplam puanı (Ort. = 235.99, S = 32.30) ve benlik saygısı toplam puanı (Ort. = 69.93, S = 16.76) ortalama değerleri dikkate alınarak, ortalama değerlerin bir standart sapma altından ve üstünden bölünerek üç grup oluşturulmuştur. ANCOVA’da bu gruplar alınmıştır. Elde edilen sonuçlara göre ana etki istatistiksel olarak anlamlıdır ($F_{60, 378} = 2.415$, $p < 0.001$, kısmi $\eta^2 = 0.277$) (Tablo 4).

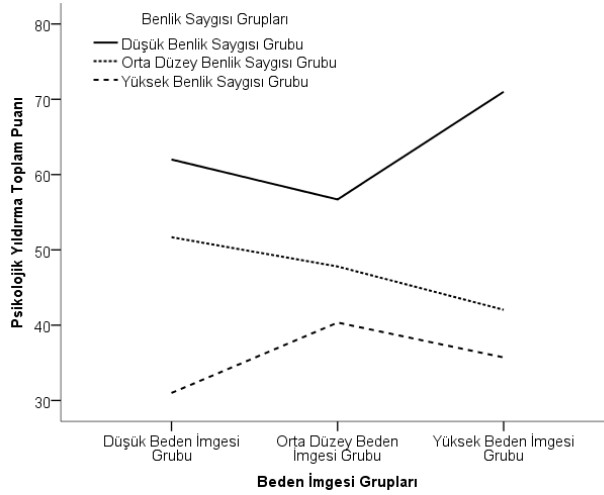
Tablo 4. Psikolojik Yıldırma Puanı Açısından Grupların Kovaryans Analizi Karşılaştırma Sonuçları

Değişkenler	F	Kısmi η^2
Ana Etki	2.415***	0.277
Yaş	0.382	0.001
Çalışma Süresi	0.700	0.002
Benlik Saygısı Grupları (düşük-orta-yüksek)	5.329**	0.027
Beden İmgesi Grupları (düşük-orta-yüksek)	1.636	0.009
Cinsiyet (kadın-erkek)	1.141	0.003
Çalışılan Sektör (kamu-özel)	1.639	0.004
Eğitim Durumu (ilk ve orta okul-lise-üniversite)	1.001	0.005
Medeni Durum (bekar-evli)	2.741	0.007
Gelir Durumu (düşük-orta-yüksek)	2.298	0.012
Cinsiyet - Çalışılan Sektör (2x2)	0.033	0.000
Cinsiyet - Eğitim Durumu (2x2)	0.109	0.000
Cinsiyet - Medeni Durum (2x2)	0.172	0.000
Cinsiyet - Gelir Durumu (2x3)	2.375	0.012
Cinsiyet - Benlik Saygısı Grupları (2x3)	1.298	0.007
Cinsiyet - Beden İmgesi Grupları (2x3)	1.001	0.005
Çalışılan Sektör - Eğitim Durumu (2x3)	0.781	0.004
Çalışılan Sektör - Medeni Durum (2x2)	0.004	0.000
Çalışılan Sektör - Gelir Durumu (2x3)	3.033*	0.016
Çalışılan Sektör - Benlik Saygısı Grupları (2x3)	1.265	0.007
Çalışılan Sektör - Beden İmgesi Grupları (2x3)	3.856*	0.020
Eğitim Durumu - Medeni Durum (3x2)	1.559	0.004
Eğitim Durumu - Gelir Durumu (3x3)	1.405	0.011
Eğitim Durumu - Benlik Saygısı Grupları (3x3)	1.660	0.009
Eğitim Durumu - Beden İmgesi Grupları (3x3)	0.566	0.004
Medeni Durum - Gelir Durumu (2x3)	4.024*	0.021
Medeni Durum - Benlik Saygısı Grupları (2x3)	0.112	0.001
Medeni Durum - Beden İmgesi Grupları (2x3)	0.314	0.002
Gelir Durumu - Benlik Saygısı Grupları (3x3)	4.068**	0.031
Gelir Durumu - Beden İmgesi Grupları (3x3)	0.969	0.010
Benlik Saygısı Grupları - Beden İmgesi Grupları (3x3)	1.522	0.016

Ortak değişken olarak alınan yaş ($F_{1, 378} = 0.382$, $p > 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.001$; $r = -0.09$) ve çalışma süresi ($F_{1, 378} = 0.700$, $p > 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.002$; $r = -0.11$), psikolojik yıldırma puanı ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili değildir. Yani psikolojik yıldırma puanı, yaş ve çalışma süresi ortak değişkenlerinin düzeylerinden etkilenmemektedir (Tablo 4).

Alınan değişkenlerden sadece benlik saygısı gruplarının etkisi anlamlıdır ($F_{2, 378} = 5.329$, $p < 0.01$, kısmi $\eta^2 = 0.027$) (Tablo 4). Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre her üç grup arasında farklılık vardır ve psikolojik yıldırma puanı en yüksek olanlar düşük benlik saygısı grubu, psikolojik yıldırma puanı en

düşük olanlar da yüksek benlik saygısı grubudur. Benlik saygısı gruplarının, psikolojik yıldırma puanı açısından beden imgesi grupları üzerindeki dağılımları Şekil 2’de verilmiştir.

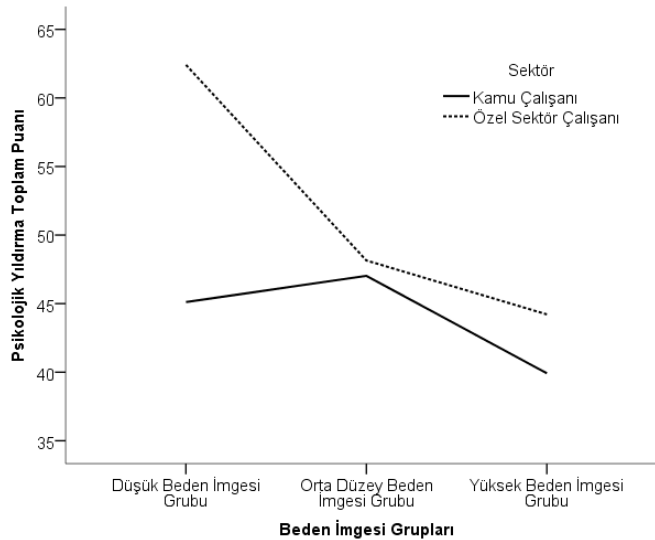


Şekil 2. Benlik Saygısı Gruplarının, Psikolojik Yıldırma Puanı Açısından Beden İmgesi Grupları Üzerindeki Dağılımı

Beden imgesi gruplarının ($F_{2, 378} = 1.636$, $p > 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.009$), cinsiyet gruplarının ($F_{1, 378} = 1.141$, $p > 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.003$), çalışılan sektör gruplarının ($F_{1, 378} = 1.639$, $p > 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.004$), eğitim durumu gruplarının ($F_{2, 378} = 1.001$, $p > 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.005$), medeni durum gruplarının ($F_{1, 378} = 2.741$, $p > 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.007$) ve gelir durumu gruplarının ($F_{2, 378} = 2.298$, $p > 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.012$) etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir (Tablo 4).

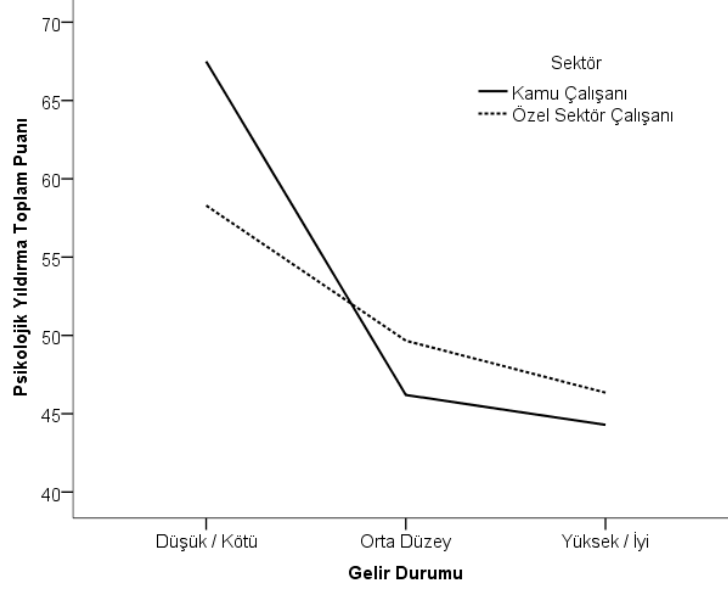
Değişkenler arası etkileşimler incelendiğinde ise çalışılan sektör ile beden imgesi grupları arasında ($F_{2, 378} = 3.856$, $p < 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.020$), çalışılan sektör ile gelir durumu grupları arasında ($F_{2, 378} = 3.033$, $p < 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.016$), gelir durumu ile benlik saygısı grupları arasında ($F_{3, 378} = 4.068$, $p < 0.01$, kısmi $\eta^2 = 0.031$) ve medeni durum ile gelir durumu grupları arasında ($F_{2, 378} = 4.024$, $p < 0.05$, kısmi $\eta^2 = 0.021$) etkileşim olduğu görülmüştür. Diğer sosyo-demografik değişkenler arasında ise etkileşim gözlenmemiştir (Tablo 4).

Çalışılan sektör ile beden imgesi grupları arası etkileşim incelendiğinde, düşük beden imgesi grubunda olup özel sektörde çalışanlar, kamu sektöründe çalışanlardan belirgin şekilde daha yüksek psikolojik yıldırma bildirmektedir. Buna karşın, orta ve yüksek beden imgesi gruplarında, özel sektörde çalışanlar, yine kamu sektöründe çalışanlardan daha yüksek oranda psikolojik yıldırma bildirmelerine karşın aradaki farklar daha düşük miktardadır (Şekil 3).



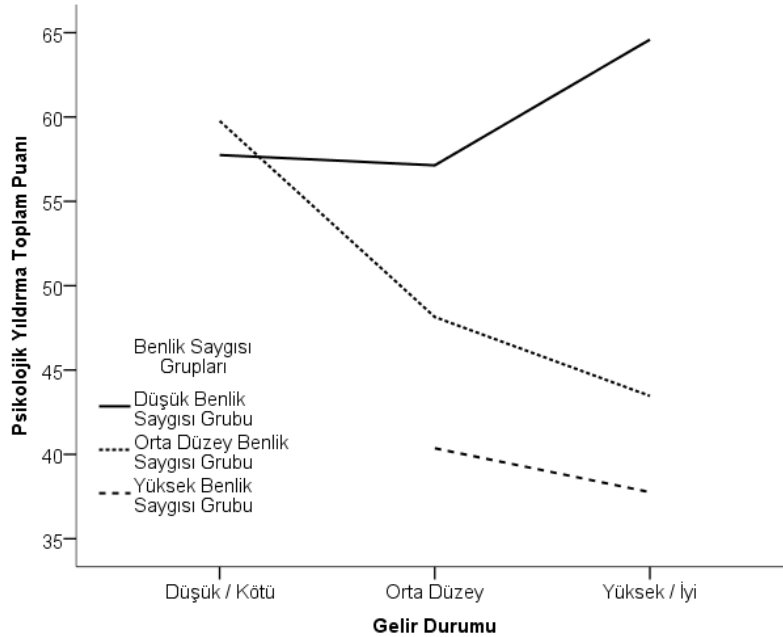
Şekil 3. Kamu ve Özel Sektör Çalışanlarının Beden İmgesi Gruplarına Göre Psikolojik Yıldırma Puanı Açısından Dağılımları

Çalışılan sektör ile gelir durumu grupları arası etkileşim incelendiğinde, düşük gelir grubunda olanların kamu sektöründe çalışanları, özel sektörde çalışanlardan daha yüksek oranda psikolojik yıldırma bildirmektedir. Buna karşın orta ve yüksek düzeyde gelir gruplarında ise özel sektörde çalışanlar, kamu sektöründe çalışanlardan daha yüksek oranda psikolojik yıldırma bildirmektedir (Şekil 4).



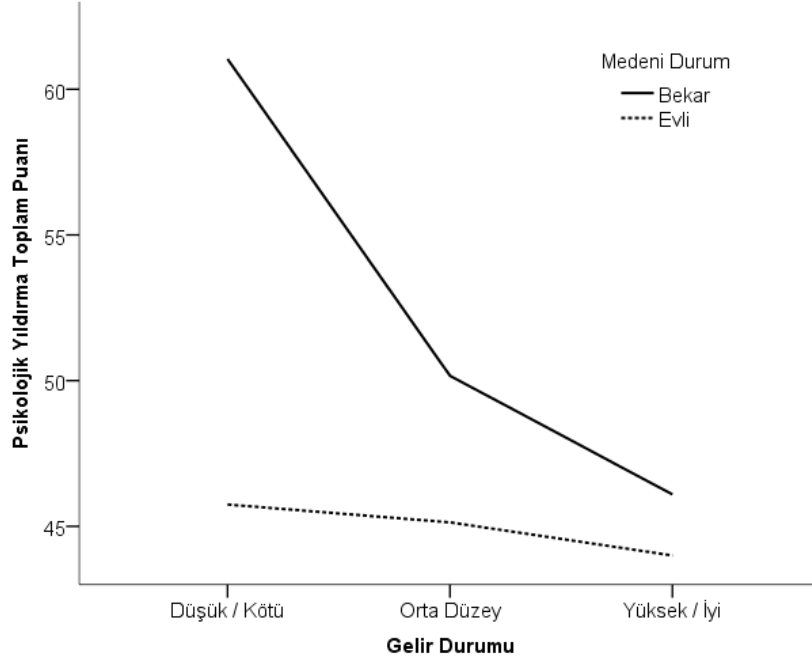
Şekil 4. Kamu ve Özel Sektör Çalışanlarının Gelir Durumu Gruplarına Göre Psikolojik Yıldırma Puanı Açısından Dağılımları

Benlik saygısına göre oluşturulan gruplar ile gelir durumu grupları arası etkileşim incelendiğinde, orta ve yüksek benlik saygısı grupları arasında psikolojik yıldırma puanı açısından küçük bir fark olduğu görülmektedir. Düşük gelir grubunda olup yüksek benlik saygısı grubuna giren kişilerin de olmadığı anlaşılmıştır. Düşük benlik saygısı grubunun psikolojik yıldırma puanı düşük ve orta gelir grubunda aynı düzeydedir. Yüksek gelir grubunda ise belirgin şekilde artmaktadır. Buna karşın orta ve yüksek benlik saygısı gruplarının psikolojik yıldırma puanları paralel değişim göstermekte, ancak düşük gelir düzeyinden yüksek gelir düzeyine doğru düşüş eğilimi göstermektedir (Şekil 5).



Şekil 5. Benlik Saygısı Gruplarının Gelir Durumu Gruplarına Göre Psikolojik Yıldırma Puanı Açısından Dağılımları

Medeni durum grupları ile gelir durumu grupları arası etkileşim incelendiğinde, evli olan grubun gelir durumu arttıkça düşen düzeyde psikolojik yıldırma puanları olduğu görülse de değişim belirgin değildir. Bekar grubun ise yine benzer şekilde gelir durumu arttıkça düşen düzeyde psikolojik yıldırma puanları olduğu görülmektedir ancak düşük gelir grubunda psikolojik yıldırma puanları belirgin düzeyde daha yüksektir (Şekil 6).



Şekil 6. Medeni Durum Gruplarının Gelir Durumu Gruplarına Göre Psikolojik Yıldırma Puanı Açısından Dağılımları

3. TARTIŞMA

Psikolojik yıldırma, istenmeyen, mağdurun üzerinde yıkıcı bir etki bırakabilen, düzenli olarak tekrarlanan, düşmanca ve uygunsuz davranışlar olarak tanımlanmaktadır (De Pedro ve ark., 2008; Einarsen, 1999; Leymann, 1990; Tutar ve Akbolat, 2012). Bu çalışmada da benlik saygısının ve beden imgesinin, psikolojik yıldırma ile ne şekilde etkilendiği, olgular arası ilişkilerin farklı şekillerde incelenmesiyle ortaya konulmaya çalışılmıştır. Çalışanların, benlik saygısı ve sosyal ilişkileri gibi özellikleri nedeniyle psikolojik yıldırma davranışlarına maruz kalabildikleri bildirilmektedir (Cogenli ve Barli, 2013; Einarsen, 1999; Turkmen ve ark., 2017; Zapf, 1999). Bu çalışmada ise benlik saygısıyla psikolojik yıldırma arasında bildirilen bu ilişkiyi beden imgesinin ve ele alınan diğer sosyo-demografik değişkenlerin nasıl etkilendiği incelenmeye çalışılmıştır. Bu doğrultuda ele alınan olgular arasındaki ilişkilerin, daha iyi anlaşılacağı düşünülmüştür. Ayrıca çalışmada beden imgesinin ve psikolojik yıldırmanın olgusal hassasiyeti nedeniyle, uygulamada ortaya çıkabilecek olası sosyal istenirlik etkilerinin çalışma sonuçlarını etkilememesi amacıyla, uygulama internet ortamında yapılmıştır. Bu yolla uygulamadan kaynaklanan hata miktarı en aza indirilmeye çalışılmıştır.

Sonuçlarda özellikle farklı regresyon ve yol analizi sonuçları birlikte verilmiştir. Sonuçların bu şekilde birlikte verilmesiyle, modeller arası farklılıkların ve bir modelden diğer modele geçişle birlikte sonuçlarda gözlenen değişikliklerin ortaya konulması amaçlanmıştır. Bu yolla, değişkenlerin birlikte ve ayrı ayrı ele alınmalarının psikolojik yıldırma ile yarattığı ilişkisel sonuçların karşılaştırılmasına olanak sağlanmıştır. Çalışmada öncelikle psikolojik yıldırmanın benlik saygısı ve beden imgesiyle yordanması ve olgular arasında ilişkisel modellerin test edilmesi işlemleri yürütülmüştür. Regresyon analizi sonuçları beklenen yönde sonuç verse de değişkenler arası ilişkileri ortaya koymak için beden imgesinin ve benlik saygısının psikolojik yıldırma etkisini incelemek amacıyla üç değişken arasında farklı ilişkisel dokuz model kurularak ayrıca yol analiziyle de test edilmiştir (Tablo 3). İlgili alan yazında belirtilen beden imgesinin, benlik saygısının önemli bir

bileşeni olduğu yaklaşımı (Kostanski ve Gullone, 1998) dikkate alınarak, benlik saygısı, beden imgesi ve psikolojik yıldırma arasında doğrudan üçlü ilişki kurularak yürütülen yol analizi (Model 9) oldukça iyi model uyumu vermiştir (Şekil 1).

Yol analizi sonuçları, beden imgesi ile psikolojik yıldırma arasındaki doğrudan ilişki dışında, beden imgesinin benlik saygısını etkilediği ve bu doğrultuda da beden imgesiyle psikolojik yıldırma arasında benlik saygısının aracı rolü oynadığını göstermiştir. Diğer bir ifadeyle psikolojik yıldırma üzerinde belirgin etkili görünen benlik saygısının, beden imgesinden etkilendiği anlaşılmaktadır. Kurulan modellerde, model uyumu gösterge değerleri açısından iyileşmeler sağlanmış ve modeller arasındaki farklılıklar gösterilmiştir. Ancak son aşama olarak kurulan modelle elde edilen sonuç ise psikolojik yıldırma puanının yordanmasında beden imgesi ve benlik saygısı arası ilişkinin önemli olduğunu ortaya koymuştur. Kurulan modelin uyum gösterge değerleri incelendiğinde oldukça iyi uyum sağlandığı anlaşılmaktadır (Schermelleh-Engel ve Moosbrugger, 2003). Belirtilen bu model öncesinde kurulan diğer modeller de bu modelin farkını ve uyum iyiliği göstergelerinde sağlanan artışı ortaya koyma açısından önemli olmaktadır. Diğer taraftan ise hem çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları hem de yol analizi sonuçları farklı açılardan aynı doğrultuda sonuca işaret etmektedirler. Beden imgesi, benlik saygısıyla yakından ilişkili bir yapı olarak belirtilmektedir (Latha ve ark., 2006; Kostanski ve Gullone, 1998; Sainsbury, 2009) ve bu çalışmada, iki olgunun değerlendirmeleri arasında 0.425 düzeyinde bir ilişki görülmüştür.

Benlik saygısı, psikolojik yıldırmanın ele alınan değişkenler açısından en büyük yordayıcısı durumundadır. Regresyon analizlerinde elde edilen R^2 değerlerinde sağlanan artış, psikolojik yıldırmanın yordanmasında beden imgesinin, benlik saygısını tamamlayıcı bir role sahip olduğunu açıkça göstermiştir. Daha önce belirtildiği gibi fiziksel görünüm ile psikolojik yıldırma maruz kalma arasındaki ilişkide, birbirinden farklı görüşler ifade edilmektedir (Tomić, 2012; Turaç ve Şahin, 2014). Beden imgesinin de fiziksel görünümünden çok daha geniş bir çerçevede tanımlanması söz konusudur (Chase, 2001; Hayes ve ark., 2011; Stokes ve Frederick-Recascino, 2003; Wenninger ve ark., 2003). Bu çalışmada, bireylerde önemli klinik problemlere yol açabilen psikolojik yıldırma algısı, beden imgesi açısından da incelenmiştir. Dolayısıyla yol analizinde benlik saygısı ile birlikte alınan beden imgesi ve alt boyutları, model uyum göstergelerinde belirgin iyileşme sağlanmasına neden olmuştur. Diğer bir ifadeyle, regresyon analizinde İşlevler ve Görünüm alt boyut toplam puanlarının psikolojik yıldırma ile ilişkili varyansın açıklanmasında önemli katkıları bulunmamasına rağmen yol analizinde modelde yer almışlardır. Buna göre psikolojik yıldırmanın açıklanmasında benlik saygısının önemi büyük olsa da, değişken olarak, beden imgesine ve alt boyutlarına ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır.

Regresyon ve yol analizleriyle elde edilen sonuçları desteklemek ve iki farklı yöntem arasında gözlenen farkı açıklayabilmek için psikolojik yıldırma puanları, beden imgesi ve benlik saygısı açısından kovaryans analiziyle karşılaştırılmıştır. Bu doğrultuda farklı grupların psikolojik yıldırma düzeylerinin karşılaştırması yapılmıştır. Özellikle beden imgesi açısından yaşın, çalışma ortamındaki ilişkiler açısından da işyerinde geçirilen çalışma süresinin psikolojik yıldırma üzerinde ortak etkisinin olabileceği düşünülmüş ve bu değişkenler ortak değişken olarak alınarak kontrol edilmeye çalışılmıştır. Ancak sonuçlar bu değişkenlerin ortak değişken olarak psikolojik yıldırma puanı düzeyini etkilemediğini göstermiştir. Diğer bir ifadeyle psikolojik yıldırma puanı üzerinde yaşa bağlı olarak beden imgesinde gözlenebilecek değişikliklerin ya da işte çalışma süresine bağlı olarak ortaya çıkabilecek iş ortamına uyum sağlama etkilerinin olmadığı anlaşılmaktadır.

ANCOVA sonuçları hem regresyon hem de yol analizinde elde edilen sonuçları destekler niteliktedir. Psikolojik yıldırma puanları açısından beden imgesi grupları arasında farklılık gözlenmezken, benlik saygısı grupları arasında belirgin farklılık vardır. Benlik saygısının düşüşü ile yıldırma puanları artış göstermekte ya da tam tersi bir ilişki gözlenmektedir. Bu sonuç da daha önce belirtildiği gibi neden-sonuç ilişkisi açısından bir ikileme işaret etmektedir (Einarsen ve ark., 1994; Einarsen, 2000; Şenol ve ark., 2014; Szigety, 2012). Diğer yandan özellikle beden imgesi düşük ve yüksek gruplar arasında

psikolojik yıldırma algıları açısından farklılık olabileceği beklenebilir. Çünkü ilgili alan yazında fiziksel açıdan “kabul edilebilir” bir görünüşe sahip olmamanın ve aşırı çekici bir görünüme sahip olmanın iş ortamında psikolojik yıldırma davranışlarına maruz kalma açısından risk faktör olduğu belirtilmektedir (Tomić, 2012; Turaç ve Şahin, 2014). Ayrıca fiziksel açıdan çekici görünen kişilere yönelik toplumsal açıdan olumlu yönde aşırı ve abartılı algısal farklılık taşındığı da ifade edilmektedir (Chase, 2001; Sainsbury, 2009). Ancak bu çalışmada bu yönde farklılık tespit edilemediği gibi benlik saygısı ve beden imgesi gruplarının arasında da etkileşim görülmemiştir. Özellikle düşük benden imgesi-yüksek benlik saygısı grubu ile yüksek beden imgesi-düşük benlik saygısı grupları arasında Şekil 2’de biçimsel olarak ortaya konulmuş psikolojik yıldırma algısal farklılığı, istatistiksel olarak tespit edilememiştir. Bu sonuç, bir yandan olgular arasında etkileşim olmadığını göstermektedir. Diğer yandan ise önceki çalışmalarda değişkenler arası ilişkilerin incelenmesinde hata kaynaklarının ya da ara değişkenlerin iyi kontrol edilememiş olması olasılığını düşündürmektedir. Yani ilgili çalışmalarda ortaya konulan sonuçlar, beden imgesi ile psikolojik yıldırma arası ilişkileri etkileyecek diğer ara değişkenlerin varlığını göstermektedir. Her iki şekilde de aynı ilişkisel yapının daha gelişmiş ve karmaşık tasarımıyla yeniden ele alınması gerektiği sonucuna varılmaktadır.

İş yerinde uygulanan fiziksel ve psikolojik şiddet anlamında kullanılan psikolojik yıldırma terimi, ilk olarak, büyük bir hayvana karşı ondan daha küçük olan bir grup hayvanın sergilemiş oldukları saldırganca tutum ve davranışların analizinde ortaya konulmuştur (Cogenli ve Barli, 2013; Leymann 1996). İş yerinde uygulanan, dışlanma, hakarete uğrama, küçümsenme gibi fiziksel ve psikolojik şiddet, mağdur üzerinde yıkıcı bir etki yapmaktadır (Tomić, 2012). Bireylerin fiziksel görünüşleri ve benlik saygıları psikolojik yıldırma maruz kalmayı olasılıksal olarak etkilemektedir (Einarsen ve ark., 1994; Einarsen, 2000; Szigety, 2012; Şenol ve ark., 2014; Tomić, 2012; Turaç ve Şahin, 2014). Bu çalışmada ele alınan sosyo-demografik değişken grup karşılaştırmaları da bu belirtilenlerle çelişmeyen sonuçlar vermektedir.

Psikolojik yıldırma puanları açısından çalışılan sektör grupları, cinsiyet grupları, eğitim durumu grupları, medeni durum grupları ve gelir durumu grupları arasında farklılık görülmemiştir. Ancak değişkenler arası etkileşimler incelendiğinde detaylarda farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Düşük beden imgesine sahip grupta olanların, kamu sektörüne oranla özel sektörde; düşük gelir grubunda olanların da özel sektöre oranla kamu sektöründe daha fazla oranda psikolojik yıldırma bildirdikleri görülmektedir. Orta ile yüksek beden imgesi gruplarında ve orta ile yüksek gelir düzeyi gruplarında kamu sektörüyle özel sektör arasında farklılık gözlenmemektedir. Gelir düzeyi grupları açısından benzer diğer bir etkileşim ise medeni durum gruplarında gözlenen farklılıktır. Düşük gelir grubunda olanların içerisinde bekar olanlar, evli olanlara oranla daha fazla psikolojik yıldırma bildirmişlerdir. Orta ile yüksek gelir düzeyi gruplarında ise bekar ve evliler arasında farklılık görülmemektedir. Gelir düzeyi grupları açısından elde edilen farklı bir sonuç da benlik saygısına göre oluşturulan gruplar ile gelir durumu grupları arası etkileşimde ortaya çıkmaktadır. Yüksek gelir grubunda olanların içerisinde düşük benlik saygısı grubunun psikolojik yıldırma puanı, düşük ve orta gelir düzeyi gruplarınınkinden yüksektir. Bu sonuç benlik saygısı arttıkça psikolojik yıldırma puanının düşüş göstermesi ile de ters yönlüdür. Yani tüm grup içerisinde yüksek gelir grubunda olanların psikolojik yıldırma puanı düşük olmasına karşın, yüksek gelir grubunda olup benlik saygısı düşük olanların psikolojik yıldırma puanı daha yüksektir.

Çalışmada kullanılan ölçme araçlarının, alınan katılımcı grup üzerinde gösterdikleri yüksek içtutarlılık katsayıları ölçme araçlarının geçerliliğine ilişkin bilgi vermektedir. Ancak psikolojik yıldırma ile ilişkili olarak bildirilen çok sayıda ilişkisel sonuçlar (Cogenli ve Barli, 2013; De Pedro ve ark., 2008; Einarsen, 1999; 2000; Einarsen ve ark., 1994; Leymann, 1990; Leymann ve Gustafsson, 1996; Notelaers ve ark., 2011; Szigety, 2012; Tomić, 2012; Turaç ve Şahin, 2014; Turkmen ve ark., 2017; Tutar ve Akbolat, 2012; Zapf, 1999) olgunun ele alınmasında başka ilgili/ara değişkenlerin olabileceği olasılığını göstermektedir. Bu açıdan bakıldığında bu çalışma ile elde edilen sonuçlar, konuyla ilgili sonraki çalışma tasarımında dikkat edilmesi gerekli olan hata kaynaklarının neler olabileceği konusunda da bilgi vermektedir.

Bu çalışma sonuçları genel olarak özetlendiğinde, önceki çalışmalarda da ortaya konulduğu gibi psikolojik yıldırma açısından benlik saygısının önemi büyüktür. Beden imgesi ise doğrudan olmasa da benlik saygısı üzerinden dolaylı olarak psikolojik yıldırmaya etki etmektedir. Sosyo-demografik değişken gruplarına yönelik sonuçlar bütün olarak değerlendirildiğinde de genel anlamda “zayıf” olana yönelik bir psikolojik yıldırma olduğu anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda, bu çalışma sonuçlarında, düşük beden imgesinin, düşük gelir düzeyinin ve özellikle düşük benlik saygısının psikolojik yıldırmaya maruz kalma açısından öne çıkan risk faktörleri olduğu görülmektedir.

KAYNAKÇA

Atalay, A. A. ve Gençöz, T. (2008). Critical factors of social physique anxiety: exercising and body image satisfaction. *Behaviour Change*, 25(3):178-188.

Benford, K. ve Swami, V. (2014). Body image and personality among British men: associations between the big five personality domains, drive for muscularity, and body appreciation. *Body Image*, 11(4):454-457.

Bessenoff, G. R. (2006). Can the media affect us? Social comparison, self-discrepancy, and the thin ideal. *Psychology of Women Quarterly*, 30(3):239-251.

Cash, T. F. (2004). Body image: past, present, and future. *Body Image*, 1(1):1-5.

Cash, T. F. ve Labarge, A. S. (1996). Development of the Appearance Schemas Inventory: a new cognitive body-image assessment. *Cognitive Therapy and Research*, 20(1):37-50.

Cash, T. F., Thériault, J. ve Annis, N. M. (2004). Body image in an interpersonal context: adult attachment, fear of intimacy, and social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(1):89-103.

Chase, M. E. (2001). Identity development and body image dissatisfaction in college females. (MD thesis):The Graduate Collage University of Wisconsin, Menomonie, WI.

Clay, D., Vignoles, V. L. ve Dittmar, H. (2005). Body image and self-esteem among adolescent girls: testing the influence of sociocultural factors. *Journal of Research on Adolescence*, 15(4):451-477.

Cogenli, M. Z. ve Barli, O. (2013). The exposure of psychological violence (mobbing) in universities and an application to the academicians. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 93:1174-1178.

De Pedro, M. M., Sánchez, M. I. S., Navarro, M. C. S. ve Izquierdo, M. G. (2008). Workplace mobbing and effects on workers' health. *The Spanish Journal of Psychology*, 11(1):219-227.

Diener, E., Wolsic, B. ve Fujita, F. (1995). Physical attractiveness and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(1):120-129.

Einarsen, S. (1999). The nature and causes of bullying at work. *International Journal of Manpower*, 20(1/2):16-27.

Einarsen, S. (2000). Harassment and bullying at work: a review of the Scandinavian approach. *Aggression and Violent Behavior*, 5(4):379-401.

Einarsen, S., Raknes, B. R. I. ve Matthiesen, S. B. (1994). Bullying and harassment at work and their relationships to work environment quality: an exploratory study. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 4(4):381-401.

Eriş, Y. ve İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies*, 8(6):179-193.

Fitzgibbon, M. L., Blackman, L. R. ve Avellone, M. E. (2000). The relationship between body image discrepancy and body mass index across ethnic groups. *Obesity*, 8(8):582-589.

- Friederich, H. C., Uher, R., Brooks, S., Giampietro, V., Brammer, M., Williams, S. C., Herzog, W., Treasure, J. ve Campbell, I. C. (2007). I'm not as slim as that girl: neural bases of body shape self-comparison to media images. *Neuroimage*, 37(2):674-681.
- Furnham, A., Badmin, N. ve Sneade, I. (2002). Body image dissatisfaction: gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *The Journal of Psychology*, 136(6):581-596.
- Garner, D. M., Garfinkel, P. E., Schwartz, D. ve Thompson, M. (1980). Cultural expectations of thinness in women. *Psychological Reports*, 47(2):483-491.
- Hayes, J. F., D'Anci, K. E. ve Kanarek, R. B. (2011). Foods that are perceived as healthy or unhealthy differentially alter young women's state body image. *Appetite*, 57(2):384-387.
- Kaczmarek, L. D., Enko, J., Awdziejczyk, M., Hoffmann, N., Białobrzaska, N., Mielniczuk, P. ve Dombrowski, S. U. (2016). Would you be happier if you looked better? A focusing illusion. *Journal of Happiness Studies*, 17(1):357-365.
- Kaplan, S. L., Busner, J. ve Pollack, S. (1988). Perceived weight, actual weight, and depressive symptoms in a general adolescent sample. *International Journal of Eating Disorders*, 7(1):107-113.
- Kinley, T. R. (2010). The Effect of Clothing Size on Self-Esteem and Body Image. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 38(3):317-332.
- Kostanski, M. ve Gullone, E. (1998). Adolescent body image dissatisfaction: relationships with self-esteem, anxiety, and depression controlling for body mass. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 39(2):255-262.
- Latha, K. S., Hegde, S., Bhat, S. M., Sharma, P. S. V. N. ve Rai, P. (2006). Body image, self-esteem and depression in female adolescent college students. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 2(3):78-84.
- Lee, H. R., Lee, H. E., Choi, J., Kim, J. H. ve Han, H. L. (2014). Social media use, body image, and psychological well-being: a cross-cultural comparison of Korea and the United States. *Journal of Health Communication*, 19(12):1343-1358.
- Lennon, S. J., Lillethun, A. ve Buckland, S. S. (1999). Attitudes toward social comparison as a function of self-esteem: idealized appearance and body image. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 27(4):379-405.
- Leymann, H. (1990). Mobbing and psychological terror at workplaces. *Violence and Victims*, 5(2):119-126.
- Leymann, H. (1996). The content and development of mobbing at work. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2):165-184.
- Leymann, H. ve Gustafsson, A. (1996). Mobbing at work and the development of post-traumatic stress disorders. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2):251-275.
- Mond, J., Van den Berg, P., Boutelle, K., Hannan, P. ve Neumark-Sztainer, D. (2011). Obesity, body dissatisfaction, and emotional well-being in early and late adolescence: findings from the project EAT study. *Journal of Adolescent Health*, 48(4):373-378.
- Morse, S. ve Gergen, K. J. (1970). Social comparison, self-consistency, and the concept of self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(1):148-156.
- Noles, S. W., Cash, T. F. ve Winstead, B. A. (1985). Body image, physical attractiveness, and depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53(1):88-94.
- Notelaers, G., Vermunt, J. K., Baillien, E., Einarsen, S. ve De Witte, H. (2011). Exploring risk groups workplace bullying with categorical data. *Industrial Health*, 49(1):73-88.

- Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P., Williams, R. J. ve Thompson, J. K. (2007). The role of ethnicity and culture in body image and disordered eating among males. *Clinical Psychology Review*, 27(5):582-606.
- Rierdan, J., Koff, E. ve Stubbs, M. L. (1989). A longitudinal analysis of body image as a predictor of the onset and persistence of adolescent girls' depression. *The Journal of Early Adolescence*, 9(4):454-466.
- Sainsbury, D. C. (2009). Body image and facial burns. *Advances in Skin and Wound Care*, 22(1):39-44.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H. ve Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2):23-74.
- Senol, V., Avsar, E., Akca, P. R., Argun, M., Avsarogullari, L. & Kelestimur, F. (2015). Assessment of mobbing behaviors exposed by the academic personnel working in a university. Turkey. *Journal of Psychiatry*, 18(212):2-10.
- Stokes, R. ve Frederick-Recascino, C. (2003). Women's perceived body image: relations with personal happiness. *Journal of Women and Aging*, 15(1):17-29.
- Swami, V., Hadji-Michael, M. ve Furnham, A. (2008). Personality and individual difference correlates of positive body image. *Body Image*, 5(3):322-325.
- Swami, V., Tran, U. S., Brooks, L. H., Kanaan, L., Luesse, E., Nader, I. W., Piertschnig, J., Stieger, S. ve Voracek, M. (2013). Body image and personality: associations between the Big Five Personality Factors, actual-ideal weight discrepancy, and body appreciation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54(2):146-151.
- Swami, V., Tran, U. S., Stieger, S. ve Voracek, M. (2015). Associations between women's body image and happiness: results of the YouBeauty.com body image survey (YBIS). *Journal of Happiness Studies*, 16(3):705-718.
- Szigety, T. (2012). Early predictors of workplace mobbing. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33:418-422.
- Tatar A., Namlı M., Özüdoğru, M.T., Uysal, A.R., Yeşilkanat G., Bahadır, E., Kalender, B., Aydın, S. (2017). A Psikolojik Yıldıрма Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Journal of Behavior at Work (JB@W)*, 2(2):79-88.
- Tatar, A., Saltukoğlu, G., Aksu, F., Haşlak, D. F., Zekioğlu, A., Kılıç, N. ve Bekiroğlu, B. (2017). İki Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği'nin genel örnekleme uyarlanması, psikometrik özelliklerinin madde cevap kuramı ile incelenmesi ve cinsiyet farklılıklarının karşılaştırılması. *Researcher: Social Science Studies*, 5(4):21-40.
- Thompson, T., Dinnel, D. L. ve Dill, N. J. (2003). Development and validation of a body image guilt and shame scale. *Personality and Individual Differences*, 34(1):59-75.
- Tomić, M. (2012). Mobbing: the incidence of mobbing activities and differences regarding workplace and gender. *Megatrend Review*, 9(1):243-252.
- Turaç, I. S. ve Şahin, B. (2014). Mobbinge maruz kalma durumunun belirlenmesi: hemşireler üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(1):87-112.
- Turkmen, S. N., Ustun, C., Ozdemir, C., Akyol, T. ve Cokmus, F. P. (2017). Health professionals' exposure to mobbing in a medical school hospital. *Journal of Turgut Ozal Medical Center*, 24(4):1-6.

- Tutar, H. ve Akbolat, M. (2012). Sağlık çalışanlarının yönetici cinsiyetleri bakımından mobbing algıları. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 28:19-29.
- Veldhuis, J., Konijn, E. A. ve Seidell, J. C. (2012). Weight information labels on media models reduce body dissatisfaction in adolescent girls. *Journal of Adolescent Health*, 50(6):600-606.
- Watkins, J. A., Christie, C. ve Chally, P. (2008). Relationship between body image and body mass index in college men. *Journal of American College Health*, 57(1):95-100.
- Weaver, A. D. ve Byers, E. S. (2006). The relationships among body image, body mass index, exercise, and sexual functioning in heterosexual women. *Psychology of Women Quarterly*, 30(4):333-339.
- Weninger, K., Weiss, C., Wahn, U. ve Staab, D. (2003). Body image in cystic fibrosis—development of a brief diagnostic scale. *Journal of Behavioral Medicine*, 26(1):81-94.
- Zapf, D. (1999). Organisational, work group related and personal causes of mobbing/bullying at work. *International Journal of Manpower*, 20(1/2):70-85.