

PAPER DETAILS

TITLE: HOMOSEKSÜEL VE HETEROSEKSÜEL BİREYLERDE YASANTISAL KAÇINMA, DEGER ODAKLILIK VE DEPRESYON-ANKSIYETE-STRES ARASINDAKI ILISKILERIN INCELENMESI

AUTHORS: Zeynep ÇAKMAK, İlker AKTÜRK, Ömer Miraç YAMAN

PAGES: 1355-1372

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/3103702>



FIRAT ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER DERGİSİ

Journal of Social Sciences

p-ISSN:1300-9702 e-ISSN: 2149-3243



HOMOSEKSÜEL VE HETEROSEKSÜEL BİREYLERDE YAŞANTISAL KAÇINMA, DEĞER ODAKLILIK VE DEPRESYON-ANKSİYETE-STRES ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Examination of the Relationships between Experiential Avoidance, Value Orientation and Depression-Anxiety-Stress in Homosexual and Heterosexual Individuals

Zeynep ÇAKMAK¹, İlker AKTÜRK² ve Ömer Miraç YAMAN³

¹Öğretmen, Milli Eğitim Bakanlığı, İstanbul, cakmakzeynep107@gmail.com, orcid.org/0000-0003-1225-5222

²Sosyal Hizmet Uzmanı, İstanbul, illkerakturk@gmail.com, orcid.org/0000-0001-9626-3275

³Prof. Dr., İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, İstanbul, omermirac@gmail.com, orcid.org/0000-0001-9989-8575

Araştırma Makalesi/Research Article

Makale Bilgisi

Geliş/Received:

26.04.2023

Kabul/Accepted:

12.09.2023

DOI:

10.18069/firatsbed.1287778

Anahtar Kelimeler

Eşcinsellik, yaşantısal kaçınma, değer odaklılık, depresyon

ÖZ

Bu araştırma, kendini homoseksüel veya heteroseksüel olarak tanımlayan bireylerde yaşantısal kaçınma, değer odaklı yaşam ve depresyon-anksiyete-stres arasındaki ilişkiyi belirleme ve homoseksüel bireylerde değer odaklılığın depresyon, anksiyete ve stres puanlarını yordama gücünü tespit etmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubu 184'ü homoseksüel, 175'i heteroseksüel olmak üzere 359 kişiden oluşmaktadır. Verilerin analizi için Bağımsız Gruplar t-Testi, Pearson çarpım moment korelasyon analizi, Çoklu Standart Regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmanın bulguları; eşcinsel davranış eğilimi gösteren bireylerde değer verme ölçeği ilerleme ve tıkanma alt boyutlarının depresyonu %46 ($r = .679$; $p < .001$), anksiyeteyi %19 ($r = .437$; $p < .001$), stres puanını ise %33 ($r = .571$; $p < .001$) anlamlı şekilde yordadıklarını göstermektedir. Ayrıca yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi sonucu depresyon ($p < .01$), anksiyete ($p < .01$) ve stres ($p < .05$) puanlarının her üçünde homoseksüel grubun puan ortalamasının daha fazla olduğu görülmüştür. Değer Verme Ölçeğinin "tıkanma" alt boyutunda ve Yaşantısal Kaçınma Ölçeğinin "baskılama/inkâr" ve "sıkıntıdan hoşlanmama" alt boyutlarında homoseksüel grubun anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı görülmüştür.

ABSTRACT

This study was conducted to determine the relationship between experiential avoidance, value-oriented life, and depression-anxiety-stress in individuals who identify themselves as homosexual or heterosexual and to reveal the predictive power of value orientation on depression, anxiety, and stress scores in homosexual individuals. A total of 359 people were included in the study, 184 of whom are homosexuals and 175 are heterosexuals. The data were analyzed using Independent Group's t-Test, Pearson product-moment correlation analysis, and Multiple Standard Regression analysis. The results of the study show that the progression and obstruction sub-dimensions of the VQ significantly predict depression by 46% ($r = .679$; $p < .001$), anxiety by 19% ($r = .437$; $p < .001$), and stress by 33% ($r = .571$; $p < .001$) in individuals with homosexual behavior tendency. Moreover, the Independent Groups t-Test revealed that the mean scores of the homosexual group were higher in all three scores of depression ($p < .01$), anxiety ($p < .01$) and stress ($p < .05$). The homosexual group scored significantly higher in the "obstruction" sub-dimension of the VQ and in the "suppression/denial" and "distress aversion" sub-dimensions of the MEAQ-30.

Atıf/Citation: Çakmak, Z., Aktürk, İ. ve Yaman, Ö. M. (2023). Homoseksüel ve Heteroseksüel Bireylerde Yaşantısal Kaçınma, Değer Odaklılık ve Depresyon-Anksiyete-Stres Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Firat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 33, 3, 1355-1372.

Sorumlu yazar/Corresponding author: Zeynep ÇAKMAK, cakmakzeynep107@gmail.com

1.Giriş

Eşcinsel davranışlar, insanlık tarihinin eski medeniyetlerine kadar uzansa da eşcinselliğin kimlik statüsünde tartışılması yeni bir fikirdir (APA, 2015). Bu tartışmalar; genetik ve çevresel faktörlerin eşcinsel olma üzerindeki etkisi, eşcinsellerin toplumsal hakları, grupların eşcinsellere yönelik tutumları ve eşcinselliğin dini yorumu üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bilimsel psikolojinin ilk dönemlerinde psikoseksüel bir bozukluk olarak kabul edilen eşcinselliğin (Freud, 1905/2017), günümüze değin ‘normal’e evrilme sürecindeki politik tartışmalar ve çeşitli baskı unsurları, eşcinselliğin psikoloji literatüründe psikososyal değişkenler bağlamında incelenmesini sekteye uğratmıştır. Buna rağmen eşcinselliğin; depresyon, kaygı bozukluğu, intihar, maddenin kötüye kullanımı gibi psikolojik bozukluklar ile ilişkisini inceleyen ampirik çalışmalar mevcuttur (Amanat, 2011; Bostwick, 2010; Swannell vd., 2015). Söz konusu çalışmalarda eşcinsellikle psikolojik bozukluklar arasındaki kayda değer ilişki, eşcinselliği psikososyal değişkenler bağlamında inceleyen ampirik çalışmaların önemini ortaya koymaktadır.

Heteroseksüel, gey/lezbiyen, biseksüel gibi romantik/cinsel çekim ve davranışları içeren “cinsel yönelim” kavramı, cinsel çekimi ifade etmesinin yanı sıra bu gruplara dayalı toplumsal aidiyet hissi uyandıran, kişinin cinsel tercihi dayalı bir kimlik duygusu geliştirmesine olanak tanıyan çatı bir kavramdır (APA, 2008). Eşcinsellik (homosexuality), bireyin hemcinsine karşı duygusal, romantik veya cinsel çekim hissetmesi durumunu ifade eden bir cinsel yönelim kategorisidir.

Genetik ve biyolojik faktörlerin eşcinsellik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğuna dair bilimsel araştırmaların varlığından söz eden Amerikan Psikoloji Derneği (1998), 2015 yılına gelindiğinde bu görüşünü güncellemiştir. APA’nın 2015’teki bildirisine göre, eşcinsellik değiştirilemez katı bir yönelim değil, akışkan bir kavramdır. Bildiriye göre, eşcinselliğin salt biyolojik faktörlere bağlı olduğuna ilişkin tekrarlı bilimsel bir çalışma bulunmamaktadır (Camenker, 2020: 50). Literatürde eşcinsellikte genetik ve hormonal faktörlerin belirleyici etkisinin minimal düzeyde olduğuna ilişkin birçok araştırma mevcuttur (Whitehead ve Whitehead, 2022). Cinsel davranış üzerinde genetik faktörlerin etkisine ilişkin en kapsamlı araştırma, yaklaşık 500 bine yakın bireyin genetik ve cinsel davranışlarının incelenmesiyle 2019 yılında gerçekleştirilmiştir (Ganna, 2019). Araştırmada eşcinsellerin %1’inde benzer genetik varyasyonlar tespit edilmiştir. Bu varyasyonların eşcinselliği açıklamada %8-25 oranında belirleyici olduğu ifade edilmiştir.

Eşcinselliğin etiyolojik faktörlerini incelemek üzere ikiz çalışmaları da kayda değer bir öneme sahiptir. Jones ve Yarhouse (2000) tarafından yapılan araştırmada, tek yumurta kadın ikizlerinde eşcinsellik uyumu %14, erkek ikizlerde ise %11 olarak görülmüştür (Whitehead ve Whitehead, 2022: 207). Bu oran Bailey vd. (2000) araştırmasında kadın ikizler için %5,3, erkek ikizler için %7,7 oranındadır. İkizlerde eşcinsel uyumun düşük düzeyde açıklayıcı olmasına ilişkin bulgular birçok araştırmada görülmektedir (Bearman ve Brueckner, 2002). Bununla birlikte hemcins ebeveynle özdeşim kuramama sorunu (Alonko vd., 2009; Bos vd., 2008; Needham ve Austin, 2010; Nicolosi, 2022: 89), narsist ebeveyn, kopuk baba, özerkliği kısıtlayan baskın anne gibi hatalı anne/baba modelleri (Moberly, 1983:8; Nicolosi, 2022), aile içi çatışmalar (Nicolosi, 2011: 116), cinsel tacize maruz kalma (Paul vd., 2001; Wilson ve Widom, 2010), erken cinsel deneyimler gibi psikososyal çevresel faktörlerin eşcinsellikte belirleyici olduğuna ilişkin araştırmalar giderek yaygınlaşmaktadır. Van Wky ve Geist (1984), eşcinselliğin nedenlerini araştırmak üzere yaptığı araştırmada, eşcinsellik üzerinde cinsel deneyim, cinsiyet ve aile faktörü gibi değişkenlerin baskın olduğunu ifade etmiş olup çevresel faktörlerin %78’inin erkek eşcinselliğini açıkladığını tespit etmiştir (Whitehead ve Whitehead, 2022: 245).

Anne veya baba eksikliğinin eşcinsellik üzerindeki etkisine yönelik tartışmalar, eşcinselliği psikoseksüel bir olgunlaşmama (Freud, 1905) olarak nitelendiren ilk dönem psikologlarından Freud’a kadar uzanmaktadır. Freud’a göre, babanın yokluğu eşcinselliği artıran faktörlerden biridir (Freud, 1905/2018: 43). Günümüzde bu tespiti doğrulayan ampirik çalışmalar mevcuttur. Frisch ve Hviid’in (2006) Danimarkalı eşcinsel evlilik yapmış bireylerin çocukluk dönemindeki aile ilişkisini inceledikleri geniş çaplı araştırmalarında ebeveyn yokluğunun, eşcinsel evliliğe %20 oranında etkisini saptamışlardır. Bos vd. (2008) 13 ila 15 yaş arası Hollandalı ergenler üzerinde yaptıkları çalışmada, hemcinsine cinsel çekim duyan ergenlerin babaları ile sağlıklı ilişki kalitelerinin, diğer ergenlere göre anlamlı derecede daha zayıf olduğu görülmüştür. Psikiyatrinin öncü isimlerinden Jung ise, cinsel kimliğin heteroseksüel yönde gelişiminde baba-oğul, anne-kız özdeşiminin önemine dikkat çekmiştir. Jung’a göre erkek çocuğun anneden ayrılış ve beraberinde babasıyla benzerliğinin farkına varış süreci sağlıklı temellenmediğinde erkek çocuk daha feminen davranışlar

sergilemektedir (Jung, 2015: 37). Benzer durum kadın eşcinselliğinde de görülmektedir. Annesini “ulaşılmaz kadın” veya tersi kupta zayıf, aşağılık nesne olarak konumlandırın kız çocuğu, dişille özdeşim kuramamakta ve kendi dişiliğini de yadsımaktadır (Jung, 2015: 129).

Birçok çalışma eşcinsel bireylerin çocukluk döneminde hemcins ebeveyniyle bağ kurma, onları model alma sorunlarından ve ebeveynleriyle olumsuz ilişkilerin varlığından bahsetmektedir. Newcomb’un (1985) algılanan ebeveyn ilişkisinin eşcinsel davranış üzerindeki etkisini incelediği araştırmada, eşcinsel ve heteroseksüel erkekler arasında ebeveyn ilişkisi bağlamında anlamlı farklılık bulunmazken, kadın eşcinsellerin annelerinin heteroseksüel kadınların annelerine göre daha baskın ve bağımsız, babalarının ise daha bağımlı olduğu görülmüştür. Milic ve Crowne (1986) tarafından yürütülen araştırmada, eşcinsel katılımcılar heteroseksüel gruba göre annelerini daha fazla reddedici, babalarını ise daha az sevecen ve daha fazla reddedici olarak değerlendirmiştir. Alanko vd. (2009), çocukluk dönemi ebeveyn ilişkisinin eşcinsellerde depresyon ve anksiyete belirtileri üzerindeki etkisinin incelendiği araştırmada, eşcinsel erkek ve kadınların heteroseksüel erkek ve kadınlara göre daha fazla kontrolcü anne ilişkisini bildirirken, eşcinsel kadınlarda ise heteroseksüel kadınlara göre daha soğuk annelik ilişkisi değerlendirmiştir. Astan’ın (2019) araştırmasında kusur bulucu, aşırı izin verici, cezalandırıcı baba ve duygusal anlamda yoksun bırakıcı baba tutumu puan ortalamalarının eşcinsellerde heteroseksüel bireylere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Homoseksüelliğin etiyojisi bağlamında psikososyal ve çevresel faktörlerin incelendiği araştırmalarda erken yaşlarda maruz kalınan cinsel tacizlerin homoseksüel yönelimde önemli bir risk faktörü olduğu görülmektedir. Çalışmalar kişinin hemcinsi tarafından tacize maruz kalmasının eşcinsel yönelim üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Eskin’in (2015) Türkiye’de üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada çocuklukta hemcinsinden biri tarafından cinsel istismara maruz kalmak ile homoseksüel yönelim arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Tomeo vd. (2001) araştırmasında ise eşcinsel katılımcıların %46’sının, heteroseksüel erkeklerin ise %7’sinin çocuklukta eşcinsel tacize maruz kaldığı tespit edilmiştir. Bu oran eşcinsel kadınlarda %22, heteroseksüel kadınlarda %1 olarak görülmüştür. Yetişkin eşcinseller üzerinde yapılan başka bir araştırmada cinsel istismara uğrayan erkeklerin faillerinin %94’ünün erkek olduğu saptanmıştır (Doll vd., 1992).

DSM-II, 1968 yılında yayımlandığında, eşcinselliği "parafili grubu" içinde sınıflandırarak onu bir tür cinsel sapkınlık olarak değerlendirmiştir. Parafili grubunda sınıflandırılan eşcinselliğin, 1973’te “cinsel yönelim bozukluğu” olarak değerlendirilmesinin ardından eşcinsellik hastalık sınıflandırılmasından tamamen kaldırılmıştır (APA, 1980). Bu durum eşcinselliğin diğer ruhsal bozukluklarla ilişkisini incelemek konusunda baskı oluşturmaktadır. Haliyle literatürde bu minvalde yapılan çalışmalar azınlıkta kalmaktadır. Halihazırda konuya ilişkin yapılan ampirik çalışmalarda homoseksüel bireylerde heteroseksüel bireylere göre depresyon (Amanat, 2011; Fergusson vd., 1999), kaygı bozukluğu (Bostwick, 2010; Fergusson vd., 1999; Meyer, 2003), maddenin kötüye kullanımı (Brubaker vd., 2009; Hughes ve Eliason, 2002;), intihar girişimleri (Corliss, 2007; Hatzenbuehler, 2011; Swannell vd., 2015) gibi ruhsal bozuklukların daha sık rastlandığı görülmektedir. Bazı araştırmalarda eşcinsel bireylerde ruhsal bozukluklara toplumsal baskı, damgalama ve dışlanma gibi faktörlerin neden olduğu belirtilmiştir (Herek, 2007; Morandini, vd., 2015; Yalçınoglu ve Önal, 2014). Bununla birlikte eşcinsel bireylerin toplumsal bağlamda görece daha yüksek kabullenildiği Hollanda ve Danimarka gibi ülkelerdeki eşcinsel bireylerin ruhsal bozukluk oranlarının diğer ülkelerle anlamlı farklılık oluşturmadığı görülmektedir (Bayraktar, 2022: 298).

Eşcinsel davranış eğilimi gösterenlerin normal popülasyona göre daha sık patolojik sorun yaşama ihtimalleri olduğu bilinmektedir (Amanat, 2011; Herek, 2007; Meyer, 2003). Rahatsız edici duygu ve düşüncelerin varlığı ve bunlara karşı verilen mücadele, kişinin yaşadığı sorunu daha ciddi bir hale getirmekte ve patolojikleştirebilmektedir. Burada yaşantısal kaçınma (experiential avoidance) kavramı öne çıkmaktadır. Yaşantısal kaçınma “olumsuz bedensel duyum, duygu, düşünce ve anıları sürdürmede isteksizlik ve olumsuz hislere ilişkin deneyimlere neden olabilecek durumları değiştirmek için yapılan eylemler” olarak tanımlanmaktadır (Hayes vd., 1996). Yaşantısal kaçınmada kişinin rahatsız edici his ve durumlardan kaçınma amacıyla sistemli ve bilinçli bir şekilde duygu ve düşünceleri bastırma, kaçınma ile başa çıkma ve kendini aldatmaya yönelik bilişsel ve yaşantısal stratejiler mevcuttur. Kaçınma stratejilerinin kaçınılan olumsuz his ve durumları paradoksal bir şekilde artırdığı görülmektedir (Gross 1998a).

Olumsuz durumlarla sağlıklı baş etmek yerine kronik kaçınma davranışı, psikolojik sağlık ve iyi oluş halini olumsuz yönde etkilemektedir. Klinik veya klinik olmayan örneklerde yaşantısal kaçınmanın; çeşitli

psikopatolojik durumlar, anksiyete, depresyon, maddenin kötüye kullanımı ve iyi oluş haliyle yakından ilişkisi gözlemlenmiştir (Kashdan vd., 2006). Yaşantısal kaçınma düzeyi arttıkça kişilerde kaygı düzeyinin (Santanello ve Gardner, 2007; Berman vd., 2010; Roemer vd., 2005), depresyon belirtilerinin (Cribb vd., 2006; Bardeen ve Fergus, 2016), alkol ve madde bağımlılığının (Stewart, Zvolensky ve Eifert, 2002) arttığı gözlemlenmiştir. Değer odaklı yaşam yaklaşımının yaşantısal kaçınma üzerindeki olumlu etkileri, psikoterapi literatüründe giderek artan bir şekilde vurgulanmaktadır ve bu yaklaşımın yaşantısal kaçınmayı tedavi eden veya iyileştiren bir etmen olarak rol oynadığına dair önemli kanıtlar bulunmaktadır (Hayes vd., 2006). Yaşantısal kaçınma, kişinin olumlu duygu ve davranışlar edinmesini kitlemekle beraber halihazırda mevcut olan değer kalıplarına yönelik kararlılıkla tutum geliştirmesini de engellemektedir. Yaşantısal kaçınmanın sonucu olarak değer eksikliği, kişinin yaşamında işlevsiz davranış veya faaliyetler olarak tezahür etmekte ve bu durum uzun vadede psikolojik sorunlara neden olmaktadır (Yektaş, 2020). Bu yönüyle psikopatolojik durumların değer odaklı yaşam ve yaşantısal kaçınma bağlamında değerlendirilmesi önemli görülmektedir.

Değerler, seçim ve davranışların ahlaki yorumuna ilişkin yönlendirici normlardır (Hökelekli, 2010: 4). Rokeach'e (1973: 5) göre, değerler birey veya toplumların eylem seçimini belirleyen inançlardır. Schwartz (1992) ise değerleri davranışları belirleyen motivasyon kaynağı olarak görmüştür (Akt. Morsümbül, 2014: 49). Bu yönüyle değerler, kişinin amaç ve davranışlarını, seçimlerini temellendiren ve onları yeniden üreten inançlar, kurallar olarak tanımlanabilir. Değerlerin öğrenilmiş ve istemli seçiminden dolayı bilişsel; değerlere olumlu veya olumsuz nitelendirme atfediliği için duygusal boyutu bulunmaktadır (Rokeach, 1973: 5-7). Psikoloji literatürü değerlerin sıralaması, değer yönelimi boyutlarının tespiti gibi konulara yoğunlaşırken değerlerin kişinin yaşamındaki etkisine odaklanan çalışmalar da giderek merak konusu olmuştur. Bireyin bilinçli değer seçiminin, yaşamına ve psikolojik sağlığına etkisini inceleyen araştırmalar Kabul ve Kararlılık Terapisi'nin (KKT) tanımlanmış olduğu "değer odaklı yaşam" kavramı üzerinden ilerlemektedir. KKT kişilerin içsel deneyimlerini (düşünceler, duygular, anılar) kabul etmeyi ve bu deneyimlere dayalı olarak yaşamlarında değerlerine ve amaçlarına yönlendirici adımlar atmalarını teşvik eder (Harris, 2017). Kişinin seçim ve davranışları değer odaklı olduğunda yaşamsal zorluk ve travmatik deneyimlere karşı psikolojik esneklik kazanması kolaylaşmaktadır.

Değer odaklı yaşam üzerine yapılan çalışmalarda değere atfedilen önem arttıkça psikolojik şikayetlerde anlamlı düzeyde azalma ve yaşamsal zorluklarla baş etme becerilerinde anlamlı düzeyde gelişim görülmüştür (Wilson vd., 2010). Değer odaklı yaşam ile depresif belirtiler (Graham, West ve Roemer, 2015), anksiyete (Hayes, Orsillo ve Roemer, 2010), panik bozukluk (Öztürk, 2020), aşırı alkol kullanımı (Pavlicic vd., 2020) negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken, değere atfedilen önemin artmasıyla travma sonrası stres bozukluğu şikayetlerinde (Donahue, 2017) ve intihar düşüncesinde (Bahraini vd., 2013) azalma tespit edilmiştir. Değer odaklı yaşamın psikolojik rahatsızlıklarda sağaltıcı etkisinin yanı sıra psikolojik iyi oluş ve yaşam memnuniyeti gibi olumlu deneyimleri de arttırdığı gözlemlenmiştir (Ferssizidis, 2010).

Değerler, kişinin hayattaki hedeflerine yönelik davranış biçimleri geliştirmesine netlik kazandırır (Yavuz, 2015: 25). Hedeflere dönük değişen ve gelişen yapısı itibarıyla değerler yaşama anlam katan önemli etmenlerden biridir (Alparslan vd., 2022). Bu haliyle, değer odaklı yaşamın zayıflığı kişinin yaşama dair anlam bulmasını ve olumsuz yaşam deneyimleriyle baş etme becerisini güçleştirmektedir. Değerlerle bütünleşemeyen kişi uzun vadede yaşantısal kaçınma stratejileri geliştirmektedir (Yavuz, 2015: 25). Kaçınma stratejilerinin yaygın örnekleri arasında aşırı alkol ve uyuşturucu kullanımı veya riskli cinsel davranışlar yer almaktadır (Chawla ve Ostafin, 2007: 872).

Eşcinsel davranış gösteren bireylerde uyuşturucu bağımlılığı, aşırı alkol kullanımı ve riskli cinsel davranışlar gibi yaşantısal kaçınma davranışlarının yoğun olarak görülmesi, eşcinsel bireylerde yaşantısal kaçınma düzeyinin incelenmesini kayda değer kılmaktadır. Literatürde bu ilişkiyi inceleyen araştırmalar sınırlıdır. Değer odaklı yaşamın genel kaçınma davranışları üzerindeki etkisi göz önünde bulundurulduğunda eşcinsel bireylerde yaşantısal kaçınma pratiklerinin ve değer odaklı yaşam arasındaki ilişkilerin araştırılması, değer odaklı yaşamın duygu duruma olan etkisinin incelenmesi önem arz etmektedir. Eşcinselliğin yaşantısal kaçınma ve değer odaklı yaşam değişkenleri üzerinden incelenmesi eşcinsel davranışın psikososyal etkileri konusunda alanyazına katkı sunacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte cinsel yönelimin bu ilişkiler üzerindeki etkilerini değerlendirmek, bireylerin psikolojik iyi oluşunu ve yaşam kalitesini anlamak amacıyla bu faktörlerin rolünü değerlendirmeye olanak tanıyacaktır. Bu çalışmada kendini homoseksüel veya heteroseksüel olarak tanımlayan bireyler arasındaki yaşantısal kaçınma, değer odaklılık ve depresyon,

anksiyete, stres arasındaki ilişkileri incelenmesi ve eşcinsel davranış eğilimi gösteren bireylerde yaşantısal kaçınma ve değer odaklılığın depresyon, anksiyete ve stres değişkenleri üzerindeki etkisi ve yordama gücünün araştırılması amaçlanmaktadır.

2. Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizi başlıklarına yer verilmektedir.

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma kendini homoseksüel veya heteroseksüel olarak tanımlayan bireylerde yaşantısal kaçınma, değer odaklı yaşam ve depresyon-anksiyete-stres arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamaktadır. Çalışmada nicel yöntemlerden ilişkisel tarama modeli esas alınmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişkenin dış müdahale olmaksızın birlikte değişimini inceleyen araştırma modelidir (Creswell, 2017b). Çalışmada araştırma değişkenlerinin birbiriyle olan ilişkisi incelenmekle birlikte değişkenler arası nedenselliği belirlemeye yönelik yordayıcı korelasyonel desen kullanılmıştır. Yordayıcı korelasyonel desen, bir ya da daha fazla bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini incelemeye yönelik kullanılan bir araştırma metodudur (Büyüköztürk vd., 2012).

2.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini Türkiye’de yaşayan 18 yaş ve üstü kendini homoseksüel veya heteroseksüel olarak tanımlayan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi 184 homoseksüel ve 175 heteroseksüel birey oluşturmaktadır. Bu çalışmanın etik kurul onayı 17.12.2022 tarihinde sayı 567112 ve 2022-442 karar no ile İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu’ndan alınmıştır. Araştırma örneklemine Hornet, Telegram ve Twitter sosyal medya mecraları üzerinden ölçüt örnekleme ve kartopu örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Örneklemi oluşturan homoseksüel bireylerin 66’sı (%35,9) kadın, 118’i (%64,1) erkek ve heteroseksüel bireylerin 72’si (%41,1) kadın, 103’ü (%58,9) erkektir. Homoseksüel bireylerin 8’i (%4,3) evli, 176’sı (%95,7) bekardır. Heteroseksüel bireylerin ise 34’ü (%19,4) evli, 141’i (%80,6) evlidir. Eğitim durumuna göre ilköğretim mezunu homoseksüel katılımcılar sayısı 6 (%3,3), lise mezunu 45 (%24,5), lisans mezunu 110 (%59,8), lisansüstü mezunu 23’tür (%12,5). Heteroseksüel grupta ise ilköğretim mezunu 8 (%4,6), lise mezunu 49 (%28,0), lisans mezunu 90 (%51,4), lisansüstü mezunu 28 (%16,0) katılımcı bulunmaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, “Çok Boyutlu Yaşantısal Kaçınma Ölçeği-30”, “Değer Verme Ölçeği”, “Depresyon Anksiyete Stres-21 Ölçeği” ve kişisel bilgi formu ölçme aracı olarak kullanılmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafında oluşturulmuş kişisel bilgi formunda katılımcıların yaş, eğitim, medeni durum, algılanan ekonomik düzeyi, bir işte çalışma durumu, biyolojik cinsiyet, cinsel yönelimi hakkında bilgiler edinmeye yönelik sorular bulunmaktadır.

2.3.2. Çok Boyutlu Yaşantısal Kaçınma Ölçeği – 30

Kuşçu, Kaya ve Ekşi (2018) tarafından Türkçeye uyarlanan “Çok Boyutlu Yaşantısal Kaçınma Ölçeği-30” 7’li likert tipi 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek alt boyutları; (i) davranışsal kaçınma, (ii) sıkıntıdan hoşlanmama, (iii) erteleme, (iv) dikkat dağınıklık / bastırma, (v) baskılama / inkâr, (vi) sıkıntıya katlanma şeklindedir. Ölçek alt boyutlarının iç tutarlık güvenirlik düzeyleri .76 ila .87 arasında değişmektedir. Uyum iyiliği değerleri (CMIN= 812,519, sd= 390, CMIN/sd= 2.08, RMSEA= .054, SRMR= .068, CFI= .91, IFI= .91, TLI= .90) kabul edilir düzeydedir.

2.3.3. Değer Verme Ölçeği

Aydın ve Aydın (2017) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılan Değer Verme Ölçeği (Smout vd., 2014) 7’li likert tipi 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek “ilerleme” ve “tikanma” olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. “İlerleme” alt boyutunun Cronbach Alfa değeri .77 ve “tikanma” alt boyutunun Cronbach Alfa değeri .76 olarak bulunmuştur. Uyum iyiliği değerleri ($\chi^2/df=1.32$; RMSEA=.041; GFI=.96; CFI=.98; NNFI=.98) kabul edilir düzeydedir.

2.3.4. Depresyon Anksiyete Stres – 21 Ölçeği

Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması Yılmaz, Boz ve Arslan (2017) tarafından yapılan “Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS 21)” 4’lü likert tipi 21 sorudan oluşmaktadır. Ölçekte depresyon, anksiyete ve stres boyutlarının her biri için 7 madde bulunmaktadır. Boyutlara ilişkin Cronbach Alfa değerleri anksiyete alt boyutu için .80, depresyon alt boyutu için .81 ve stres alt boyutu için .75 olarak bulunmuştur.

2.4. Veri Toplama Süreci

Veri toplama araçları olarak kullanılan “Çok Boyutlu Yaşantısal Kaçınma Ölçeği-30”, “Değer Verme Ölçeği ve “Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS 21)” homoseksüel veya heteroseksüel bireyler üzerinde gönüllülük esası temel alınarak uygulanmıştır. Veriler sosyal medya mecraları üzerinden çevrim içi olarak elde edilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizinde IBM SPSS Statistics 26.0 programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım varsayımını test etmek amacıyla çalışma değişkenlerinin çarpıklık-basıklık (skewness-kurtosis) değerleri incelenmiş ve normallik varsayımı için geçerli olan +1.5, -1.5 (Tabachnick ve Fidell, 2013) değer aralığının karşılandığı görülmüştür. Örneklem grubunun demografik bilgilerini betimleyici frekans ve yüzde dağılımları tespit edilmiş ve ölçme araçlarından alınan puanların ortalama ($\bar{x}$) ve standart sapma (ss) değerleri hesaplanmıştır.

Yaşantısal kaçınma, değer verme ve depresyon, anksiyete, stres değişkenleri arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı ve düzeyini ölçmek amacıyla Pearson Momentler Çarpım Korelasyon analizi yapılmıştır. Homoseksüel ve heteroseksüel bireyler arasında yaşantısal kaçınma, değer verme ve depresyon, anksiyete, stres değişkenlerinin ortalama puanları arasında farkın anlamlılığına ilişkin varsayım $p<.05$ düzeyinde Bağımsız Gruplar t-Testi ile sınanmıştır (Tablo 1). Bağımsız değişkenler olan Değer Verme Ölçeği alt boyutlarının DASS-21 Depresyon, Anksiyete, Stres bağımlı değişkenlerini yordama düzeyine ulaşma amacıyla Çoklu Standart Regresyon analizi uygulanmıştır.

Tablo 1. Yaşantısal Kaçınma Ölçeği Alt Boyutlarının Cinsel Yönelim Değişkenine Göre Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsel Yönelim	N	$\bar{x}$	ss	t	p
Davranışsal Kaçınma	Homoseksüel	184	25.96	6.16	1.247	.213
	Heteroseksüel	175	25.11	6.72		
Sıkıntıdan Hoşlanmama	Homoseksüel	184	22.60	6.60	1.965	.049
	Heteroseksüel	175	21.08	7.92		
Erteleme	Homoseksüel	184	22.05	6.09	1.208	.228
	Heteroseksüel	175	21.24	6.59		
Dikkat Dağıtma/ Bastırma	Homoseksüel	184	24.86	6.66	1.688	.092
	Heteroseksüel	175	23.52	8.23		
Baskılama/İnkar	Homoseksüel	184	19.32	6.59	2.446	.015
	Heteroseksüel	175	17.49	7.51		
Sıkıntıya Katlanma	Homoseksüel	184	24.80	6.42	-.198	.842
	Heteroseksüel	175	24.95	7.31		

3. Bulgular

Tablo 1 incelendiğinde Bağımsız Grup t-Testi sonucunda Yaşantısal Kaçınma Ölçeği alt boyutları içerisinde sıkıntıdan hoşlanmama ($t=1.965$; $p<.05$) ve baskılama/inkâr ($t=2.446$; $p<.05$) alt boyutlarında cinsel yönelim değişkenine göre homoseksüel grup lehine anlamlı farklılık görülürken diğer alt boyutlar arasında gruplar arası anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tablo 2. Değer Verme Ölçeği Alt Boyutlarının Cinsel Yönelim Değişkenine Göre Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsel Yönelim	N	$\bar{x}$	ss	t	p
İlerleme	Homoseksüel	184	18.55	6.69	-1.503	.134
	Heteroseksüel	175	19.64	7.06		
Tıkanma	Homoseksüel	184	16.23	6.86	2.195	.029
	Heteroseksüel	175	14.49	8.03		

Tablo 2’de Bağımsız Grup t-Testi sonucunda Değer Verme Ölçeği ilerleme ($t=-1.503$; $p > .05$) alt boyutu puanlarında cinsel yönelim değişkenine bağlı anlamlı bir farklılık görülmezken, tıkanma ($t=2.195$; $p<.05$) alt boyutunda homoseksüel grubun anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. DASS Ölçeği Alt Boyutlarının Cinsel Yönelim Değişkenine Göre Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsel Yönelim	N	$\bar{x}$	ss	t	p
Depresyon	Homoseksüel	184	9.13	5.50	3.052	.002
	Heteroseksüel	175	7.37	5.40		
Anksiyete	Homoseksüel	184	7.23	4.74	2.942	.003
	Heteroseksüel	175	5.80	4.47		
Stres	Homoseksüel	184	9.29	4.90	2.455	.015
	Heteroseksüel	175	8.01	4.94		

Tablo 3’te görüldüğü gibi Bağımsız Grup t-Testi sonucunda DASS Ölçeğinin tüm alt boyutlarında cinsel yönelime bağlı gruplar arası anlamlı farklılık bulunmaktadır. Homoseksüel grubun depresyon ($t=3.052$; $p<.01$), anksiyete ($t=2.942$; $p<.01$) ve stres ($t=2.455$; $p<.05$) alt boyutlarında anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldıkları tespit edilmiştir.

Homoseksüel grupta yaşantısal kaçınma (davranışsal kaçınma, sıkıntıdan hoşlanmama, erteleme, bastırma, baskılama/inkar, sıkıntıya katlanma), değer verme (ilerleme, tıkanma) ve DASS (depresyon, anksiyete, stres) değişkenleri arasındaki ilişkileri tespit edebilmek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 4’te sunulmuştur.

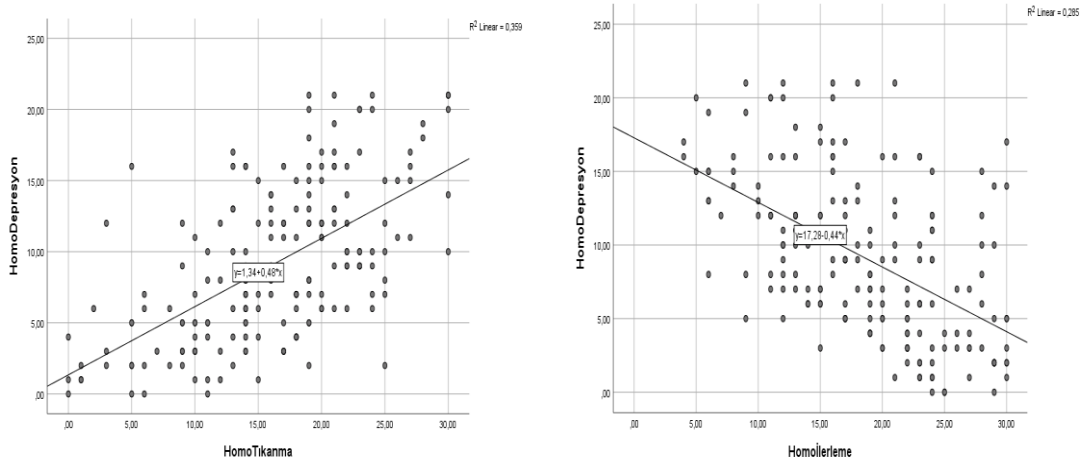
Tablo 4. Homoseksüel Grup İçin Araştırma Ölçekleri Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1.Davr. Kaçınma										
2.Sıkın. Hoşlanmama	.26**									
3. Erteleme	-.00	.29**								
4.Bastırma	.35**	.36**	.08							
5.Baskılama/İnkâr	.01	.30**	.21**	.18*						
6.Sıkıntıya Katlanma	.14	-.02	-.31**	.17*	-.19**					
7.İlerleme	.12	-.13	-.33**	.11	-.23**	.49**				
8.Tıkanma	-.06	.34**	.36**	.04	.42**	-.29**	-.40**			
9.Depresyon	-.01	.28**	.28**	-.01	.33**	-.28**	-.53**	.59**		
10.Anksiyete	-.03	.27**	.20**	-.02	.27**	-.20**	-.27**	.42**	.73**	
11.Stres	-.03	.30**	.19**	.04	.29**	-.22**	-.37**	.54**	.79**	.79**

* $p<.05$, ** $p<.01$

Tablo 4’te görüldüğü üzere değer verme ölçeği alt boyutu olan ilerleme boyutunun sıkıntıya katlanma alt boyutu ile orta düzeyde pozitif yönde, depresyon ile negatif yönde anlamlı ilişki gösterdiği saptanmıştır ($p<.01$). Yine değer verme ölçeği alt boyutu olan tıkanma boyutunun yaşantısal kaçınma değişkenine ait baskılama/inkâr alt boyutu ile orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir ($p<.01$). Tıkanma alt boyutu ile depresyon, stres ve anksiyete boyutları arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Değişkenler arasındaki diğer anlamlı ilişkilerin düşük düzeyde olduğu görülmektedir.

Değer Verme Ölçeği (DVÖ) alt boyut puanlarının Depresyon Ölçeği puanlarını anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını belirlemek için çoklu standart regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizi öncesinde bu analizin temel varsayımlarını denetlemek için çeşitli göstergelere ulaşılmıştır. Öncelikle bağımlı değişkenle bağımsız değişkenler arasındaki doğrusallık (linearity) grafiklerle incelenmiş, tüm ikili olasılıklar için ilişkilerin doğrusal olduğu gözlenmiştir Büyüköztürk’e (2012) göre doğrusallık, saçılım grafiği (scatterplot) ile incelenip yorumlanabilir. Grafik gösterimler Şekil 1’de sunulmuştur.



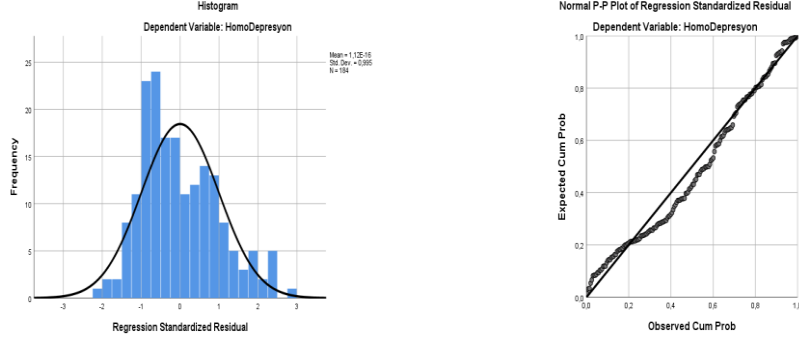
Şekil 1. Değişkenler arasındaki ilişkilerin grafiksel gösterimi

Bu sonuçların ardından bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantılılık sorunu olup olmadığını saptamak amacıyla bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonlara bakılmış ve değerler $r=-.401$ olduğu gözlenmiştir. Bu değerlerin .80’in altında olması çoklu ilişkisel sorununun olmadığı şeklinde yorumlanmaktadır (Kılıç, 2013). Çoklu bağlantılılık sorunu olup olmadığını belirlemek için ikinci olarak multicollinearity değeri incelenmiştir. Alpar’a göre (2000) varyans artış faktörü (VIF: Variance Inflation Factor) değerleri 10’a eşit veya daha büyük ise, çoklu doğrusal bağıntı problemi mevcuttur. Öte yandan çoklu doğrusal bağlantının saptanmasında kullanılan diğer yaklaşım, bağımsız değişkenler için tolerans değerinin (TV=Tolerance Value) hesaplanmasıdır (Albayrak, 2005). Analiz sonucunda bu değerlerden tolerans değerlerinin .20’den büyük olduğu (Tol: .840); VIF değerlerinin de 10’dan küçük olduğu (VIF: 1.191) gözlenmiştir.

Analiz için bir diğer varsayım regresyon modeli üzerinde etkili olan uç değerlerin (outlier) olmamasıdır. Bu amaçla öncelikle standartlaştırılmış hata (standardized residuals) değerlerine bakılmıştır. Yıldırım (2010) standartlaştırılmış hataların aykırı değerlerin belirlenmesinde kullanılan hatalardan biri olduğunu ifade etmektedir. Çalışmanın Mahalanobis uzaklık değerleri incelenmiş olup, χ^2 ölçüt değerinin üzerinde ($p <.001$) Mahalanobis uzaklık değerine sahip 6 uç değer veri setinden çıkarılmıştır. Uç değerlerin varlığına ilişkin hipotezlerin denetlenmesinde ikincil gösterge olarak Cook uzaklığı (Cook’s Distance) değerleri hesaplanmıştır. Bu değerlerin de 1.00’den büyük olmaması arzu edilmektedir (Acarlar, 2011). Hesaplamalar sonucunda Cook uzaklığının .000 ile .064 arasında olduğu gözlenmiştir. Bu değerler de veriler içinde regresyon eğrisini etkileyen uç değerlerin olmadığını teyit etmektedir.

Çoklu standart regresyon analizinde bir diğer varsayım hataların (residual) dağılımının normal olmasıdır. Büyüköztürk (2012) normallik koşullarının denetlenmesinde grafik gösterimlerden yararlanılabileceğini ifade etmektedir. Çoklu standart regresyon analizinin varsayımlarından biri de eşvaryanslılığın (homoscedasticity) sağlanmasıdır. Erdoğan’a (2016) göre eşvaryanslılık, Gauss-Markov hipotezinin ve en küçük kareler

yönteminin temel varsayımlarından olan “Hata terimi bütün gözlemler için sabit varyanslıdır” varsayımından, kısaca; homoskedasite durumundan sapmaya verilen isimdir. Bu amaçlarla elde edilen grafik gösterimler Şekil 2’de sunulmuştur.



Şekil 2. Hata dağılımı ve eşvaryanslılık (homoscedasticity) grafikleri

Şekil 2’de görüldüğü üzere hataların dağılımı normal dağılıma uyumlu durumdadır ve değerler grafik alanına oldukça uyumlu biçimde dağılmaktadır. Bu bağlamda analiz için her iki varsayımın da sağlandığı kabul edilmiştir.

Çoklu standart regresyon analizinde bir diğer varsayım da hataların birbirinden bağımsız olmasıdır. Uysal ve Günay (2001) otokorelasyonu ortaya çıkarmak ve önemli olup olmadığını araştırmak için en çok kullanılan testlerin başında Durbin ve Watson testinin geldiğini belirtmektedir. Bu varsayımın sağlanıp sağlanmadığını belirlemek amacıyla Durbin-Watson değeri hesaplanmıştır. .00-4,00 arasında yer alan ve 2.00 civarında olması arzu edilen bu değer $DB=2.020$ olduğu gözlenmiştir. Hataların birbirinden bağımsız olduğu söylenebilir.

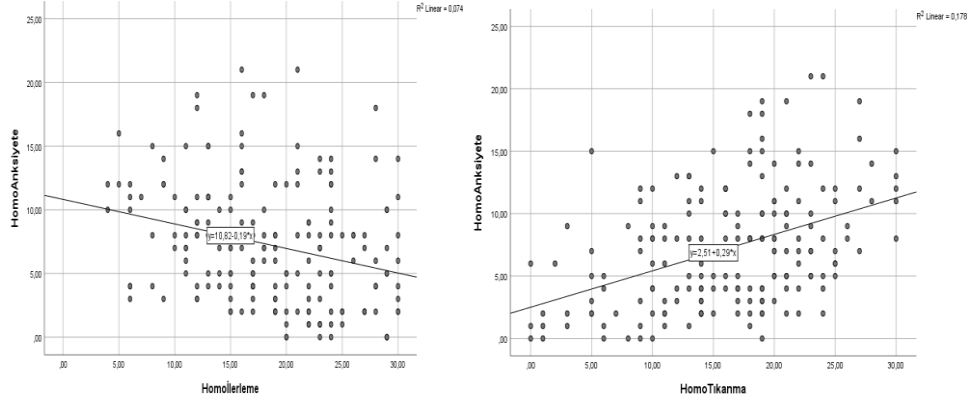
Tablo 5. Değer Verme Ölçeği Alt Boyut Puanları ile Depresyon Ölçeği Puanları için Yapılan Çoklu Standart Regresyon Analizi Sonuçları

DVÖ Alt Boyutları	Bağımlı Değişken	F	R	R ²	DR ²	B	t
Sabit (constant)						8.512	5.904*
Tıkanma (TI)	Depresyon (DE)	77.562*	.679	.462	.456	.368	7.703*
İlerleme (IL)						-.288	-5.883*

* $p < .001$

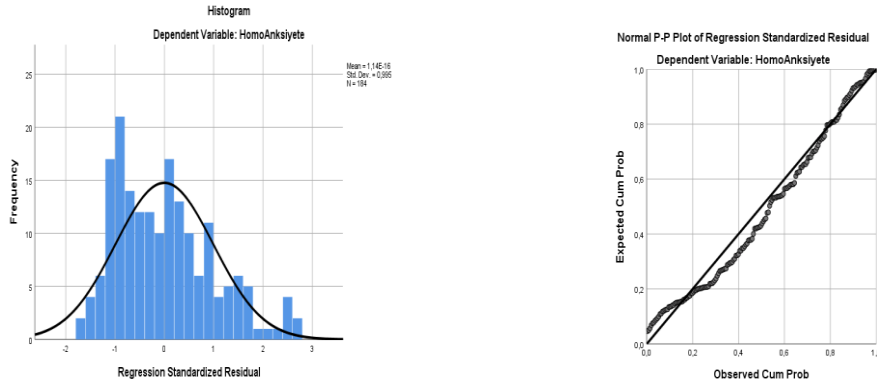
Değer Verme Ölçeği alt boyut puanlarının Depresyon Ölçeği puanlarını anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını saptamak için direkt (enter) metodu ile oluşturulan çoklu standart regresyon modeli uygun bulunmuştur ($F=77.562$; $p=.000$). Bu değerler bağımsız değişkenlerden en az birisinin bağımlı değişkeni anlamlı şekilde yordadığını ortaya koymaktadır. Öte yandan iki bağımsız değişkenin birlikte depresyon puanlarıyla ilişkisi $r=.679$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer orta düzeyde güce sahip bir ilişkiye işaret etmektedir. Değer Verme Ölçeği alt boyutlarının tamamı depresyon puanlarındaki varyansın (düzeltilmiş determinasyon katsayısı) yaklaşık %46’sını açıklamaktadır. Değer Verme Ölçeği alt boyutları içerisinde ilerleme ($t=-5.883$; $p=.000$) alt boyutu Depresyon Ölçeği toplam puanlarını negatif yönde anlamlı şekilde yordamaktadır. İlerleme alt boyutu bir puan arttığında depresyon puanları .288 birim azalmaktadır. Bununla birlikte tıkanma ($t=7.703$; $p=.000$) alt boyutu Depresyon Ölçeği toplam puanlarını pozitif yönde anlamlı şekilde yordarken her bir puan artışında depresyon puanını .368 birim artırmaktadır.

Değer Verme Ölçeği (DVÖ) alt boyut puanlarının Anksiyete Ölçeği puanlarını anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını belirlemek için çoklu standart regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizi öncesinde doğrusallık (linearity) için saçılım grafiği (scatterplot) Şekil 3’te sunulmuştur:



Şekil 3. Değişkenler arasındaki ilişkilerin grafiksel gösterimi

Bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin $r < .80$ olması ($r = -.401$) çoklu ilişkisellik sorununun olmadığını ortaya koymakta; tolerans değerlerinin .20'den büyük (Tol: .840); VIF değerlerinin de 10'dan küçük olması (VIF: 1.191) bu yorumu teyit etmektedir. Cook uzaklığı değerinin de .000 ile .048 arasında olması regresyon eğrisini etkileyen uç değerlerin olmadığını teyit etmektedir. Öte yandan eşvaryanslılığın (homoscedasticity) denetlemek için elde edilen grafik gösterimler Şekil 4'te sunulmuştur.



Şekil 4. Hata dağılımı ve eşvaryanslılık (homoscedasticity) grafikleri

Şekil 4'te görüldüğü üzere hataların dağılımı normal dağılıma uyumlu durumdadır ve değerler grafik alanına oldukça uyumlu biçimde dağılmaktadır. Bu bağlamda analiz için her iki varsayımın da sağlandığı kabul edilmiştir. Bir diğer varsayım olarak hataların birbirinden bağımsızlığını denetlemek amacıyla hesaplanan Durbin-Watson değerinin $DB = 1.981$ olması hataların birbirinden bağımsız olduğunu göstermektedir.

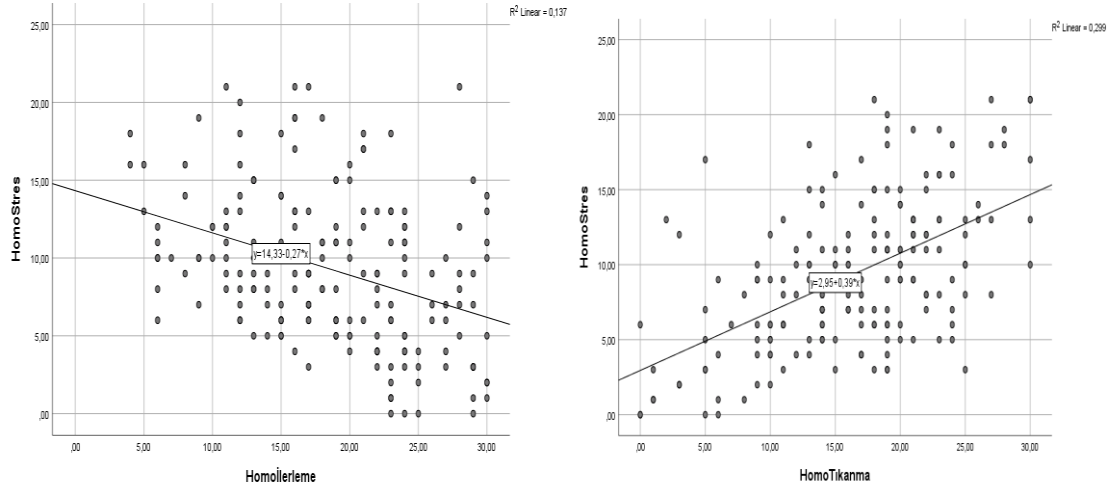
Tablo 6. Değer Verme Ölçeği Alt Boyut Puanları ile Anksiyete Ölçeği Puanları için Yapılan Çoklu Standart Regresyon Analizi Sonuçları

DVÖ Alt Boyutları	Bağımlı Değişken	F	R	R ²	DR ²	B	t
Sabit (constant)						4.669	3.068*
Tıkanma (TI)	Anksiyete (AN)	21.368**	.437	.191	.182	.258	5.115**
İlerleme (IL)						-.087	-1.682

** $p < .001$ * $p < .05$

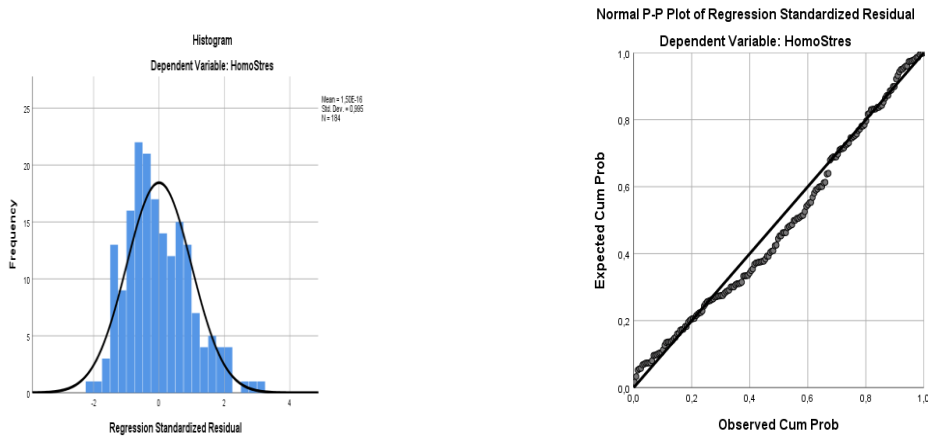
Değer Verme Ölçeği alt boyut puanlarının Anksiyete Ölçeği puanlarını anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını saptamak için direkt (enter) metodu ile oluşturulan çoklu standart regresyon modeli uygun bulunmuştur ($F = 21.368$; $p = .000$). Bu değerler bağımsız değişkenlerden en az birisinin bağımlı değişkeni

anlamli şekilde yordadığını ortaya koymaktadır. Öte yandan iki bağımsız değişkenin birlikte anksiyete puanlarıyla ilişkisi $r=.437$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer orta düzeyde güce sahip bir ilişkiye işaret etmektedir. Değer Verme Ölçeği alt boyutlarının tamamı Anksiyete puanlarındaki varyansın (düzeltilmiş determinasyon katsayısı) yaklaşık %19'unu açıklamaktadır. Değer Verme Ölçeği alt boyutları içerisinde ilerleme ($t=-2.197$; $p=.029$) alt boyutu Anksiyete Ölçeği toplam puanlarını negatif yönde anlamlı şekilde yordamaktadır. İlerleme alt boyutu bir puan arttığında Anksiyete puanları .087 birim azalmaktadır. Bununla birlikte tıkanma ($t=5.115$; $p=.000$) alt boyutu Anksiyete Ölçeği toplam puanlarını pozitif yönde anlamlı şekilde yordarken her bir puan artışında depresyon puanını .258 birim artırmaktadır. Değer Verme Ölçeği (DVÖ) alt boyut puanlarının Stres Ölçeği puanlarını anlamlı şekilde yordayıp yordadığını belirlemek için çoklu standart regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizi öncesinde doğrusallık (linearity) için saçılım grafiği (scatterplot) Şekil 5'te sunulmuştur:



Şekil 5. Değişkenler arasındaki ilişkilerin grafiksel gösterimi

Bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin $r < .80$ olması ($r=-.401$) çoklu ilişkisel sorununun olmadığını ortaya koymakta; tolerans değerlerinin .20'den büyük (Tol: .840); VIF değerlerinin de 10'dan küçük olması (VIF: 1.191) bu yorumu teyit etmektedir. Cook uzaklığı değerinin de .000 ile .067 arasında olması regresyon eğrisini etkileyen uç değerlerin olmadığını teyit etmektedir. Öte yandan eşvaryanslılığın (homoscedasticity) denetlemek için elde edilen grafik gösterimler Şekil 6'da sunulmuştur.



Şekil 6. Hata dağılımı ve eşvaryanslılık (homoscedasticity) grafikleri

Şekil 6’da görüldüğü üzere hataların dağılımı normal dağılıma uyumlu durumdadır ve değerler grafik alanına oldukça uyumlu biçimde dağılmaktadır. Bu bağlamda analiz için her iki varsayımın da sağlandığı kabul edilmiştir. Bir diğer varsayım olarak hataların birbirinden bağımsızlığını denetlemek amacıyla hesaplanan Durbin-Watson değerinin $DB=2.090$ olması hataların birbirinden bağımsız olduğunu göstermektedir.

Tablo 7. Değer Verme Ölçeği Alt Boyut Puanları ile Stres Ölçeği Puanları için Yapılan Çoklu Standart Regresyon Analizi Sonuçları

DVÖ Alt Boyutları	Bağımlı Değişken	F	R	R ²	DR ²	B	t
Sabit (constant)						6.230	4.336**
Tıkanma (TI)	Stres (ST)	43.857**	.571	.326	.319	.339	7.135**
İlerleme (IL)						-.132	-2.701*

** $p<.001$ * $p<.05$

Değer Verme Ölçeği alt boyut puanlarının Stres Ölçeği puanlarını anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını saptamak için direkt (enter) metodu ile oluşturulan çoklu standart regresyon modeli uygun bulunmuştur ($F=43.857$; $p=.000$). Bu değerler bağımsız değişkenlerden en az birisinin bağımlı değişkeni anlamlı şekilde yordadığını ortaya koymaktadır. Öte yandan iki bağımsız değişkenin birlikte stres puanlarıyla ilişkisi $r=.571$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer orta düzeyde güce sahip bir ilişkiye işaret etmektedir. Değer Verme Ölçeği alt boyutlarının tamamı Stres puanlarındaki varyansın (düzeltilmiş determinasyon katsayısı) yaklaşık %33’ünü açıklamaktadır. Değer Verme Ölçeği alt boyutları içerisinde ilerleme ($t=-2.701$; $p=.008$) alt boyutu Stres Ölçeği toplam puanlarını negatif yönde anlamlı şekilde yordamaktadır. İlerleme alt boyutu bir puan arttığında Stres puanları 132 birim azalmaktadır.

4. Tartışma ve Sonuç

Verilerin istatistiksel analiz sonuçlarına göre, eşcinsel davranış eğilimi gösteren bireyler ile heteroseksüel bireyler arasında depresyon, anksiyete ve stres puanlarında anlamlı farklılık görülmektedir. Depresyon, anksiyete ve stres puanlarının her üçünde homoseksüel grubun puan ortalamasının daha fazla olduğu görülmüştür. Literatürde farklı cinsel yönelime sahip bireylerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini karşılaştıran ve bu çalışmada ulaşılan bulguları destekleyen birçok araştırma bulunmaktadır. Meyer (2003) meta analiz çalışmasında lezbiyen, gey ve biseksüel kadın ve erkeklerde duygudurum ve kaygı bozukluğu olasılığının, heteroseksüellere göre iki kat fazla olduğu sonucuna varmıştır. Farklı cinsel yönelime sahip 27454 öğrenci üzerine yapılan başka bir çalışmada, son 12 ay içinde “depresif hissettim”, “kaygılı hissettim”, “üzgün hissettim” gibi ifadelerle gey, lezbiyen ve biseksüel öğrencilerin heteroseksüel öğrencilere oranla daha fazla evet yanıtı verdiği görülmüştür (Oswalt ve Wyatt, 2011). Amanat (2011) erkek eşcinsel ve heteroseksüel bireylerde depresyon düzeylerinin cinsiyet rolüne göre karşılaştırdığı çalışmada eşcinsel bireylerin anlamlı düzeyde heteroseksüel erkeklere göre depresyon düzeylerinin daha fazla olduğu görülmüştür. Bostwick (2010) cinsel yönelimin boyutlarının kaygı bozuklukları arasındaki ilişkisini incelediği çalışmada lezbiyen, gey ve biseksüel erkek ve kadınlarda heteroseksüel bireylere göre kaygı bozukluğu olasılığının daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır.

Eşcinsel bireylerde heteroseksüellere göre yüksek düzeyde görülen depresif semptomlar, kaygı bozukluğu olasılığı, intihar düşüncesi ve düşük benlik saygısı gibi patolojik durumları cinsel yönelime bağlı damgalanma, içselleştirilmiş homofobik tutumlar, önyargı ve dışlanma gibi faktörler ile açıklayan çalışmalar da mevcuttur (Meyer, 2003; Kelleher, 2009). Hatzenbuehler vd. (2009) damgalanma ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada LGB bireylerde damgalanmaya bağlı stresin psikolojik sıkıntıyı önemli ölçüde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Bununla birlikte dışlanma ve damgalanma gibi homofobik tutumların halihazırda düşük benlik saygısı, yaşam memnuniyetinde görece azlık gibi psikososyal faktörlere bağlı olarak içselleştirme olasılığı da mevcuttur. Öztürk ve Kindap (2011) çalışmasında lezbiyen ve biseksüel kadınlarda yaşam memnuniyeti ve benlik saygısının içselleştirilmiş homofobi düzeyini negatif yönde, yalnızlık düzeyinin ise pozitif yönde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Bununla birlikte eşcinsel bireylerde heteroseksüellere göre yüksek düzeyde görülen anksiyete ve depresif semptomlar bir dizi karmaşık faktörle

açıklanabilir. Bu duruma olumsuz çocukluk deneyimleri ve duygusal zorluklar gibi psikososyal faktörler, kişilik özellikleri, bağımlılık, aile geçmişi, tıbbi faktörler gibi etmenler sebep olabilir. Bunun için daha fazla araştırmaya gerek duyulmaktadır.

Yapılan analizler sonucunda Değer Verme Ölçeğinin bireylerin yaşam amaçlarına, değerlerine ve hedeflerine daha yakın bir şekilde ilerlemelerini ölçmeyi amaçlayan “ilerleme” alt boyutunda cinsel yönelime bağlı gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, kişinin değerlerini ve önemli yaşam hedeflerini gerçekleştirmesini engelleyen içsel engelleri değerlendiren “tikanma” alt boyutunda homoseksüel grubun daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Tikanma alt boyutunda homoseksüel grubun puan ortalamasının anlamlı düzeyde yüksek olması kendini eşcinsel olarak tanımlayan bireylerin, değerlerine uygun davranışları benimsemekte daha fazla güçlük çektiğini veya bu davranışları ertelediğini gösterebilir. Bu kişiler yaşantısal tikanma veya kaçınma eğilimlerine sahip olabilir ve bu davranışları engelleyen içsel veya dışsal faktörlerle başa çıkmakta zorlanabilirler. Bunu destekleyecek şekilde Yaşantısal Kaçınma Ölçeğinin “baskılama / inkâr” ve “sıkıntıdan hoşlanmama” alt boyutundaki puan ortalaması homoseksüel grupta, heteroseksüel gruptan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Anlamlı farklılığı oluşturan baskılama/inkâr ve sıkıntıdan hoşlanmama alt boyutlarındaki maddeler acı veren duygulardan uzaklaşmak istediği, hisleri tanımlamakta zorluk veya onları bastırmak, sorunların farkında olmamak ve duygusal kopukluk ile ilintili olarak tanımlanmaktadır.

Gruplar arası anlamlı farklılığı oluşturan Değer Verme Ölçeği’nin alt boyutu olan tikanma alt boyutunun Yaşantısal Kaçınma Ölçeği “baskılama/inkâr” ve “sıkıntıdan hoşlanmama” alt boyutlarıyla orta düzeyde pozitif korelasyonu dikkat çekmektedir. Homoseksüel bireyler ile heteroseksüel bireyler arasında rahatsız edici durum ve ortamdan uzaklaşma, erteleme gibi kaçınmanın davranışsal ve bilişsel boyutlarında gruplar arası farklılık görülmezken duyguları bastırma ve onları görmezden gelme gibi duygusal kaçınma düzeyinin homoseksüel grupta daha yüksek olması önemli görülmüştür. Yaşantısal Kaçınma Ölçeğinin duygusal kaçınmayı temsil eden baskılama/inkâr alt boyutunun diğer alt boyutlara nispeten depresyon, anksiyete ve stres puanlarıyla daha yüksek pozitif yönde anlamlı korelasyon ilişkisi, duygusal kaçınmanın homoseksüel bireylerde anlamlı bir faktör olduğunu doğrulamaktadır. İnkâr alt boyutu ile gruplar arası anlamlı farklılık görülen depresyon, anksiyete ve stres puanları arasında en yüksek ilişki orta düzeyde anlamlı korelasyon oluşturan depresyon boyutu olarak görülmüştür. Olumsuz yaşam deneyimlerinin his ve etkisini kontrol etmeye yönelik inkâr ve bastırma stratejisi, görmezden gelinen yaşam deneyimleri ve problemlerin uzun vadede devam etmesine ve kişi için daha da olumsuz hale gelmesine sebep olmaktadır (Hayes, Strosahl ve Wilson, 2012). Bu durum araştırma verisinin depresyon puanları ile inkâr ve bastırma arasında pozitif ilişkisini anlamlı kılmaktadır. Literatürde depresyon ile duygusal kaçınmanın ilişkisini gösteren benzer çalışmalar yer bulunmaktadır (Cribb vd., 2006; Jacobson vd 2001). Tull vd. (2004) duygusal odaklı yaşantısal kaçınmanın depresyon, anksiyete ve somatizasyon semptomları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, depresyon ve yaşantısal kaçınma arasında orta düzeyde pozitif korelasyon tespit etmiştir. Söz konusu çalışmada bu çalışmaya paralel olarak anksiyete ve yaşantısal kaçınma arasındaki anlamlı pozitif ilişki depresyon puanındaki korelasyon katsayısından daha düşük olarak görülmüştür.

Yapılan istatistiksel işlemler sonucunda Değer Verme Ölçeğinin tikanma alt boyutunun depresyon puanı ile yüksek düzeyde, anksiyete ve stres düzeyi ile orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ve ilerleme alt boyutunun depresyon ile negatif yönde anlamlı bir ilişki gösterdiği tespit edilmiştir. Değer odaklı yaşamın depresyon, anksiyete ve stres düzeyi ile ilişkisini inceleyen benzer çalışmaların sonuçları bu araştırmanın bulguları ile birebir benzerlik göstermektedir (Ruiz vd., 2022; Smout vd., 2014). Söz konusu araştırmalarda depresyon, anksiyete ve stres ile tikanma alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, ilerleme alt boyutunda bu korelasyon negatif yöndedir. Bu çalışmada olduğu gibi en yüksek korelasyon tikanma ile depresyon arasında bulunmuştur. Kişinin hedefleri veya isteklerini gerçekleştirmesini engelleyen içsel engelleri temsil eden tikanma alt boyutunun depresyon ile pozitif yöndeki anlamlı ilişkisi oldukça anlamlıdır. Çünkü depresyon belirtileri, olumsuz düşünce kalıpları, düşük motivasyon ve duygusal tükenme gibi içsel engelleri artırarak kişinin arzuladığı hedef ve durumlara ulaşmasını zorlaştırabilir.

Değer odaklı yaşam ile depresyon arasındaki ilişkinin yönü ilişkinin yorumu için oldukça önemlidir. Değer verme ölçeği alt boyutları ile DASS puanları arasındaki anlamlı korelasyon göz önünde bulundurularak, değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü değerlendirmek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları homoseksüel bireylerde değer odaklı yaşamın depresyon, anksiyete ve stres puanlarını azaltacağı yönünde varsayımı destekler niteliktedir. Değer odaklı yaşamın depresyon, anksiyete ve stres üzerinde

negatif yönde etkisi literatürdeki araştırmalarla uyumlu bulunmaktadır (Donahue vd., 2017; Romero-Moreno vd., 2017; Toprak, 2023). Bu durum değer odaklı yaşamın depresyon, anksiyete ve stres belirtilerinde sağaltıcı fonksiyonu göstermektedir.

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre, eşcinsel davranış eğilimi gösteren bireylerde ilerleme ve tıkanma değişkenleri; depresyon puanlarındaki varyansın yaklaşık %47'sini, anksiyete puanlarındaki varyansın yaklaşık %23'ünü, stres puanlarındaki varyansın yaklaşık %35'ini açıkladığı görülmüştür. Değer Verme Ölçeği alt boyutlarının özellikle depresyon puanındaki yordayıcılığı önemli gözükmektedir. Smout vd., (2014) çalışmasında Değer Verme Ölçeği'nin depresyon, anksiyete ve stres üzerindeki etkisini ölçmek amacıyla gerçekleştirilen hiyerarşik çoklu regresyon analizinde pozitif ve negatif duygu analize dahil edildiğinde "ilerleme" ve "tıkanma" alt boyutlarının depresyon ve kaygıyı açıklamadaki gücünün görece daha düşük olduğu ve stres puanını ise anlamlı açıklamadığı sonucuna ulaşılmıştır.

İnsanlık tarihi kadar kadim olan eşcinsel eylem literatürde çoğunlukla; eşcinsel bireylere yönelik tutumlar, eşcinsel bireylerin maruz kaldığı fiziksel veya psikolojik şiddet, damgalama, eşcinsel bireylerin toplumsal statüleri ve hakları bağlamında incelenmiş olup eşcinsel eylemi psikososyal değişkenler bağlamında değerlendiren araştırmalar görece az sayıdadır. Bu yönüyle çalışmanın konusunu teşkil eden yaşantısal kaçınma, değer odaklı yaşam ve depresyon-anksiyete-stres değişkenlerinin kendini homoseksüel veya heteroseksüel olarak tanımlayan gruplar arasındaki farklılık üzerinden değerlendirilmesi önem arz etmektedir. Ayrıca bu çalışmada kendini eşcinsel olarak tanımlayan bireylerde değer odaklı yaşamın depresyon, anksiyete ve stres değişkenleri üzerindeki etkisinin varlığı incelenmiştir.

Bu çalışmada depresyon, anksiyete ve stres puanlarının her üçünde homoseksüel grubun puan ortalamasının istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Yine Değer Verme Ölçeğinin "tıkanma" alt boyutunda ve Yaşantısal Kaçınma Ölçeğinin "baskılama/inkâr" ve "sıkıntıdan hoşlanmama" alt boyutlarında homoseksüel grup anlamlı düzeyde daha yüksek puan almıştır. Yaşantısal Kaçınma Ölçeğinin diğer dört alt boyutunda gruplar arası anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Depresyon, anksiyete ve stres puanlarının homoseksüel grupta anlamlı düzeyde yüksek olması bu araştırmanın dikkat çeken bulguları arasındadır. Ayrıca, araştırmanın bu sonucuna etki edebilecek bir dizi değişken bulunmaktadır, bunlar arasında aile geçmişi, çocukluk deneyimleri, bağımlılık, biyolojik faktörler gibi etkenler yer alabilir. Bu sebeple gelecek çalışmalarda söz konusu sonuca etki etme ihtimali bulunan başka psikososyal değişkenlerin (yaşam doyumu, yalnızlık, umut, yılmazlık, öz saygı vs.) sabit tutularak yapılan regresyon analizi çalışmaları literatür için aydınlatıcı olacaktır.

Bu çalışmanın önemli diğer bulgularından biri de değer odaklı yaşamın depresyon üzerindeki kayda değer yordayıcı etkisidir. Değer Verme Ölçeği "ilerleme" alt boyutu Depresyon Ölçeği toplam puanlarını negatif yönde anlamlı şekilde yordarken, "tıkanma" alt boyutunun pozitif yönde anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür. Değer odaklı yaşamın depresyon üzerindeki önemli etkisi göz önünde bulundurulduğunda eşcinsel davranış eğilimi gösteren bireylerde hayat amaç ve hedefleri doğrultusunda yaşamaya ilişkin tıkanmanın ve ilerlemeye yönelik motivasyon eksikliği sebeplerinin değer odaklı yaşam ekseninde irdelenmesi araştırmacı ve klinisyenler için yol gösterici olacaktır.

Kaynaklar

- Acarlar, İ. (2011). Varyansın sağlam tahmin edicilerine dayalı cook uzaklığı istatistiği'nin incelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 15(1), 8-14.
- Alanko, K., Santtila, P., Witting, K., Varjonen, M., Jern, P., Johansson, A., ... ve Kenneth Sandnabba, N. (2009). Psychiatric symptoms and same-sex sexual attraction and behavior in light of childhood gender atypical behavior and parental relationships. *Journal of Sex Research*, 46(5), 494-504.
- Albayrak, A.S. (2005). Çoklu doğrusal bağlantı halinde en küçük kareler tekniğinin alternatifi yanlı tahmin teknikleri ve bir uygulama. *Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 1(1), 105-126.
- Alpar R. (2000). *Spor, sağlık ve eğitim bilimlerinde örneklerle uygulamalı istatistik ve geçerlilik-güvenirlilik*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Alparslan, A.M., Yastioğlu, S., Taş, M.A. ve Özmen, M. (2022). Yaşamın-işin anlam kaynakları ve iyi oluş ilişkisi üzerine bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 13(33), 14-33.
- Amanat, Ç. (2011). *Erkek homoseksüel ve heteroseksüellerde depresyon ve suçluluk-utanç düzeylerinin cinsiyet rolüne göre karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3rd ed.). Washington, DC: Author.
- American Psychiatric Association. (2008). *Understanding sexual orientation and homosexuality*, 19 Nisan 2023 tarihinde apa.org sitesi: <https://www.apa.org/topics/lgbtq/orientation> adresinden alındı.
- American Psychological Association. (2015). Guidelines for psychological practice with transgender and gender nonconforming people. *American psychologist*, 70(9), 832-864.
- Astan, K. (2019). *Eşcinsel, biseksüel ve heteroseksüel bireylerin ebeveyn tutumu algılarının karşılaştırılması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Aydın, Y. ve Aydın, G. (2017). Değer verme ölçeğini (Valuing Questionnaire) Türk Kültürüne uyarlama çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 64-77.
- Bahraini, N. H., Devore, M. D., Monteith, L. L., Forster, J. E., Bensen, S. ve Brenner, L. A. (2013). The role of value importance and success in understanding suicidal ideation among veterans. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 2(1-2), 31-38.
- Bailey, J. M., Dunne, M. P. ve Martin, N. G. (2000). Genetic and environmental influences on sexual orientation and its correlates in an Australian twin sample. *Journal of personality and social psychology*, 78(3), 524-536.
- Bardeen, J. R. ve Fergus, T. A. (2016). The interactive effect of cognitive fusion and experiential avoidance on anxiety, depression, stress and posttraumatic stress symptoms. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 5(1), 1-6.
- Bayraktar, Z. (2022). *İnterseks- hermafrodit ve eşcinsel norm ve norm dışı cinsellik farklar, nedenler, öneriler*. İstanbul:Motto.
- Bearman, P.S. ve Brueckner, H. (2002). Opposite-sex twins and adolescent same-sex attraction. *American Journal of Sociology*, 107: 1179-205.
- Berman, N. C., Wheaton, M. G., McGrath, P. ve Abramowitz, J. S. (2010). Predicting anxiety: The role of experiential avoidance and anxiety sensitivity. *Journal of anxiety disorders*, 24(1), 109-113.
- Bos, H. M., Sandfort, T. G., De Bruyn, E. H. ve Hakvoort, E. M. (2008). Same-sex attraction, social relationships, psychosocial functioning, and school performance in early adolescence. *Developmental psychology*, 44(1), 59.
- Bostwick, W. B., Boyd, C. J., Hughes, T. L. ve McCabe, S. E. (2010). Dimensions of sexual orientation and the prevalence of mood and anxiety disorders in the United States. *American journal of public health*, 100(3), 468-475.
- Brubaker, M. D., Garrett, M. T. ve Dew, B. J. (2009). Examining the relationship between internalized heterosexism and substance abuse among lesbian, gay, and bisexual individuals: A critical review. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 3(1), 62-89.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Camenker, B. (2020). Eşcinsel hayat tarzının sağlık tehlikeleri. (G. Aktaş, Çev.) İstanbul:Kaknüs.
- Chawla N, Ostafin B. (2007). Experiential avoidance as a functional dimensional approach to psychopathology: an empirical review. *Journal of Clinical Psychology*, 63(9), 871-90. doi: 10.1002/jclp.20400. PMID: 17674402.
- Corliss A. (2007.) Research, curricula, and resources related to lesbian, gay, bisexual, and transgender health in US Schools of Public Health. *American Journal of Public Health*, 97, 1023-1027.
- Creswell, J. W. (2017b). *Eğitim araştırmaları: nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi*. (H. Ekşi, Çev.Ed.). Edam:İstanbul.
- Cribb, G., Moulds, M. L. ve Carter, S. (2006). Rumination and experiential avoidance in depression. *Behaviour Change*, 23(3), 165-176.
- Doğan, S. (2009). Cinsel kimlik ve cinsel yönelimle ilişkili sorunlarda psikoterapötik yaklaşımlar. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(Ek 1), 33-34.
- Doll, L. S., Joy, D., Bartholow, B. N., Harrison, J. S., Bolan, G., Douglas, J. M., vd. (1992). Self-reported childhood and adolescent sexual abuse among adult homosexual and bisexual men. *Child Abuse and Neglect*, 16, 855-864.
- Donahue, J. J., Huggins, J. ve Marrow, T. (2017). Posttraumatic stress symptom severity and functional impairment in a trauma-exposed sample: A preliminary examination into the moderating role of valued living. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 6(1), 13-20.

- Ekşi, H., Kaya, Ç. ve Kuşcu, B. (2018). Çok Boyutlu Yaşantısal Kaçınma Ölçeği-30'un Türkçe'ye uyarlanması ve psikometrik özellikleri. In *8th International Conference on Research in Education, Manisa, Turkey*.
- Erdoğan, A. (2016). Türkiye'nin ihracatını etkileyen faktörler: çoklu regresyon analizi. *Social Sciences Research Journal*, 5(2), 1-8.
- Eskin, M., Kaynak-Demir, H. ve Demir, S. (2005). Same-sex sexual orientation, childhood sexual abuse, and suicidal behavior in university students in Turkey. *Archives of sexual behavior*, 34, 185-195.
- Fergusson, D. M., Horwood, L. J., Ridder, E. M. ve Beautrais, A. L. (2005). Sexual orientation and mental health in a birth cohort of young adults. *Psychological medicine*, 35(7), 971-981.
- Ferssizidis, P., Adams, L. M., Kashdan, T. B., Plummer, C., Mishra, A. ve Ciarrochi, J. (2010). Motivation for and commitment to social values: The roles of age and gender. *Motivation and Emotion*, 34(4), 354-362.
- Freud, S. (2017). *Three essays on the theory of sexuality: The 1905 edition*. Verso Books.
- Freud, S. (2018). *Cinsellik üzerine*. (A. Öneş, Çev.) İstanbul: Say.
- Frisch, M. ve Hviid, A. (2006). Childhood family correlates of heterosexual and homosexual marriages: A national cohort study of two million Danes. *Archives of Sexual Behavior*, 35(5), 533-547.
- Ganna, A., Verweij, K. J., Nivard, M. G., Maier, R., Wedow, R., Busch, A. S., ... ve Zietsch, B. P. (2019). Large-scale GWAS reveals insights into the genetic architecture of same-sex sexual behavior. *Science*, 365(6456), eaat7693.
- Graham, J. R., West, L. ve Roemer, L. (2015). A preliminary exploration of the moderating role of valued living in the relationships between racist experiences and anxious and depressive symptoms. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 4(1), 48-55.
- Gross, J. J. (1998a). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Harris R (2017) ACT'i Kolay Öğrenmek (Çeviri Eds H T Karatepe, K F Yavuz). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Hatzenbuehler, M. L. (2011). The social environment and suicide attempts in lesbian, gay, and bisexual youth. *Pediatrics*, 127(5), 896-903.
- Hatzenbuehler, M.L., Nolen-Hoeksema, S. ve Dovidio, J. (2009). How does stigma "get under the skin"? The mediating role of emotion regulation. *Psychol Sci*, 20(10), 1282-1289.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour research and therapy*, 44(1), 1-25.
- Hayes, S. A., Orsillo, S. M. ve Roemer, L. (2010). Changes in proposed mechanisms of action during an acceptance-based behavior therapy for generalized anxiety disorder. *Behaviour research and therapy*, 48(3), 238-245.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D. ve Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change* (2. Baskı). New York: Guilford Press
- Hayes, S. C., Strosahl, K. ve Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M. ve Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(6), 1152.
- Herek, G. M. (2007). Confronting sexual stigma and prejudice: Theory and practice. *Journal of Social Issues*, 63(4), 905-925.
- Hökelekli, H. (2010). Modern eğitimde yeni bir paradigma: Değerler eğitimi. *Eğitime Bakış Dergisi*, 6 (18), 4-10.
- Hughes, T. L. ve Eliason, M. (2002). Substance use and abuse in lesbian, gay, bisexual and transgender populations. *Journal of Primary Prevention*, 22, 263-298.
- Jacobson, N.S., Martell, C.R. ve Dimidjian, S. (2001). Behavioural activation treatment for depression: Returning to contextual roots. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 8, 255-270.
- Jones, S. L. ve Yarhouse, M. A. (2000). *Homosexuality: The use of scientific research in the church's moral debate*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.
- Jung, CG. (2015). *Feminen*. (TV, Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan.
- Kashdan, T. B., Barrios, V., Forsyth, J. P. ve Steger, M. F. (2006). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour research and therapy*, 44(9), 1301-1320.
- Kelleher, C. (2009). Minority stress and health: Implications for lesbian, gay, bisexual, transgender, and questioning (LGBTQ) young people. *Counselling Psychology Quarterly*, 22(4), 373-379.

- Kılıç, S. (2013). Doğrusal regresyon analizi. *Journal of Mood Disorders*, 3(2), 90-22.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological bulletin*, 129(5), 674.
- Milic, J. H. ve Crowne, D. P. (1986). Recalled Parent—Child Relations and need for approval of homosexual and heterosexual men. *Archives of sexual behavior*, 15(3), 239-246.
- Moberly, E. R. (1983). *Homosexuality: A new Christian ethic*. James Clarke & Co.
- Morandini, J. S., Blaszczyński, A., Ross, M. W., Costa, D. S. ve Dar-Nimrod, I. (2015). Essentialist beliefs, sexual identity uncertainty, internalized homonegativity and psychological wellbeing in gay men. *Journal of counseling psychology*, 62(3), 413.
- Morsümbül, Ş. (2014). *Değerlerin kuşaklar arası değişimi: Ankara örneği* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Needham, B. L. ve Austin, E. L. (2010). Sexual orientation, parental support, and health during the transition to young adulthood. *Journal of youth and adolescence*, 39, 1189-1198.
- Newcomb, M. D. (1985). The role of perceived relative parent personality in the development of heterosexuals, homosexuals, and transvestites. *Archives of sexual behavior*, 14(2), 147-164.
- Nicolosi, J. (2022). *Onarım terapisi vaka öyküleri*. (Ü. Yavuz, Çev). İstanbul:Ayık.
- Nicolosi, J., Nicolosi, L.A. (2011). *Anne babalar için gençlerde homoseksüelliği önleme rehberi*. (F.M. Arıkan, Çev). İstanbul:Kaknüs.
- Oswalt, S. B. ve Wyatt, T. J. (2011). Sexual orientation and differences in mental health, stress, and academic performance in a national sample of US college students. *Journal of homosexuality*, 58(9), 1255-1280.
- Öztürk, EY. (2020). *Panik bozukluk ve sağlıklı kontrollerde kabul ve kararlılık modelinin (ACT) incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Öztürk, P. ve Kindap, Y. (2011). Lezbiyenlerde içselleştirilmiş homofobi ölçeğinin psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14(28), 24-35.
- Paul, J. P., Catania, J., Pollack, L. ve Stall, R. (2001). Understanding childhood sexual abuse as a predictor of sexual risk-taking among men who have sex with men: The Urban Men's Health Study. *Child Abuse ve Neglect*, 25(4), 557-584.
- Pavlicic, J. M., Dixon, L. J., Schulenberg, S. E. ve Buchanan, E. M. (2022). Examining daily-level associations between nightly alcohol use and next-day valued behavior in college students. *Journal of American College Health*, 70(4), 963-967.
- Perloff, W. H. (1965). Hormones and homosexuality. In J. Marmor (Ed.), *Sexual inversion*. New York: Basic Books.
- Roemer, L., Salters, K., Raffa, S. ve Orsillo, S. M. (2005). Fear and avoidance of internal experiences in GAD: Preliminary tests of a conceptual model. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 71–88. doi:10.1007/s10608-005-1650-2.
- Rokeach, M.S. (1973). *The nature of human value*. New York: Free Press.
- Romero-Moreno, R., Gallego-Alberto, L., Márquez-González, M., & Losada, A. (2017). "Psychometric Properties of The Valued Living Questionnaire Adapted to Dementia Caregiving", *Aging & Mental Health*, 21(9), 983-990.
- Ruiz, F. J., Odriozola-González, P., Suárez-Falcón, J. C. ve Segura-Vargas, M. A. (2022). Psychometric properties of the Valuing Questionnaire in a Spaniard sample and factorial equivalence with a Colombian sample. *PeerJ*, 10, e12670.
- Sandfort, T. G., Bakker, F., Schellevis, F. ve Vanwesenbeeck, I. (2009). Coping styles as mediator of sexual orientation-related health differences. *Archives Sexual Behaviour*, 38, 253–263.
- Santanello, A. W. ve Gardner, F. L. (2006). *The role of experiential avoidance in the relationship between maladaptive perfectionism and worry*. *Cognitive Therapy and Research*, 31(3), 319–332. doi:10.1007/s10608-006-9000-6.
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretic al advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1-65.
- Smout, M., Davies, M., Burns, N. ve Christie, A. (2014). Development of the valuing questionnaire (VQ). *Journal of Contextual Behavioral Science*, 3(3), 164-172.
- Stewart, S. H., Zvolensky, M. J. ve Eifert, G. H. (2002). The relations of anxiety sensitivity, experiential avoidance, and alexithymic coping to young adults' motivations for drinking. *Behavior Modification*, 26, 274–296.
- Stewart, S. H., Zvolensky, M. J. ve Eifert, G. H. (2002). The relations of anxiety sensitivity, experiential avoidance, and alexithymic coping to young adults' motivations for drinking. *Behavior modification*, 26(2), 274-296.

- Swannell, S., Martin, G. ve Page, A. (2016). Suicidal ideation, suicide attempts and non-suicidal self-injury among lesbian, gay, bisexual and heterosexual adults: Findings from an Australian national study. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 50(2), 145-153.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson.
- Tomeo, M. E., Templer, D. I., Anderson, S. ve Kotler, D. (2001). Comparative data of childhood and adolescence molestation in heterosexual and homosexual persons. *Archives of Sexual Behavior*, 30, 535-541.
- Tull, M. T., Gratz, K. L., Salters, K. ve Roemer, L. (2004). The role of experiential avoidance in posttraumatic stress symptoms and symptoms of depression, anxiety, and somatization. *The Journal of nervous and mental disease*, 192(11), 754-761.
- Uysal, M. ve Günay, S. (2001). Durbin-watson ölçütüne göre kararsızlık bölgesinde bulunan negatif otokorelasyon için bazı testler. *Anadolu Üniversitesi Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 2(2), 277-284.
- Van Wyk, P. H. ve Geist, C. S. (1984). Psychosocial development of heterosexual, bisexual, and homosexual behavior. *Archives of Sexual Behavior*, 13, 505-544.
- Whitehead, N., Whitehead, B. (2022). *Genlerim yüzünden eşcinsellik ve bilimsel kanıtlar*. (M. Saraylı, Çev.) İstanbul: Ayık.
- Wilson, H. W. ve Widom, C. S. (2010). Does physical abuse, sexual abuse, or neglect in childhood increase the likelihood of same-sex sexual relationships and cohabitation? A prospective 30-year follow-up. *Archives of Sexual Behavior*, 39, 63-74.
- Wilson, K. G., Sandoz, E. K., Kitchens, J. ve Roberts, M. (2010). The Valued Living Questionnaire: Defining and measuring valued action within a behavioral framework. *The Psychological Record*, 60(2), 249-272.
- Yalçınoglu, N. ve Önal, A. (2014). Eşcinsel ve biseksüel erkeklerin içselleştirilmiş homofobi düzeyi ve sağlık üzerine etkileri. *Turkish Journal of Public Health*, 12 (2), 100-112. DOI: 10.20518/ths.51979
- Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve kararlılık terapisi (ACT): Genel bir bakış. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 8(2), 21-27.
- Yektaş, Ç. (2020). Kabul ve Kararlılık Terapisi. Ercan, E. S., Bilaç, Ö., Perçinel Yazıcı, I., Kütük, M. Ö., Işık, Ü., Kılıçoğlu, A. G., Durak, F. S. (Ed). *Çocuk ve ergen psikiyatrisi – güncel yaklaşımlar ve temel kavramlar* (ss. 1231-1240). Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- Yıldırım, N. (2010). En küçük kareler, ridge regresyon ve robust regresyon yöntemlerinde analiz sonuçlarına aykırı değerlerin etkilerinin belirlenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Yılmaz, Ö., Hakan, B. O. Z. ve Arslan, A. (2017). Depresyon anksiyete stres ölçeğinin (DASS 21) Türkçe kısa formunun geçerlik güvenirlik çalışması. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-91.

Etik, Beyan ve Açıklamalar

1. Etik Kurul izni ile ilgili;

☒ Bu çalışmanın yazar/yazarları, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun tarih 17.12.2022 sayı 567112 ve karar 2022-442 ile etik kurul izin belgesi almış olduklarını beyan etmektedir.

2. Bu çalışmanın yazar/yazarları, araştırma ve yayın etiği ilkelerine uyduklarını kabul etmektedir.

3. Bu çalışmanın yazar/yazarları kullanmış oldukları resim, şekil, fotoğraf ve benzeri belgelerin kullanımında tüm sorumlulukları kabul etmektedir.

4. Bu çalışmanın benzerlik raporu bulunmaktadır.
