



Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi
Firat University Journal of Social Science
Cilt: 17, Sayı: 2 Sayfa:251-281, ELAZIĞ-2007

DEPRESYONUN KADINLAŞMASI

Feminine Gender Depression

M. Ruhat YAŞAR

Gaziantep Üniversitesi, M. Rıfat Eğitim Fakültesi, Kilis.

ruhathotmail.com

ÖZET

Kadınlarda, başta depresyon olmak üzere görülen çoğu ruhsal hastalık sosyo-ekonomik yapının bir ürünüdür. Travmatik yaşantılar ve kırılabilirlik kadınların zayıf konumlarıyla alakalı olup kadın kimliğine yakıştırılan toplumsal değerler üzerinde yükselmektedir. Kadın rollerine biçilen ötekilik ve duygusallık katı erkek kimliğini oluşturmanın bir tarzı olduğundan yıpratıcıdır. Dışsal odaklılık ve zor yaşantılar depresyonun önemli bir nedenidir. Kadın kişiliğindeki dışsal odaklılığı yaratan sosyal değerler ve roller ise büyük ölçüde toplum tarafından onaylanmaktadır. Bu anlamda kadının toplumsal cinsiyetine ilişkin değerler onların incinebilirliklerini oluşturan duygusal ve davranışsal tutumların temelini oluşturmaktadır. Bu makale, kadınlarda görülen yüksek depresyon oranlarını kadının toplumsal cinsiyetini ve statüsünü belirleyen değerler ve sosyal koşullar bağlamında ele almaktadır.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, toplumsal cinsiyet, sosyal statü, kadınlaşma.

ABSTRACT

Many of mental disorders in woman, especially depression, are a product of socio-economic structure. Traumatic experiences and injuries are connected with their poor status and, in this case is established on societal values which are approved by woman identity. As the roles of being "the other" and being emotional, which are established for woman, are in fact a part of masculine identity and are hurtful for woman. Difficult experiences and personality with external focus is an important reason of depression. Social values and roles which determine the external focus in woman personality are approved by society. So, the values connected with societal gender of woman constitute the base of behavioral and emotional attitudes which determine their vulnerability. This article deals with high rate of depression of female in view of values and social conditions which determine the social sex of female and her status.

Key Words: Depression, gender, social status, feminine.

Giriş

Depresyon, ruhsal çöküntü anlamına gelir. Seligman, depresyonu olumsuz olayların kontrol edilemeyeceği inancına bağlarken; Miller örselenmeden ziyade örselenmenin kontrol edilememesi fikrine, yani bir anlamda umutsuzluğa vurgu yapar. Umutsuzluk, olumlu koşullarda bile herhangi bir tepkide bulunmayı engellediğinden; depresyon, temelde olumsuz koşullarda emeklerin boşuna olduğu inancıyla alakalıdır (Aşkın, 1999: 45).

Depresyon, dünyadaki ölümcül hastalıklar listesinde sürekli ilk üçe giren en etkili öldürücü olarak tanımlanmaktadır. Çünkü depresyon, intihar gibi vahim sonuçlarının dışında alkolizmden kalp rahatsızlığına kadar birçok kronik rahatsızlığın da en belirleyici faktörlerinden biri olarak yorumlanmaktadır (Solomon, 2005: 28). Bu anlamda depresyonun anlaşılıp önlenebilmesinde onun toplumdaki yaygınlığının, artış hızının ve cinsiyetler arasındaki dağılımının bilinmesi çok önemlidir. Depresyonun ülkemizde son yıllarda ciddi artış gösterdiğine ilişkin önemli veriler bulunmaktadır. Ayrıca bu hastalığın cinsiyetler bağlamındaki dağılımı incelendiğinde kadınlarla erkekler arasında gözlemlenen farklılıkların sosyolojik bir nitelik taşıdığı görülmektedir. İstatistikî çalışmalara bakıldığında kadınlarda ruhsal hastalıkların görülme oranı, erkeklerde görülen ruhsal hastalık oranlarının yaklaşık iki katıdır. Yine, depresyona giren veya yaşam boyunca bu hastalığa yakalanma riski olan kadınların oranının erkeklerinkinden iki kat daha fazla olduğu bilinmektedir (Çelikkol, 2001: 217). 1998'de Türkiye Ruh Sağlığı Profili araştırması da, kadınların alkol bağımlılığı dışındaki tüm ruhsal hastalıklarda, başı çektiğini göstermiştir. Bu hastalıklar içerisinde en fazla görülen hastalık ise majör depresyondur (Kılıç ve ark., 1998: 96). Türkiye'deki araştırmalarda depresyonun kadınlarda erkeklere kıyasla 20 kat daha yüksek prevalans hızına sahip olduğu ifade edilmektedir. Çeşitli araştırmalarda, toplumsal yaygınlığı %20 olarak belirtilen depresyonun klinik yaygınlığı %10'dur. Türkiye'de depresyon hastalarının %65-70'ini kadınlar, %30-35'ini ise erkekler oluşturmaktadır. Bu arada, ülkemizde yapılan bir çalışmada depresyonun tüm kadınlarda 23 kat daha fazla prevalans hızına sahip olduğu ancak depresyon hastalarının sadece %20-30'unun hastaneye başvurduğu ifade edilmektedir (Küeyl, 1989: 1-12).

Depresyonun cinsiyet bağlamında farklılaşan oranları, postpartum ve premenstual dönemlerle ilgili biyolojik farklılıklara bağlansa da kadının ruhsal problemlerinin ortaya çıkmasında, işbölümü ayrımında olduğu gibi ekonomik, sosyal ve kültürel faktörlerin etkili olduğu cinsiyet rollerinin önemli olduğunu söyleyebiliriz (Deniz, 1995: 19). Bazen, kadınlara ilişkin ruhsal hastalık oranlarının erkeklerinkine kıyasla fazla olması biraz da

kadınların zayıflıklarını kabul ederek hastaneye hemen gitmeleriyle ilişkilendirilmektedir. Ama bizce dahası var. Çünkü belirtilen bütün raporlarda, ruhsal hasta olan kadınların medeni durum, meslek ve eğitim gibi alanlardaki yetersiz konumsal özellikleri göze çarptığından onların ruhsal sorunları, sosyal statüleriyle yakından alakalıdır. Örneğin; boşanma ayrılma gibi faktörler bir yana bırakılsa bile sadece evlilik dikkate alındığında depresyon oranları evli erkeklerde en düşükken evli bayanlarda en yüksektir (Britchnell, 1983: 193-198). Türkiye’de kadınların ruhsal sorunları kadınlıklarına yakıştırılan ve aynı zamanda depresyonun da tanısını oluşturan bu zayıflıklarıyla daha doğrusu zayıf konumlarıyla alakalıdır. Çünkü, hiyerarşi altta bulunana duygusal bir yük getirir ve bir bedel ödetir. İsteyen, belirleyen ve istenilen, belirlenen ilişkisi kadın-erkek ilişkisidir. Ülkemizde zayıf, bağımlı, çaresiz kadın rolü kadınlara yakıştırılan düşük statülerinin reel sonucudur ve bu durum, kişisel olmayıp sosyo-ekonomik eşitsizliğin bir ürünüdür. Depresyon riskli bir hastalıktır ve nihayetinde yaşam kalitesi ve doyumuyla alakalıdır. Dolayısıyla, bu çalışmamızda ülkemizdeki kadınların yüksek depresyon oranlarının onların mevcut sosyal ve kültürel konumlarıyla alakalı olduğunu açıklamaya çalışacağız. Bununla beraber bu makale, depresyon oranlarındaki cinsiyet farklılaşmasını, önce-sonra şeklindeki bir süreç olarak değerlendirmemektedir. Çünkü bu oranların hep böyle olup olmadığını ya da ne zaman farklılaştığını; eğer öyleyse nasıl bu hale geldiğini açıklamak için elimizde tarihi bir istatistik veya ölçüm bulunmamaktadır. Dolayısıyla makalemizde, bu hastalığın niçin kadınlarda daha fazla görüldüğünü ve bunun sosyal yapı, kadın kimliği ve statüsüyle nasıl yakından alakalı olduğunu ve nihayetinde bununla ilgili değerler manzumesini ele almaya çalıştık. Bu anlamda depresyonun Türkiye’deki kadın imajıyla önemli ölçüde uyduğuna ve Türk kadınları özelinde düşünersek bu hastalığın kadınsı bir tarafı bulunduğunu rahatlıkla söyleyebiliriz.

Kadının Adı: Duygu

İçgüdülerimizin yoğunlukları farklı farklı olsa da, onların kontrol altına alınarak kalıplaşmış davranışlara dökülmesi, duyguların kültürlenmesiyle mümkün olur. Duygularla değerlerin eşgüdümü toplumsal cinsiyet üzerinden sağlanır. Durkheim, sosyal bağların bir dinamiği olan toplumsal grupların temelinde duygularla örüldüğünü belirtir. 20. y.y. boyunca, ekonomik koşullara bağlı olarak duygusal bir değişimin yaşandığını söyleyen Hochschild, bu toplumsal süreçte duyguların daha az iradi ve daha açık bir niteliğe büründüğünü ifade ederken; eleştirel yaklaşımçılar, ekonomik, sosyal eşitsizliklerin devamı için duyguların sınırlandırılıp bastırıldığını veya manüple edildiğini vurgulamışlardır (Lupton, 2002: 35). Bozuk ilişkilerin bir nevi yansıması olan depresyon,

nihayetinde bir duygu bozukluğudur. Duygular, bireyin, kendini ve sosyal yaşamı algılayış tarzını belirlediğinden hem bireyler arası ilişkilerini etkiler hem de bu ilişkiler aracılığıyla yaratılırlar. Bu anlamda depresyon sosyal ilişkilerdeki ve bunu algılayıştaki bozukluğun duygusudur. Sosyal ilişkiler ise belirli bir statü ve rol bağlamında anlaşılabilir. Duyguların bastırılması ve sınırlandırılması daha çok alt sınıf ve statüler için geçerli bir durum olup edilgenlikle alakalıdır ve düşük statü, toplumsal anlamda kadınsı olduğuna göre duygusal bozukluklar da en fazla kadınlarda görülmektedir.

Hoşgörünün, demokratik kültürün bir yaşam biçimi haline gelmediği, iletişimin yetersiz ya da yoğun çatışmalarla çarpıklaştığı bir toplumda kadınların duygularını bastırmaları anlaşılabilir bir durumdur. Ancak, bastırılan ve yüceltilemeyen duygular yaralayıcıdır ve depresyonda önemli bir risk mekanizması olarak işlev görürler. Sırrın ve mahremiyetin bir değer olduğu kültürel yapımızda duyguların bastırılması psikolojik bir savunma mekanizması değil, sosyal bir normdur. Bastırma norm olduğu için bu yapıda hasta rolü sosyal ilişkileri düzeltmenin yani kendini sevdirmenin fonksiyonel bir aracı olarak ortaya çıkmaktadır. Duygusal dışavurumların hoş görülmediği ve şeffaflığın ketum olduğu bir sosyal yaşamda, depresyon, özellikle kadınların bastırılan duygu ve düşüncelerinin bilinçsiz ve kaçınılmaz bir yolu olarak değerlendirilebilir. Mc Grath kadınların gösterdikleri ruhsal hastalık tepkilerinin aslında yaşadıkları sosyal yapıya gösterdikleri haklı tepkiler olduğunu belirterek işlev bozmayan kadın sorunlarını sağlıklı depresyon olarak tanımlar (Mc.Grath, 1992: 16-30). Bu açıdan bazen, depresyon; kadın için kendini ifade, destek, ilgi, özgürlük ve önemli olma gibi anlamlara gelebilir.

Normatif kuralların duygulara karşılık geldiğini belirten Durkheim, toplumun gerçek derinliğini duygusallığın yoğunlaştığı bir odak gibi değerlendirir. Duygusal alan, toplumsal hayatın kalbidir. Bu duygusal odakla sosyal yaşam arasındaki bağlantıyı sağlayan kollektif tasarımlar sistemi olduğundan; duygusal hayat, gerçekte sosyo-kültürel sistemin içten görünüşü olarak değerlendirilebilir (Lupton, 2002: 7-14). Toplumsal yaşam, norm ve ahlaki ilkelerin temelinde yükselir ve duygular, bu değer ve normlarla iç içe geçerek duyarlılığın hassas ama aynı zamanda kırılğan terazisini oluştururlar. Bu kırılğanlık can sıkılmakla kalmaz işlevsel bir niteliğe de bürünür. Çünkü istenmeyen durumlar, sapmalar can sıkmalıdır ki sistem kendini devam ettirebilsin. Ancak asıl soru, sistemin hangi cinsiyet için işlediği ve kimler için normal, kimler için istenmeyen olarak tanımlandığıdır? Bu soruya verilecek cevap aynı zamanda duygusal bozuklukların genelde hangi cinsiyete iliştiirildiğini de gösterir. Bununla ilgili olarak, George Brown ve T. Haris, kadınların, çökkün duygusal durumlarına neden olan sosyo-kültürel faktörleri ele aldıkları çalışmalarında vakaların çoğunda depresyonun, bir mahrumiyet, fazla yük

altında olma ve hayatta karşılaşılabilen olumsuz olaylarla ilgili olduğunu bulgulamışlardır (İnglis, 1991: 24). O halde ağır toplumsal beklentileri karşılamak için davranışlarını sürekli ayarlamaya çalışanlar genelde kadınlar olduğundan onların bütün ruhsal hastalıklarda başı çekmeleri tesadüf değildir.

Duygusallık, kişi ile toplumun kesişiminde yattığından, insanlar, her an yaşadıkları duygular yoluyla toplumlarına bağlanır ve ilişkilerde bulunurlar (Lupton, 2002: 10-16). Bu anlamda, duygusal sistem, sadece içsel olmayıp toplumsal örgütlenmeyi de yansıtır. Öyleyse, sosyal dünyamız ve onu değerlendirme tarzımız, duygusal bir içerik taşır. Bu anlamda algılama sistemimiz ve duygusal örgütlenmemiz insani bir kurgu ve haliyle sosyo-kültürel ilişkilerin bir yansımasıdır (Bottomore ve ark., 1990: 229). Sosyal ilişkiler, grup dinamiği ve kültürel koşullar, duyguların anlaşılmasında önemli bir yer tutar. Bu anlamda duyguların şekillenmesi kadar anlatım tarzı da, değerlerle ve sosyal yapıyla yakından alakalıdır. Örneğin; kederin, ekonomik ve demografik değişmelere bağlı olarak, son yüzyılda gittikçe azalan bir şekilde, insanların dünyasından nasıl çıktığını anlatan Stearns, gelişen tıpla birlikte dinin etkinliğinin azalmasının yoğun duygusallığı azalttığını ve bunun da duyguların sınırlanmasına yol açtığını belirtir. Ayrıca, hızlı hayat ritminin, yas ve kederi bastıran yapısı da, duyguların sınırlanmasında ve bastırılmasında etkili olmuştur. Bu durum, ruhsal sağlığın bozulmasında önemli bir etkiye sahiptir (Lupton, 2002: 34).

Duygular, Durkheim'e göre "toplumsal gerçeklik, öznel arası bir bilinç ağı olarak, aşırı ruhsal bir gerçeklik şeklinde düşünülebilir" (Bottomore v.d., 1990: 228). Duyguların, kültüre göre toplumsallaştığını ifade eden Kemper, içerisinde depresyonun da yer aldığı dört temel duygu olduğunu belirterek suçluluk duygusunu, toplumsallaşmış korku; utancı ise, toplumsallaşmış öfke olarak değerlendirir (Lupton, 2002: 34). Depresyonun nispeten utançla suçluluğun ve nispeten de geleceğe yansıyan bir korkunun karışımından oluştuğu varsayılırsa yaşamın ve kültürün erkek doğmamış olmaktan hayıflanana kadına biçtiği rol ve duygu, işte bu imrenmeyle karışık utanç ve suçluluk üzerine inşa olur.

Duyguların cinsiyetler arası paylaşımında kültürel değerler belirleyici bir rol oynar. Kültürel kalıplarımızda erkeklerden sert, aktif, saldırgan, güçlü, rekabetçi ve hırslı; kadınlardan ise duyarlı, alçakgönüllü, boyun eğici, zayıf, dayanışmacı, uyumlu ve edilgen olmaları yönünde toplumsal beklentiler bulunmaktadır. Bu beklentilerin tarihi bir alt yapısı olduğu unutulmamalıdır. Örneğin, kadınların bu edilgenliğin bir parçası olarak en kötü zamanlarda bile beklemek zorunlulukları üzerinde durulabilir. Savaşın önemli bir tarihsel olgu olduğu bu topraklarda, beklemek, eşini, çocuğunu kaybetmiş anneler ve

sözlülerini göremeyen kızlar için kara bir alın yazısı gibi durur. Çünkü, giden erkektir ve sürekli savaşlarla ve göçlerle devinen bu coğrafyada beklemek hep dışıl olmuştur. Beklemek, birisi olduğu kadar istenmeyi beklemek şeklinde de olabilir. Ama sonuçta beklemek kötü bir yalnızlıktır. Yalnızlığa ve beklemeye ise güçlü bir depresyon eşlik eder. Beklemek sonuçta kadersi bir duruştur ve ona güçlü bir keder duygusu eklenir.

Bu anlamda kadınların hastalık davranışları, ezici karakterdeki sosyal yapılara alışmaya yönelik bir tepkidir. D. Mechanic, bireylerin üstlendikleri rollerin ağır olduğu totaliter toplumlarda ve kurumlarda, hasta rolünün, uygun görüldüğü oranda sapma davranışı için uygun bir yol olduğunu belirtir. Kadınların ruhsal hastalıkları, bu şekilde sapma davranışının kontrol edilebilir bir şekline izin vererek statü-rol temelindeki kurumsal kararlılığı beslemektedir (Demirci, 1994: 47). Kadın, kendine biçilen kırılğan kimliği ve zayıflığı reddetmek yerine bazen onu kabullenir ve kullanır. Zayıflık kontrol edilebilir olduğunda iyi bir güç olsa da onun sık kullanılması yıpratıcıdır. Çünkü yaşanan durumlara reel tepkiler vermek yerine onları manipüle edersine duygularla oynamak ve sürekli savunma mekanizmalarını kullanmak uzun vadede sıkıntı yaratır. Bilindiği üzere problemler değiştirilemez olarak kabul edildiğinde, duyguların daha fazla kullanıldığı ama değiştirilebilir olarak kabul edildiğinde ise problem odaklı bir duruş gösterilmektedir (Lupton, 2002: 30-31). Bu bakımdan kadınların “belirlenmişlikle” beslenen negatif kaderciliklerinin içsel dünyalarındaki ağırlığı, onların duygularını daha fazla kullanmalarına ve elbette daha kırılğan olmalarına yol açmaktadır. Dahası, kadınlar hakkında sürekli olarak onların katılmadıkları kararların verilmesi, yani edilgenlikleri, kadınların durumlarını kader olarak algılamalarına yol açmaktadır.

Toplumdaki düşünce ve duygulanımlarla, davranış örüntüleri ve değerler arasında karşılıklı etkileşimler olduğundan kadının yeri bu değerlerdeki ve erkek karşısındaki konumunda tartışılabilir. Çünkü sosyal yaşam, temelde cinsiyetler arası bir diyalektiktir. Kadının toplumsal cinsiyetinin anlaşılmasında ötekiyi üreten zihinsel mirasımızın farkında olmamız önem taşır. Toplumsal yaşamımızda iyi-kötü, güzel-çirkin v.b. değerlerde de gördüğümüz ikili sınıflandırmalarımız cinsiyetle ve anne baba rolleriyle alakalı zihinsel şemalarımızda belirleyici bir role sahiptir. Nihayetinde erkekler baba, kadınlar ise anne olarak tasarlanmaktadır. Annelik ve babalık rolleri kadın ve erkeğe farklı duygusal rejimler dayatır. Babanın katı, annenin ise temelde müşfik olması beklentisi farklı duygusalıkları yaratır. Birine otorite ve dayanıklılık diğerine kırılğanlık ve edilgenlik yakıştırılır. Kadının pasifliği üzerine konumlandırılan erkeksi kimlik; bir yanda beslendiği ataerkil değerlere, öte yandan da kadının ruhsal kırılğanlığına yaslanır. Bu kırılğanlık estetik yargıların odağında ama kadınların aleyhine konumlanır.

Sokrates'le başlayıp Aristo ile devam eden ve oradan da İslam dünyasına giren erkek-akıl ve aşılması gereken bir doğa olan kadın-duygu tipolojisi geçmişte olduğu kadar günümüz modern anlayışına da damgasını vurmuştur. İslam'ın yaratılışla ilgili ayetlerinde, kadının erkekle aynı özden yaratıldığını içeren “kadının, erkeğin kaburga kemiğinden yaratıldığı” şeklindeki sembolik anlatı kadının erkeğin bir artığı olarak değerlendirilmesi şeklinde yanlış yorumlanmıştır (Tuksal, 2000: 57). Bu anlam kayması kadının toplumsal statüsünün düşmesinde önemli bir bilişsel şema yaratmıştır (Wadud, 1994: 2-20). Ayrıca uydurma hadislerin etkisi de bu bağlamda düşünülmelidir. Çağdaş dönemlerde ise rasyonalite ve aşkınlık ideali, modernitenin iktidarı üreten geleneksel üst-alt, normal-anormal, pozitif-negatif gibi hiyerarşik zihni kalıpları içerisinde kavramlaştırıldığından kadın kategorisi yine aşağı bir konuma hapsedilmiştir (Bekaroğlu, 1998: 14-17). Modernitede, erkek aklın doğayı kontrol etme anlayışı, doğanın bir parçası olarak kabul görülen kadını da kapsar. Bu anlamda, modern dönemdeki eril doğasıyla akıl sadece sakatı, hastayı değil farklı olanı ve elbette kadını da ötekileştirmiştir.

Ötekileştirme iktidar ilişkileriyle alakalıdır ve iktidar ise süreklilik, döngüsellik ve kendini yeniden üretebilen bir güç ilişkisidir. Toplumsal yaşamdaki bütün iktidar ilişkilerinde kadın erkek ilişkisi paradigmatik bir çerçeve oluşturur ve iktidar bu egemenlik ilişkisinden etkilenir. Greenspan, normal sağlıklı insana ilişkin tanımlamaların erkeksi niteliklerle ilgili olduğunu söyleyerek güçlü kadın özelliklerini kadınsı olmaması ve kadın rolüne biçilen niteliklerin ise zayıf olması nedeniyle anormal olarak değerlendirildiğini dolayısıyla her iki durumda da kadınların çelişkili bir konuma itildiğini belirtir (Greenspan, M.A, 1983: 6-10). İktidarla cinsiyet ilişkisini irdeleyen Foucault toplumsal cinsiyetin dört aşamada iktidara bağlandığını ifade eder. Bu aşamaların temelini kadın bedeninin histerikleşmesi, son aşamasını ise anormal cinsel hazzın tıbbileştirilmesi oluşturur (Tekelioğlu, 2003: 177-187). Kadının temel özelliklerinden olan üremeye alakalı aylık kanamalarını premenstruel bozukluk olarak tanımlayan psikiyatrik değerlendirme burada örnek gösterilebilir (Köroğlu, 2000: 207).

Finkelstein'e göre, duygular, toplumsal söylemin kalbini oluşturur ve adabı muaşeretle bilince kazınmıştır (Lupton, 2002: 10-16). Sosyal ilişkiler rollerin ve statüler arası ilişkinin özeti olduğundan bu ilişkiler norm ve değerler temelinde yürütülür ve kendilik bilinci üzerinde önemli etkiler yaratır. Kendilik bilinci ise depresyon gibi ruhsal hastalıklarda belirleyici olduğundan kadının ruhsal problemlerini bu ilişkilerde ve bu ilişkileri meşru, mümkün kılan kültürel değerler sisteminde arayabiliriz. Kültürel etkenlerin, nevrozda olduğu gibi kendilik üzerindeki en açık etkisi bireyin ayıplanma korkusu şeklinde görülür. Burada kadının utanılacak şey, gizlenmesi gereken, ayıp

anlamındaki avret kelimesinden türeyen “avrat” kelimesiyle adlandırılması anlamlıdır (Eyuboğlu, 2004: 53). Utanma ve onaylanmama korkusunu en fazla kadınlar yaşar, çünkü estetik ve evlilik gibi hayati konularda kültürümüz sürekli kadınları beğenilme durumuyla karşı karşıya bırakır. Çünkü beğenilmek zorunda olan çoğunlukla kadındır ve onun beğendiğini ifade etmesi bile çoğu zaman temsilidir. Bu durumda kadın genelde beğenilmeyi kendini iyi hissetmeye tercih edebilmektedir. Kadının onay görme, sevilme tarzındaki bu dışsal odaklılığı cinselliğinden başlayarak içsel sesine sağır olmaya kadar genişleyebilir. Gençliğin, güzelliğin şeyleşerek tüketime dönüşmesi de kadınların belirli cinsel rol kalıplarına sıkışmasına paralel bir zayıf beden tasavvuruna uymaktadır. Kadının estetik bir nesne olarak algılanması, buna karşın dolgun beden estetik olmaktan çıkması yani anneliğin kadınlıktan kopuşu, onların sürekli gençlikle özdeşleşmiş güzellik kaygısıyla baş başa kalmaları, yani kadınlığı bedenleriyle özdeş görmeleri hayatı yaşlarıyla büyüyen bir handikâp olarak hissetmelerine yol açmaktadır. Evlilik gibi temel bir kurumun temeline iliştilmiş bu duygu kadınları özne olmak yerine sürekli nesne konumunda tutar. Depresyondaki hastaların hissettikleri değersizlik duygusu da zaten tam anlamıyla kendini belirlenmişlikte ifadesini bulan bu “şey” olma duygusudur. Bu anlamda, geleneksel değerlerle modern yaşam arasındaki gerilim ruhsal riskler yaratmaktadır. Çünkü modern yaşamın, hayata katılımı gerektiren yapısıyla mevcut mahremiyet anlayışının beslediği edilgenlik duygusu birlikte işlevsel değildir.

Toplumsal Bir Statü: Eksik Etek

Toplum kendisi ile birey arasındaki ilişkiyi sosyal pozisyon üzerinden yürütür. Belirli bir zaman ve toplumsal ortam içerisinde, bir sosyal pozisyonun diğer sosyal pozisyona göre aldığı değere sosyal statü denir. Statüler farklı kültürlerde yaş, cinsiyet, meslek, din gibi değişkenler açısından kendine özgü bir öneme sahip olur ve kognitif bir yapı oluştururlar (Arslantürk, 2000: 267). Sosyal statü kazanmanın birçok yolu vardır. Bunları, doğuştan ve sonradan kazanılan statüler olmak üzere ikiye ayırabiliriz. Günümüzde kazanılan statüler önemli olsa da hala cinsiyet gibi doğuştan gelen özelliklere önem atfedildiğini görebiliyoruz. Statüleri ve onlara ilişkin rolleri önemli ya da önemsiz yapan etkili faktörlerin başında kültürel değerler gelmektedir. Örneğin, erkek veya kız olmayı doğuştan kazanılan statünün en bilinen ve ayırt edici örneği olarak burada hatırlayabiliriz.

Her sosyal statü belirli rollerle birlikte anılır ve aynı zamanda psikolojik bir değer yargısı taşır. Roller icra olunduıkları topluluğa göre bir değerlendirmeye tabi tutulurlar ve bu değerlendirmede ortaya çıkan anahtar roller bireyin duygu ve düşünceleri üzerinde

önemli bir etkiye sahiptir. Sosyal rol; bir yandan kişiyi sosyal statünün normlarını yerine getirmek için zorlarken öte yandan bu davranışlar onu belirli bir sosyal değerlendirmeye tabi tutar. Çünkü roller, kültür tarafından yönlendirilmiş belirli ihtiyaçları karşılamak açısından işlevseldirler. Bu açıdan rol, bir yandan istenen/istenmeyen şeklinde hissedilen duygularla öte yandan aşağı/üstün şeklinde tanımlanmış değerlerle donatılmıştır. Genel anlamda, modern toplumlarda ekonomi temel kurumdur. Ancak, toplumumuzdaki çoğu kadının anahtar rolü ev ve aileyle alakalı olup parasal bir karşılığı olmadığı için sigortasız ve değersizdir. Bu değersizliğin kadınların benlik saygıları üzerinde zorlayıcı bir etkisi vardır. Kadınların toplum içindeki düşük statüleri ve rolleri de bu bakımdan değerlendirilmelidir.

Toplum bireyin statüsünü belirlerken aile, soy, servet, toplumsal yarar, eğitim, gelir ve cinsiyet gibi ölçütleri dikkate alır. Günümüzde, meslek, gelir ve eğitim en önemli statü belirleyicilerinden bazılarıdır. Kadınların birçok ülkede eğitim, sağlık ve istihdam gibi en temel haklardan yararlanma konusunda erkeklerin gerisinde oldukları bilinmektedir. Dikkat edilirse ülkemiz kadınlarının bu faktörler açısından avantajlı olduklarını söyleyemeyiz. Kadının toplumsal konumu ve gelişmişliği endeksine göre, Türkiye, ölçülen 144 ülke arasında 81. sırada yer alırken; kadının topluma katılımı (GEM) endeksi için ölçülen 70 ülke içinde, 66. sırada yer alıyor. Yine mecliste kadınların temsil oranı %4.4, üst düzey yönetim ve hukuk alanındaki kadın oranı % 8 iken bunların temelinde yatan olguların başında gelen okullaşma oranı ise %54'tür. Yoksulluğun eğitimsizlikle bağlantısını düşündüğümüzde bu sonucun kadınlar için anlamı çok açıktır. 1990 yılı nüfus sayımı sonuçlarına göre 6 yaş üzerinde olan kadın nüfusu 24 306 582 olup bunun 6 808 809'u yani yaklaşık olarak %43'ü okuma yazma bilmemektedir. Her ne kadar günümüzde bu acı tablo değişiyor olsa da yakın zamana ait bu istatistik orta yaştaki kadınların statüsünün hiç de iç açıcı olmadığını gösteriyor (DİE, 1995: 8-15, 47-79). DPT tarafından yapılan bir çalışmada hem kentlerde hem de kırsal alandaki yoksullar içerisindeki kadınların eğitimsizlik oranı erkeklerin oranının yaklaşık iki katını bulmaktadır (DPT, 2001: 145-146). Eğitim mahrumiyeti kadınları hayatın diğer tüm alanlarından yoksun bıraktığından onların düşük statülerinde olduğu kadar ruhsal sağlıklarında da risk oluşturur. Çünkü eğitim, diğer hakları elde etmenin yanı sıra başlı başına bir statü kaynağıdır. Eğitimden uzak kalmaları kadınların özel alana yönelmelerine yol açmıştır. Aile içi statü ve rol paylaşımında kadının geleneksel rollerine uygun olarak "özel alana", yani küçük alana ve ev işlerine; erkeğin ise "kamusal alan" 'a, yani ev dışı geniş alana, işlere yönlendirilmesi kadın aleyhine işleyen hiyerarşik bir yapı oluşturmuştur.

Depresyonun, zayıf ve alt sınıflarda daha fazla geliştiği fikri “yoksulluğun kadınlaşması” fikriyle yeniden işlenebilir. Çünkü yoksulluk en fazla kadınlar üzerinde yıpratıcı olmaktadır. Sosyal statünün temelini oluşturan gelir durumu göz önünde tutulduğunda kadınların konumu hiç de iç açıcı değildir (Kottak, 2002: 461). Kadınların yoksullukla erkeklerden daha çok karşılaştıkları ve yoksulluğun kadınlar için gerçekten yıkıcı bir sorun olduğu, 4. Dünya Kadın Konferansı sonucunda tespit edilmiştir. "Yoksulluğun Kadınlaşması" ifadesi ise Pekin Eylem Planı'na yerleştirilmiş ve bu konferansta, kadın yoksulluğunun son on yılda, erkeklerinkiyle kıyaslanamayacak kadar hızlı arttığı vurgulanmıştır. Ülkemizde de, çeşitli değişkenler bağlamında ele alınan yoksulluk çalışmalarında kadınların daha büyük sorunlarla karşı karşıya kaldıkları bilinmektedir (Erdoğan, 1999: 22-30). Bireyin sosyal statüsü ait olduğu sosyal sınıfla yakından alakalıdır. Srole, psikiyatrlarla işbirliği yaptığı bir çalışmada, alt sınıflardakilerin, diğer sosyo-ekonomik gruplara kıyasla, ruhsal hastalıklarının daha yaygın olduğu tespit edilmiştir (Hollingshead, 1953: 163-169). Kadınların genel olarak ekonomik güçten yoksun olmaları ve daha kaderciler olmaları hayatlarını kontrol etmelerini zayıflattığından kadın statüsü incitcidir. Burada Metron tarafından geliştirilen “geriye çekilme” tipolojisi kadınların genel davranış kalıplarının anlaşılmasında kullanılabilir (Cockerham, 1992: 111). Çünkü, toplumda sahip oldukları zayıf donanımlarıyla en fazla baskıyı ve çaresizliği kadınlar hisseder.

Kadın bir yandan baskı ve şiddete uğrarken bir yandan da kırılğan olarak kurgulanır. Ama depresyonun oluşumunda bu incinebilirliğin önemli bir yer tuttuğunu da biliyoruz. Gerçekten de bireylerin benlik saygıları ve kontrol duygularıyla incinebilirlik arasında neredeyse ters bir ilişki bulunmaktadır. İncinebilirlik; güven sarsıcı başarısızlık, edilgenlik ve hayal kırıklıklarıyla karşılıklı bir ilişki içinde bulunur ve genel olarak da bireyler arası ilişkilerde gelişir. Bu tür bir ilişki ise verili bir statü içinde paylaştırılan rollerle anlaşılabilir. İdeal rollerle hayat gerçekleri arasındaki farklar ruhsal yaşantıyı gerer. Psikiyatrl E. Becker, bireysel yeteneklerini somutlaştırma imkânlarından yoksun kalan bireylerin ruhsal sağlıklarının bozulduğunu dile getirmiştir. Benzer şekilde, bireylerin potansiyellerini gerçekleştirmelerine olanak tanımayan sosyo-ekonomik yapıların, depresyona neden olduğu bilinmektedir (Tolan, 1991: 322). Geleneksel rollerle ideal yaşam arasındaki en kırılğan hatta duranlar kadınlardır. Buradan hareketle, genel anlamda kadınların yetersiz statüleri ve pasif rolleriyle yaşadıkları ilişkilerden yara alma ihtimalleri yüksektir. Ayrıca, bu durumda kadınların risk alma ve kendini gerçekleştirme yetenekleri daraldığından kendileri de daralırlar. Bu ifademizi destekleyecek şekilde Bibring de, depresyonun, içe dönmüş bir saldırganlıktan çok, ideallerle gerçekler

arasındaki gerginliklerden kaynaklandığını belirtmiştir (Özmen, 1995: 338). Dünya ortalamasında kız çocuklarının en az okutulduğu ülkelerden biri olan ülkemizde, genel anlamda kadınların potansiyellerini gerçekleştirebilmelerinin ne kadar zor olduğu tahmin edilebilir. Erkeği tamamlamak üzere yetiştirilen kadın, yeterli özgüven ve beceriden yoksun bırakıldığından, çoğu zaman kendini gerçekleştirebilecek iç güçten yoksun kalır. Özellikle kırsal yörelerde ve sosyo-ekonomik seviyesi düşük ailelerde erkek çocuk beklentisi daha fazla olduğundan “Yeter” ismi konulan kız çocuklar ekonomik anlamda bir yük ve fazlalık olarak düşünülmektedir. Dolayısıyla, ülkemizdeki modal kadın kişiliği, mevcut erkeksi sosyal düzene uyum sağlamanın bir ürünü ve onu devam ettirmenin bir aracı olarak düşünülmektedir. Egemenlik ilişkilerindeki bu edilgen konumlarıyla kadınların ruhsal sıkıntıları, onların özverileri ve nihayetinde kendilerine yabancılaşmaları kadar bu durumlarının farkına varmalarıyla da ilişkilidir.

Ruh sağlığını bozan temel faktörler engellenmişlik ve ruhsal çatışmalardır. Dış engellerin kadının içsel engelleri haline gelmesi özellikle aşkın yürek dağlayan bir hasret türküsüyle yaşandığı örneklerde görülebilir. Kadının karşılaştığı ruhsal çatışmalar ve içsel engeller sonuçta dışsal engellerin bir ürünüdür. Özellikle kadınların kamusal alanda çalışabilme olanaklarının darlığı onların ruhsal daralmalarında tartışılabilir. Çalışmanın olumlu ruhsal etkilerine değinen G. Brown, ciddi anlamda olumsuz bir olay yaşayan ama, sonrasında, çalışmaya başlayan kadınların depresyona girmediklerini bulgulamıştır. Bu konuda G. Brown, parası yeterli olmasa da yapılan işin, benlik saygısı üzerinde önemli bir katkısı olduğunu ifade etmektedir. Ama bu algı, elbette dışarıda çalışmanın toplumsal bir değer haline geldiği ekonomik bir toplumda önem kazanır (Brown v.d., 1989: 236-238). Bu anlamda, kazanılan olumlu bir statü, belirli rolleriyle kontrol duygusu yarattığı için olumlu benlik geliştirmede ve dolayısıyla ruhsal sağlıkta etkili bir faktördür.

Artan krizlerle birlikte Türkiye’de toplumsal refah politikalarından ödünler verilmesi; sağlık, sosyal güvenlik ve eğitim gibi alanlarda kamu desteklerini kısıtlamış ve bu hizmetlerden yoksun grupların büyümesi, öncelikle kadınların sıkıntısını artırmıştır. Genel bir ifadeyle, Türkiye’de kadınların kentlerdeki işsizlik oranları, erkeklerin oranının iki katıdır. Ayrıca, kadınların iş bulma ve işte kalma şanslarının düşük olduğunu ve bu durumda da başkasına bağımlı olmadan yaşamalarının neredeyse olanaksız olduğunu düşünürsek kadınların düşük statüleriyle ruhsal sıkıntıları arasındaki bağlantıyı da kavramış oluruz. SSK istatistiklerinde, sigorta kapsamında olan işçilerin %90’ı erkekken ancak %10’u kadın olarak göze çarpmaktadır (DİE: 1996). Gerçekten de istihdam istatistiklerine bakıldığında gelişmiş ülkelerin işgücüne katılma ortalaması %72 iken, bu oran Türkiye’de 2003 yılı itibarıyla % 48,3 ile çok düşüktür. İşgücüne katılma oranına

kadın-erkek ayrımından bakıldığında, kadınların işgücüne katılma oranının çok düşük olduğu görülmektedir. 2004 yılında kadınların işgücüne katılma oranı %25,4 olup, bu oran erkeklerde %72,3'tür. Kadınların kırsal yerlerde işgücüne katılım oranı nispeten iyi olsa da(%39,0) kentsel yerlerde bu oran(%18,5) oldukça düşüktür (Türk İş Raporu, 2005 : 4-7).

Araştırmalarda, kadın-erkek arasındaki işgücüne katılım farklılıklarının temelinde kültürel faktörlerin belirleyici olduğu cinsiyete dayalı toplumsal iş bölümü ayrımının olduğunu doğrulamaktadır. Kadınların iş yaşamına katılmaları, genelde aile fertleri tarafından engellenmektedir. İş yaşamına katılan kadınlar ise evlenme ya da çocuk doğurma nedeniyle, er ya da geç işten ayrılmaktadır. Önem sırasına göre, kadının eş ve anne konumunu içeren cinsiyete dayalı iş bölümü işi terk nedenleri arasında en ön sırada yer almaktadır. Çalışan kadınlar ise ev işlerini üstlenmenin getirdiği çifte yükümlülük nedeniyle ev kadını konumunu tercih edebilmektedirler. Alt sosyo-ekonomik sınıflardaki çoğu eğitimsiz kadınlar ise kentlerin düşük ücretli, sosyal güvencesi olmayan ağır çalışma koşulları ile karşı karşıyadırlar. Araştırmalar, cinsiyete dayalı iş bölümünün kadınların kendileri tarafından da içselleştirildiğini ve kadınların, erkeği ev geçiminin sorumlusu olarak gördüklerini ve ayrıca bu koşullarda, ev dışında çalışmayı istemediklerini bulgulamıştır (Türk İş Raporu, 2005: 7-9).

Kadınların ruhsal sağlıklarıyla sosyal statülerini etkileyen faktörlerden biri de göçtür. Göç etmiş kadınların ortalama kaygı puanlarının, göç etmemiş kadınların kaygı puanına göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğunu biliyoruz. Ülkemizde son 20 yılda gerçekleşen dengesiz göçlerin kadınların yaşam kalitesindeki etkileri bu bağlamda ele alınabilir. Kadınların üretimden kopmalarında göçün etkili olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda kırsal alandan kentlere yönelik göçlerin sonucunda kadınların özel alana hapsedikleri ve bunun da onları üretimden kopararak statülerini düşürdüğü söylenebilir. Ümraniye'de yapılan araştırmada, İstanbul'a göç etmiş kadınların aşağı yukarı yarısının 'evkadınlaşma' tezine uygun olduğu ifade edilmektedir. Benzer olarak, iç göçü irdeleyen Malezya'daki bir araştırmada da eşleriyle göçen kadınların işe girme ihtimallerinin azaldığı ve sosyal statülerinin olumsuz yönde etkilendiği bulgulanmıştır (İlkkaracan, 1998: 62-67). Hanelerin sıkıca bütünleştiği kırsal yaşamda kadınların sürekli iletişim ve sosyal destek içinde yaşamalarını sağlayan geleneksel yapının yerini şehirlerde çekirdek ailenin alması, kadınların ev içindeki sorumlulukları tek başlarına üstlenerek kamu yaşamından izole olmalarına ve ruhsal sorunlara yol açmaktadır.

Kadınlarda Dışsal Odaklılık ve Yetersiz Benlik

Kişilik bireyin kendine özgü ve nispeten süreklilik arz eden, birbirleriyle tutarlı dinamik özelliklerinin bütünüdür. Kişilik, huy ve ahlaki bir içeriğe sahip karakterin bileşiminden oluşur. Toplumdaki değerler, kurallar ve yaşam koşulları, bireylerin önce alışkanlıklarını sonra da kişiliklerini belirler. Bu anlamda kişilik, sosyal hayata verilen tepkilerin dinamik bir bütünüdür. Arzularımız kadar tiksinti ve korkularımız da toplumsal olarak yaratılır ve toplumsal olan, bireysel olanın tohumunu oluşturduğundan özerk kişilik fikri, ideolojiktir (Jakoby, 1996: 136). Sosyo-ekonomik düzey, anne-babanın tavırları, okul, kitle iletişim araçları ve genel olarak eğitim tarzı kişilik üzerinde belirleyici etkilerde bulunur. Marcuse'a göre kişilik toplumsal tarihte biçimlenir. Ona göre; içgüdülerin baskın örgütlenmesi, birey dışındaki sosyal etkenlere bağlı olarak şekillenir.

Benzer şekilde Marx da; karakteri, bireylerin içine nüfuz eden, birey dışı toplumsal güçlerin çökmesi olarak nitelendirir (Jakoby, 1996: 59-97). Kişilik, rollerin dinamik yönünü oluşturur ve belirli statülerle sosyal yapıya iliştilir. Sosyal yapı, gruplar arasındaki ve bu gruplar içerisindeki sosyal ilişkilerden çıkarılabilir. Bu itibarla toplum, sadece, belirli ilişkileri belirlemekle kalmaz, aynı zamanda, hazırladığı sahne ve rollerle bu ilişkilerdeki bireylerin kişiliğini de belirlemiş olur. Eleştirel kuram, Hegel'den etkilenerek bütünü parçayı kapsadığını belirtir. Bu kurama göre öznellik, nesnelliğin içselleştirilmesinden oluştuğundan zihinsel çatışmalar, sorunlar toplumsal çatışmaların yansımalarıdır.

Kişiliğin en önemli öğelerinden biri benliktir. Benlik algısı verili toplumsal rollerle yakından alakalıdır. Ayna benlik kuramında H. Cooley, benlik algımızın diğerleriyle olan ilişkilerimizle beliren sosyal bir inşa olduğunu belirtir. Diğerlerinin benliğimiz hakkındaki fikirleri kendimizi nasıl algıladığımızı önemli ölçüde etkiler. Mc Call ve Simmons, "Kimlikler ve Etkileşimler" adlı eserinde, bireyin kendine olan bakışının sosyal olarak kurulduğunu belirtmişlerdir (Brown, 1989: 235). Bu anlamda kendimizi önce diğerlerinin gözüyle algılar ve değerlendiririz. Öyleyse kendilik ötekilerle olan ilişkilerde belirlenir. Kadının statüsünü ve benlik algılamasını da bu bağlamda değerlendirebiliriz. Benlik, kendini tanıma, diğerleriyle olan ilişkide belirlenir ve ben erkek iken öteki kadın olarak tasarlanır ve dışlanır. Bu tanımlamada kadın kimliği erkeğin gözüyle belirlenir.

Ruhsal sağlık benlik algısından etkilenir. Kendilik değerlendirmeleri toplumsal ve kültürel cinsiyet yargılarına bağlı olduğundan cinsel kalıp yargılarımız ruhsal sağlığımızı etkiler. Öte yandan, bir ucu duygularımızda yatan düşünce ve davranışlarımız benlik değerlendirmelerimizle şekillenir. Genel olarak benlik saygısı, bireyin sahip olduğu statü

ve rollerinin sonucunda edinilir. Ayrıca, benlik saygısıyla ümitsizlik ve depresyon arasında da doğrudan ilişkiler vardır. Çünkü benlik saygısı; bireyin kendine özgü özelliklerini beğenmesini, kendinin değerli görmesini ifade eder. Bireyin sosyal pozisyonu nasıl benlik saygısını etkilerse düşük benlik saygısı da depresyonu etkiler. Ümitsizliğin ve düşük benlik saygısının oluşmasında ise ailenin sosyo-ekonomik kökeni ve yaşanan travmalar belirleyicidir.

Bu anlamda kadın kimliğinin oluşmasında biyolojik yaklaşımlardan psiko-sosyal görüşlere kadar bir dizi görüş bulunmaktadır. Örneğin; cinsiyet yorumlarında Freud anatomi yazgıdır derken, Beauvoir kadın doğulmaz kadın olunur der. Birey erkek ya da kadın olma potansiyeline sahiptir. Bununla birlikte erkek erkekken kadın çoğu zaman anne, dişi, çalışan kadın gibi varlığını oluşturan özelliklerinden birine indirgenmiş bir parçadır ve onun bu şekilde işlevsel bir parça olarak algılanması ruhsal sağlığı açısından sıkıntı yaratıcıdır. Kadın erkek ilişkisi aktif-pasif, ast-üst şeklindeki ilişki beklentileri içerisinde meydana gelir. Beklenen rol kalıpları benliğimizin ve hissettiklerimizin kalıplarıdır. Toplumumuzda bağımsız, güçlü ve hatta saldırgan erkek kimliğine karşın; kadınların bağımlı, edilgen ve duygusal yani kırılabilir olmaları beklenir. Depresyonun önemli bir zeminini oluşturan “incinebilirlik” duygusu kültürel beğenin ve estetik anlayışının kadınlara biçtiği işte bu “nazlı” kırılabilirlikle yakından alakalıdır. Gül, gonca, yasemin gibi kız isimlerinde gördüğümüz bu “çiçek” yakıştırmaları, aslında kadın kırılabilirliğinin estetik ve cinsiyet değerlerimizle beslendiğinin bir göstergesidir. Eskisi kadar olmasa da, hala anne karnında iken düşürülen cinsiyet olarak kadın, doğduğunda ailesine üzüntü veren bir eksiklik statüsünün zoraki temsilciliğini üstlenir. Erkek doğduğunda sevilen, kız doğduğunda konuşamayan bir kuşağın devamı olan hafızamız, kötü bir ihtimali ifade etmek için, “anan her gün erkek doğurmaz” ifadesini, boşuna dilimize kaydetmemiştir. Herhalde, kadınların toplumsal cinsiyetini ifade eden kelimenin, dilimizdeki kızmak fiilinin kökü olan “kız” hecesiyle aynı olması tesadüf değildir. Yine kadınlarla ilgili eski Türk gelenekleriyle çelişkili olsa da dilimizdeki kız kelimesinin eski Uygur metinlerinde “kıt”, “eksik” anlamıyla da kullanılmış olmasını bu açıdan düşünebiliriz (Eyuboğlu, 2004: 414). Ayrıca, erkek bakışına ve beğenisine mihlanmış bu kimlik “nasıl olsa ele gidecek” sözüyle büyür, evlendirilirken “başı bağlanmış” olduğundan sahiplik nesnesi olmaya devam eder ve sonuçta, “gelinliğiyle gittiği yerden ancak kefeniyle” çıkar. Halk deyişleri kadının sosyal statüsünün anlaşılmasında çarpıcı bir portre sunmaktadır: “Sarımsak da acı amma her eve lazım bir dişi”, “kadın erkeğin şeytanıdır.”, kadının karnından sıpayı, sırtından sopayı eksik etmeyeceksin”, kızını dövmeleyen dizini döver.” avrat malı kapı mandalı”, “kadının şamdanı altın da olsa mumu

dikecek erkektir” (Aksoy: 1997). Bu bağlamda Akdeniz’deki kadın kimliğinin Avrupa’ya kıyasla daha problemlili olduğunu belirten Braudel’e göre bu durum, erkeğin onurunun içsel ve soyut bir olgu olmaktan çok bir şeye sahip olmakla alakalı olarak hissedilmesinden kaynaklanmaktadır (Braudel, 1990: 120-127). Bölgemizde erkekliğin kadın bedenine sahip olmakla ilgili bir olgu olarak kavranması kadınların bu bölgedeki düşük statülerinin anlaşılmasında önemli bir yer tutar. Üstelik bu cinsiyetçi değerler bazen ahlak bazen de sorumluluktan kaçma adına kadınlar tarafından da içselleştirilir. Bundandır ki kızlar genelde eş yerine sahiplenecek birini daha doğrusu bir sahip ararlar. Bu durumda kadınlar sahip olmanın nesnesi olarak algılandığından erkekler “sahip olmak” için evlenirler ve gerçekten sahip olurlar. Bu arada kadın-erkek ilişkilerini kurgulamada özne-nesne ilişkisini andırırçasına cinsel ilişkinin “sahip olmak” kelimesiyle anlamlandırılmasının ilginç olduğunu söyleyebiliriz.

Ataerkil yapı bir yandan erkek ırkçılığını beslerken bir yandan da kadınlardaki depresyonu artırır. Türk kültüründeki ak-kara sınıflandırmalarının toplumsal bilinçaltı bu açıdan hayli zengindir. Örneğin, kara kadın, beyaz ise erkek kimliğine atfedilir. Beyaz üstün-iyi, kara ise aşağı ve kötüdür. Rengini saflığından ve temizliğinden alsa da beyaz aslında karayla anlam kazanır. Kara kelimesi aynı zamanda kirdir ve maalesef dışıldır. Erkek için “elinin kiri (karası)” olan kadın, aynı zamanda kirlenen yani kara ve karalanandır. Bu itibarla dişil cinsiyet, kirlenme ihtimali olan kadının, statüsü için biçilmiş bir karalanabilirdir. Bu anlamda namusun, altına sürülen “lekenin” hep kadınla ilişkilendirilmesi ve ailenin de kadın cinsiyeti üzerinden karalanması düşündürücüdür. Konu erkekler olunca kadınlara yönelik değerlendirmelerin tersi bir ahlak anlayışı ortaya çıkar. “Erkek adam hovarda olur, erkek hem döver hem sever” cümlelerinin ahlak mantığı bu mağduriyetin öznesini açıkça göstermektedir. Erkeklerle torpil geçen bu ahlakın kadınlar söz konusu olduğunda özgeci tavırları yüceltmesi de anlamlıdır. Bu anlamda daha çok bastırılmış kadın kimliğine biçilen özgeci (vefakâr, fedakâr, cefakâr) bazı rol ve davranışları tamlamak için kullanılan kâr kelimesinin kadınların kötüye kullanıldığı evlere (kârhane) sıfat olması boşuna değildir. Çünkü, bu yapı kadını maço eksenli bir cinsellikle ahlak arasında bölmekte ve böldükçe de değerini düşürdüğü kadın üzerinde palazlanmaktadır. Bunun yanı sıra toplumumuzda kadın; geleneksel değerlerle yenilikçi değerler arasında ve uzlaşmacı uysal, içe dönük yanıyla da aktif, dışadönük, asi yönü arasında da bölünmüştür. Aynı bölünme rasyonellikle duygusallık arasında da yaşanmaktadır. Modern yaşamda duygusallık, çoğu zaman mantıklı olamama anlamında bir zayıflık olarak algılanmaktadır. Bu nedenle kadınların mantıksal davranışlarının zaman zaman “Erkek Fatma” lakaplarıyla bastırılması kayda değerdir.

Bir gruba ait bilinçten olduğu kadar kendi benliklerine ve benlik bütünlüklerine uzaklıklarından dolayı kadınların ruhsal sıkıntıları kültürel derinliğe sahip yapısal bir karakter arz etmektedir. Eksik etek; kadının özne, birey olabilme sürecinin yetersizliği üzerine biçilmiştir. Genelde, kadının değeri erkeğe yapılan atıfla tanımlanmaktadır. Evlenirken kadının soyadını bırakması ve kendini eşi aracılığıyla tanıtmaması onun evlilik sonrası kimliğini ve konumunu anlamak açısından dikkate değerdir. Yine, benzeri bir anlayış da karı-koca kelimelerinin kullanışlarında sezilmektedir. Koca kelimesinin büyüklük, azamet ifadesi olması yersiz değildir. Yine, kadının eşini niteleyen bir sözcük olan koca, kadın kelimesinin yanına geldiğinde (kocakarı) ona saygınlık kazandırmaktadır. Erkeğinin ya da oğlunun etrafını dolduran bu kadın tipleri kültürel bir beklentidir. Ama bu rol diğerinin eksiklikleri ve ihtiyaçları üzerine bina edildiğinden aşk, evlilik gerçekleştiği andan itibaren yıpranır.

Toplumsal beklentilerde erkeklerden beklenen kötü olmamak iken; kadınlardan beklenen ise mutlak iyi olmaktır. Bu anlamda erkeklerin normallığı alkol, kumar ve dayığı kullanmamaları şeklinde algılanırken kadınların sorunlara katlanamamaları bile yetersizlik ve sorun olarak algılanmaktadır. Eşleri tarafından dövülen genç bayanların, işler daha da kötüye gider diye “karı olup çekeydin evinde oturaydın” şeklinde en başta anneleri tarafından azarlanmaları, desteksiz bırakılmaları bu anlamda değerlendirilmelidir. Dolayısıyla, “yuvayı dişi kuş yapar” beklentisi yükün sahibini de gösterir. Acıya yönelik kültürel atıftan dolayı kadın, “çilekeş” sıfatını kolayca bir statü olarak benimseyebilmektedir. Statü elde etmenin sorun olduğu bir sosyal düzende sorunlara sahip olmak da statü kaynağı olabilir. Sahip olduklarıyla statü bulamayanlar, yoksunluklarını statüleri haline getirebilirler. Bu rol, kadınların mahremiyet duygusunun da etkisiyle üzüntülerini bastırmalarına ve yüceltmelerine yol açmaktadır. Bu durumda, kültürel değerlerin de etkisiyle kadınların depresyonlarının farkına varmaları ve tedavi almaları zorlaşır. Böylece toplum, hem kadın ezilgenliğini hem de erkeksi dayanıklılığı özendirerek kadınlar üzerinde bir tür kumpas oluşturur. İşte kadınların bazen “erkek olarak doğmak isterdim” şeklindeki ifadeleri de bu bağlamda anlaşılmalıdır. Dolayısıyla, depresyon kadın çaresizliğine özgü bir içerik taşıdığından dişil bir karakter taşımaktadır.

Toplumumuzda, hemen her kurumda itaate yüksek bir değer verilmekte ve sosyalleşmenin de bu yönde olması beklenmektedir. Öncelikle, sosyalleşmenin temeli olan ailede, bireylerin daha küçük yaşlardan itibaren baba otoritesi karşısında zayıflatıldığı bilinmektedir. Geleneklerimiz özellikle kadınların sorgusuz sualsiz itaatkâr olmaları beklentisini yarattığından onların daha fazla baskı hissederek rahatsız olduklarını söyleyebiliriz. Gerçekten de yapılan bir araştırmada depresif kadınlar en fazla,

“istemedikleri konulara itaat etmek zorunda kalmak”tan şikayet etmişlerdir (Yaşar, 2003: 172). Sıkı grup bağlarının hala etkin olduğu az gelişmiş sosyo- ekonomik bir yapıda iletişime yansıyan hiyerarşi, tek yönlü saygı ve itaat modeliyle pekişmektedir. “Kol kırılır, yen içinde kalır” atasözü bu tür ilişkilerde bastırılmış bireylerin dezavantajlı durumlarının anlaşılması açısından önemlidir. Cinsiyetin de önemli bir belirleyici olduğu bu hiyerarşi içerisinde erkekten ziyade kadın kimliğine inşa edilen töre, namus ve utanma değerleri, genel olarak kadınlığın bastırılması anlamına geldiğinden onlar üzerindeki kontrol ve yargılama da daha fazla olmaktadır. Değer yapımızda cinselliğin utanılacak bir sorun olarak algılanması sadece küfürleri değil aynı zamanda kadınları da cinselleştirmiştir. Cinselliğin önemlilikten tehlikeliliğe doğru bu anlam kaymasının kadını denetleme arayışındaki etkisini unutmamalıyız (Alatlı, 1999: 442-443). Bu anlamda soyu garantilemenin aracı olarak görülen kadın bedeninin namus/fitne çatışmasının da coğrafyasını oluşturması boşuna değildir. Daha evliliğin ilk günlerinden başlayarak psikolojik, sosyal ve cinsel baskının ilk temeli atılır. Örneğin, çoğu bölgemizde mutlu bir başlangıç olması gereken “ilk gece”yi onaylanmış bir tecavüze dönüştüren kanlı çarşaf geleneğini kim yadsıyabilir?

Sürekli kontrole ve yargılamaya konu olmak rahatsız edici ve yıpratıcıdır. Katı bir itaat eğitimi tabi tutulan kadınların özgün düşünce ve kararları önemsenmeyeceğinden onların içsel odaklı yetişmeleri zordur. Dışsal odaklılık ise ruhsal zedelenmeye yol açtığından depresyonun gelişmesinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Kadınların dağılan egolarının bir parçası olan bu dışsal odaklılıkları toplumun onlara biçtiği pasif kimlikleriyle yakından alakalıdır. Çünkü toplumun hakkımızda ne düşündüğü çok önemlidir. Laing’e göre; birisinin hakkımızda ne düşündüğüne ilişkin düşünceleri, kendimize ilişkin yargılarımıza yansır ve sonra kendimizle ilgili düşüncelerimizi, davranışlarımızı etkiler. Daha sonra bu davranışlar büyük ölçüde kendimizi nasıl hissettiğimizi etkileyerek tekrar davranışlarımıza yansır ve döngü devam eder (Jakoby, 1996: 177). Kadının dışsal odaklılığı da bu bağlamda yani toplumun kadınlardan bekledikleri açısından düşünülmelidir. Kendi başlarına karar alma süreçleri oldukça daraltılmış olan çoğu kadının böyle bir kişilik göstermesine de şaşırılmamalıdır. Bu durumda bir kişilik tarzına ait olan “kendini ayarlama düzeyleri yüksek benlik”in kadın kimliğinin yıpratıcı bir yönü olduğunu söyleyebiliriz. Kadınların evlilik yaşamlarındaki uyumlu, tatlı, çekici, gülümser rolleri ve yıpratıcı sorumluluk duyguları bu anlamda düşünülebilir. Bununla alakalı olarak, hostesler üzerinde yapılan bir çalışmada da gösterildiği gibi sürekli iyi, tatlı, duygusal olma zorunluluğunun yarattığı stres kadın rolünün ruhsal handikaplarından biridir (Newton ve ark.,1997: 107). Kadın isimlerinde

gördüğümüz “duygu”, onların kimliklerine atfedilmiş bir beklenti olduğundan modern yaşamın erkeksi mücadelesinde zayıflık anlamına gelmektedir. Küçük yaşlardan itibaren erkekler saldırganlığa, kadınlar ise seslerini inceltme deneyimlerinde olduğu gibi kibar olmaya ve kendini koruma adına dahi olsa çatışma ve rekabetten uzak kalmayı erdem olarak öğrenirler. Başkalarının onay ve beklentilerine göre şekil alma gayreti olarak bilinen depresyon aslında kadınlara biçilen kültürel elbisenin duygusal karşılığı olarak değerlendirilebilir.

Depresyon bir anlamda öğrenilmiş çaresizlik olduğundan kadınların çaresizlik duygularının oluşmasında da onların dıştan odaklı olmaları önemli bir yer tutar. Çünkü, sorunlarla mücadele etme ve onlara direnme açısından dışsal odaklı kişiliklerin daha yetersiz oldukları bilinmektedir (Dönmez, 1994: 197). Öğrenilmiş çaresizlik, yaşanan travmatik olayların bıraktığı izlerle kalıcılaşır. Öğrenilmiş çaresizlik negatif kadercilikle birlikte yorumlanabilir. Negatif kadercilik çileci bir duruşu ifade eder. Kadınların daha kaderci olmaları ise bilinen bir durumdur. Ancak, onların kadercilikleri kendiliğinden menkul değildir. Yani onlar kaderci oldukları için değil de sorunları süreklilik arz ettiğinden pozisyonlarını kader olarak algılamaktadırlar ve bundan dolayı da çaresizleşmekte ve çaresizlikleri devam ettiği için de kaderci olmaktadır. Ayrıca kaderciliğin dini temelleri boşaldıkça, olup bitenlerden kendini sorumlu tutmaya başlayan kadınların depresyona girmeleri kolaylaşmaktadır. Yani kaderci bakışın etkisi azaldıkça, zayıf donanımlarıyla kadınların daha öncesinden farklı olarak, kontrol edemedikleri sorunlardan kader yerine kendilerini sorumlu tutmaları beklenir bir durumdur. Bu durum onların olumsuz yaşam olaylarında kendilerine daha fazla pay çıkarmaları anlamına geldiğinden kırılanlıklarının ve ruhsal rahatsızlıklarının artması tahmin edilebilir. Kendine olan güvensizlik ve suçlama arttıkça bireyin çevresine olan bağımlılık ihtiyacı artar. Bu durumda ortaya çıkan yetersizlik hissi ego tatminsizliğini yarattığından beklentilerle birlikte hayal kırıklıkları da artar ve böylece devam eden kısır döngü depresyona yol açar. Nitekim, depresyonu ego kavramı içerisinde ele alan Bibring; bireyin güçlü, sevilen, değerli olmak gibi özsever nitelikteki beklentilerinin kesintiye uğramasının bireylerde çaresizliklere yol açarak depresyona neden olduğunu vurgular (Dilbaz, 1993: 136). Bunun yanı sıra, dışsal odaklı sosyalleşen ve kendini ayarlama düzeyleri yüksek olan bireylerin daha fazla depresyon yaşadıklarını düşünürsek kadınların yaşamış oldukları depresyonun onların dışsal odaklı düşünmelerini sağlayan estetize edilmiş statüleriyle yani beğenilirlik beklentileriyle alakalı olduğunu anlarız. Ancak bu dışsal belirlenim, aşırı beklentilerle ve bastırma eşgüdümlüdür. Kültürel olarak bağımlı yetiştirilen kadınların reddedilme ve olumsuz bir durum anında kendilerini

sıkıştırılmış ve bezgin hissetmeleri tahmin edilebilir. Yani, bir taraftan sosyalleşme sürecinde içselleştirilen bağımlılık kalıbı öte yandan sosyal bağları törpüleyen ve hayalleri hırpalayan sosyal yapı. Örneğin, bütün bağımlılıklarına karşın kocaları tarafından terk edilen kadınların sonuçta hasta ve çaresiz oluşları belirli bir cinsiyet rolüne bağlanan statüleriyle yakından alakalıdır. İtaat bir yandan kadınların karar alabilme davranışlarını kısıtlarken, öte yandan sonuçlara katlanabilmek için rahatsız edici bir şekilde bağımlılıklarını arttırır. Rahatsız edicidir, çünkü devamlı edilgen bir pozisyonda kalmalarının en önemli nedenlerinden birini bu hiyerarşik konumdaki zayıflıkları oluşturmaktadır. O halde birçok kadın hastanın, hayatlarında bir yaprak gibi savrulmaları ve hasta olmaları durumlarının bilişsel bir çıkarım olmanın ötesinde yaşadıkları zayıf pozisyonlarının bir bedeli olduğunu göstermektedir.

Kendini algılayış, kültürün anne-babaya aktarılmış cinsiyet değerlendirmesiyle ilgilidir ve bu bakış tarzı kadınların kendilerine olan bakış tarzlarını belirler. Kadınlarımız şimdiye kadar depresyondan daha ağır sorunları olduğu için ve yaşadıkları duyguları kaderleştirdikleri ve bu şekilde normalleştirdikleri için depresyonun farkına varamıyorlardı ve belki de kendilerinin de erkekler kadar insan olduklarının farkına vardıklarında her şey sorunlu gelmeye başladı. İşte o zamandan sonra beklentilerini ve aradaki uçurumları yani olmaları gerektiği kadar mutlu olamadıklarını fark ettiklerinde yaşadıkları duygular depresyon olarak tarif edildi. Gerçekten de kadınlar şimdi, belki eskiden birçok kadının mahrum olduğu imkânlarla sahiplerdir. Ancak, kadın kimliğine ve yaşama dair beklentileri değiştiğinden günümüz kadınları, buldukları statüyü daha çekilmez bulmaktadırlar. Nasıl ki, 1990'larda kadın mankenler birer fiziksel model olarak diğer kadınların benlik imajlarını sarstıysa şimdi de kadınlar için biçilen psiko-sosyal modeller onlarda sarsıcı bir beklenti oluşturdu. Çünkü maalesef, gerçek çok farklı ve bu nedenle kadınların ruhsal gerilimlerine hak vermemek mümkün değil. Yani, aşağı statüdeki konumlarını eskisi kadar kabullenemeyen çoğu kadının bu durumlarına rıza gösterecek geleneksel zihniyete sahip olmamaları duygusal yaşamlarını zorlamaktadır. Bu durumda erkeklerle eşit ve daha iyi bir konumu talep eden kadınların yaşadıkları zorlukları daha çekilmez buldukları için depresyona daha yatkın olduklarını söyleyebiliriz.

Kendilik algılamasındaki yetersizlik deneyimlerle alakalı olduğundan sonuçta toplumsaldır. Olaylar karşısında direnme kabiliyetimiz sosyal konumumuzla ilgili olduğundan çaresizlik hissi bilişsel bir kurgu olmayıp toplumsaldır. Çünkü statü düştükçe travma ihtimali de artmaktadır. Gerçekten de varoluşunu kendi çabalarına dayandıran insanların güçsüzlük ve değersizlik hisleri pek olmaz (Fromm, 1998: 117). Bu durumdaki

bireyler, amaca ulaşmalarını yeteneklerine bağlı olarak düşündüklerinden kendilerine olan saygıları yeterlidir. Eleştiriye ve farklılığa izin vermeyen toplumsal yapı ise bireysel kişilikleri engelledikçe onların otonomilerini körelterek dıştan denetimliliği normalleştirmektedir. Bu anlamda demokratik kültürü baltalayan sosyalleşme ve siyaset anlayışı öncelikle kadınlar aleyhine bir sahne yarattığından onların çaresizlikleri biyolojik olmayıp sosyal üretdir. Çünkü, ihtiyaçları erkeklere endekslenen kadınların öz saygıları kadar kişilikleri de dışsal odaklı olur.

Kendilerini ifade etmede bile gerekli donanım ve örgütlenmeden yoksun olan kadınların güçsüzlük duygularından sıyrılmaları zordur. Kibar, nazik ve sessiz kadın tiplerinin yüceltilmesi bu bağlamda değerlendirilebilir. Seeman; yabancılaşma bağlamında örgütlenme ve katılım eksikliklerinin, bireylerin “güçsüzlük” duygularına neden olduğunu ifade etmiştir (Tolan, 1991: 304). Bu açıdan en fazla yetersizlik içerisinde olan ve her tür örgütlenme alanında temsil sorunu yaşayanlar kadınlardır. Seaman’a göre; kendine yabancılaşma, güçsüzlük duygusunun bir görünümünü oluşturur. Bu duygu, davranışların sonuçlarına ilişkin olumsuz beklenti ve algılamadan kaynaklanır. Bu algı depresyonda belirleyici olan çaresizliğin bir ifadesi olduğuna göre, depresyonla kadın ve yabancılaşma arasında karşılıklı bir ilişki vardır (Tolan, 1991: 302-305).

Yuvayı Dişi Kuş Yapar

Medeni statünün, ruh sağlığına etkisi konusunda çeşitli araştırmalar vardır. Manhattan’da 20-29 yaş grubunda olan geniş bir örneklem üzerinde yapılan bir çalışmada, evliliğin kadınlardan çok erkeklerin mutluluğunda önemli olduğu ve bekâr erkeklerin %20 'sinde görülen ruh sağlığı sorunlarının bekâr kadınların sadece %11' inde görüldüğü ifade edilmiştir (Cole, 1992: 25). Depresyon riski, medeni durum açısından en fazla ayrılmış veya boşanmış kadınlar grubunda bulunmuştur. Bazı araştırmalarda ise, yalnız erkeklerle evli kadınlar grubunun, daha fazla risk taşıdıkları ifade edilmiştir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada, kadınlarla kıyaslandığında evliliğin erkekler için daha koruyucu olduğu belirtilmiştir. Ancak, kadınlar kendi içlerinde değerlendirildiğinde ruh sağlığı açısından evlilik bekârlığa göre daha koruyucu olarak belirtilmiştir (Yüksel, 1998: 116). Özellikle, iyi yürüyen bir evliliğin ve sağlıklı ilişkilerin depresyonu engellediği ve hatta yaşanan bir depresyonu azalttığı ileri sürülmektedir. Buna karşın Brown ve Haris; yakın ilişki eksikliğinin ve evlilik huzursuzluklarının, ayrılıkların, kadın depresyonunu anlamada çok önemli olduğunu söylemişlerdir (Aşkın, 1999: 87).

Benzer şekilde, Lereiscman ve Paykel’in yaptıkları çalışmalarda, evlilik çatışmalarının ve aile huzursuzluklarının, depresyonun oluşmasında ve kronikleşmesinde,

belirleyici bir faktör olduğu görülmüştür (Samancı, 1998: 48-50). Diğer yandan, evlilik sorunlarının temelinde ruhsal hastalıkların, özellikle depresyonun etkili olabileceği belirtilmiştir (Şahin, 1996: 3). Bilindiği üzere ailenin en önemli fonksiyonlarından biri üyelerinin duygusal ihtiyaçlarını tatmin etmesidir. Modern yaşamda gittikçe küçülen sayı ve fonksiyonları ile ailelerin, üyelerinin duygusal ihtiyaçlarını ve birlikteliğini sağlamada yetersiz kaldığını ve bu nedenle de duygusal yaşamın sarsılmaya devam edeceğini tahmin edebiliriz.

Ülkemizde, çoğu kadının, bütün sıkıntılarına rağmen hayalini kurdukları tek çıkış yolu iyi bir evliliktir. Kendi ayakları üzerinde duramayacak şekilde yetiştirilen ve eğitim olanaklarından yeterince yararlanamayan kadınların eş olmak dışında bir pozisyon arayışları elbette olamaz. Evli olmamanın getireceği sıkıntılara, sosyal baskılara katlanmaktansa; evliliğin getireceği sıkıntıları, daha baştan kabullenen kadınlar çok ciddi bir sorun olmadıkça, evliliklerini çekmeye eğilimlidirler. Böyle bir zemindeki iletişim tarzının, erkek üstün bir zeminde gerçekleşmesi gerektiği inancı evlilikte önemli bir algılama sorunu yaratmaktadır. "Erkektir döver" şeklinde zaman zaman duyduğumuz yargılar, kadınların sorunlarını her şeye rağmen çekmeye eğilimli olduklarının birer göstergesidir. Boşanmanın kolay olduğu ülkelerde evliler arasındaki intihar oranlarının, boşanmanın zor olduğu ülkelerdeki evlilerin intihar oranlarına kıyasla az olması bu açıdan düşündürücüdür (Cole, 1992: 22). Özellikle her kategoride depresyonun en fazla evli kadınlarda görülmesi, onların sosyal ve ekonomik güvenceden yoksun olmalarıyla yakından alakalıdır. Sorunların çözülmeyeceğine olan inanç ve evliliğin, her ne pahasına olursa olsun sürdürülmesi gereken kutsal bir kurum olduğuna ilişkin geleneksel inançlar acıların hastalıklaşmasına katkıda bulunmaktadır.

Türk ailesi; birçok ülkenin aile yaşamına kıyasla daha iyi bir durumda olmasına rağmen, gerek ekonomik sorunlar ve gerekse diğer sosyal sorunlar neticesinde artan boşanma oranları ile sarsılmaktadır (Yıldırım, 1996: 109). Elbette bu sarsılmadan en fazla zarar görenler kadınlar olmaktadır. Ekonomik yetersizlik yaşayan çok çocuklu ailelerde, ebeveynler üzerindeki ekonomik baskı arttıkça aile içi ilişkilerdeki tahammül sınırları daralır. Bu durumda ev kadını olanların, daha fazla depresyon riski taşıdıkları ve yaş arttıkça da birikmiş sorunların etkisini daha fazla hissetmeleri beklenebilir. Ev hanımlarının sosyal dünyalarını çoğunlukla eşleriyle olan ilişkileri oluşturduğundan eşleriyle yaşadıkları sorunlar onları fazlasıyla etkilemektedir. Ayrıca, yaşadıkları sıkıntılarla baş etmede, hem imkânsızlıkları hem de eşlerine bağımlılıkları nedeniyle çaresizdirler. O halde kadın statüsündeki düşme ekonomideki kötüleşmeye paralel olarak

artmakta ve alt sınıflara inildikçe de derinleşmektedir. Kötü muameleyle karşılaşmalarının ve buna direnememelerinin sebebi de budur.

Toplumumuzda maalesef gücün, şiddetin kutsanan bir tarafı vardır ve bundan en fazla etkilenenler de kadınlardır. Çünkü onlar basınç noktasıdır, biriken sorunlarımızın patladığı, öfkelerin boşaldığı, cinselliğin saldırganlığa, saldırganlığın cinselliğe dönüştüğü ve şiddetin üzerlerine aktığı bedenlerdir. Aile içi ilişkilerde yaşanan şiddet ve baskı sorunu kadınların sosyal statülerini ve ruhsal sorunlarını anlamamız açısından önemli bir göstergedir. Ülkemizde 92 evli denek üzerinde yapılan bir araştırmada kadınların %58'i, eşlerinin kendilerine hakaret ve küçümseyici tarzda davrandıklarını söylemişlerdir. Eşleri tarafından dövülen bu kadınların çoğunun(%66) alt sosyo-ekonomik düzeyde oldukları görülmüştür (Şener v.d., 1996: 112-113).

Şiddet sadece töre cinayetleri bağlamında değil belki daha fazlası genel, soyut ve incelmış nitelikte yaşanmaktadır. Çoğu suiistimal ve şiddet, korkunun bir formudur. Aynı zamanda ister fiziki ister rafine şekilde olsun sonuçta şiddet korku yaratarak depresyon üretir. Bu anlamda kötü muameleyle maruz kalan kadınların korkuları onların depresyonlarında belirleyici olur. Korku ve şiddet güçsüz yapar ve güçsüzlük bir anlamda depresyondur. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu'nun yaptığı bir araştırmada(1994) ailelerin %34'ünde fiziksel şiddet olduğu ve kadınların hemen her yaş grubunda şiddete maruz kaldığı görülmüştür. Yine Kadın Dayanışma Vakfının araştırmasında kadınların sadece %3'ünün eşlerinden şiddet görmedikleri ifade edilmiştir. Bu çalışmada kadınların %21'i kocası tarafından tehdit edildiğini, %15'i hastanelik olana kadar dövüldüğünü, %8'i kesici-delici aletlerle tehdit edildiğini, %12'si kocası tarafından sürekli tehdit edildiğini, %41'i eşlerinin kendilerine aşağıladıklarını ve %12'si de eşlerinin bazen kötü davrandıklarını ifade etmişlerdir (Özaydın, 1998: 75). Yine yapılan bir araştırmada Batı'da yaşayan erkeklerin %35.9'unun, Doğu'da yaşayan erkeklerin ise %56.7'sinin eşine itaat etmeyen kadının dövülebileceği fikrini onayladıkları bildirilmektedir (Arat, 1996: 43-45). İlginçtir ki, şiddetin uygulayanlar için geçici de olsa sağaltan bir yapısı olduğunu söyleyenler vardır. Hatta depresyon oranları açısından kadın-erkek farklılıklarını buna bağlayanlar da bulunmaktadır. Örneğin, yapılan başka bir araştırmada, bizdeki depresif kadın-erkek oranlarının aksine, Musevi erkeklerin depresyon oranlarının kadınlarla eşit olması onların kadınlarına şiddet uygulamalarına bağlanmaktadır (Solomon, 2005: 192). Erkek döverken bir anlamda öfkesini, depresyonunu kadınına boşaltır ve belki rahatlar da ama kadın için aynısını söylemek zordur ve dayak atacaksa en azından anne olmasını beklemesi gerekir. Ama sonuçta, ister şimdi ister sonra olsun dayak yiyen bir kadının kızı her zaman daha fazla dayak yer ve yedikçe de yetişkinliğinde

depresyona girme olasılığı o kadar yüksek olur. Döngü devam eder, çünkü küçük kızlar dayak yiyen annelerine ya sempati ya da empati kurarlar ve dolayısıyla depresyondaki annelerin ya da dayak yiyen annelerin çocukları daha fazla üzüntü ve duygusal küntlük içine girerek depresyona daha fazla maruz kalırlar. Bunun yanı sıra, cinsel-fiziksel şiddet, ayrımcılık, aşağılanma, küçük düşürülme, suçlanma, alay gibi davranışlar ve sosyal baskılar kadınların kurbanlaşma hislerine yol açar. Kurbanlaşma kendine yapılan kötü muameleyi kanıksamayla derinleşir ve kendini küçümseyen kadın zamanla acı çekmeyi hak ettiğini düşünür. Bu anlamda kadınların çaresizlikleriyle negatif kader düşünceleri arasında çeşitli bağlar vardır. Kader düşüncesinin, daha çok kadınlarda ve alt pozisyonlardaki insanlarda daha fazla olması, bu insanların zorluklarla mücadele etmeyi öğrenmelerini ve hayatlarını kontrol etmelerini engellediğinden kadınların ruhsal açıdan rahatsızlanmaları daha olası görünmektedir (Cockerham, 1992: 164-165).

Kadın-erkek ilişkilerinin dildeki yansımaları da kadın bağımlılığının aile bağlamında nasıl üretildiğini gösterir niteliktedir. Dilimizde, evliliğe ilişkin ifadelerde erkeğe varılır ama kadın alınandır. Yine bir erkeğin bir kadına kaçması söz konusu olmaz ama tersi olur, yani kaçmak zorunda kalabilir, çünkü haklarında karar verilenler daha çok kadınlardır. Kızların mevcut cinsiyetçi değerlerden ve bu konudaki edilgenliklerinden dolayı gönül ilişkilerinde yaşadıkları hayal kırıklıkları da onların depresyonları açısından çok etkilidir. Weissman ve Paykel, depresyon üzerinde yaptıkları çalışmalarda, kadınların bağımlılıklarının depresyona girmelerinde oldukça etkili olduğunu ve ayrıca, bağımlı kişiliklerin, depresyon sonucunda geliştiğini aktarmışlardır. Bu anlamda, içinde bulunulan statü ve rol kimlikleri gelecekle ilgili beklenti, bağımlılık ve gerilimlerle alakalı olduğundan ümitsizlik ve depresyon duygusunun oluşumunda etkili olurlar (Brown v.d., 1989: 236-241). Eş seçebilme şansları yok denecek kadar az olan kadınların çoğunlukla kendilerini seçen adamlarla evlenme zorunlulukları, onları hayatlarını yanlış adamlarla geçirme ve onlara katlanma zorunluluğuyla karşı karşıya bırakmaktadır. Bu durum bir tür bağımlılık ilişkisidir ve cinsellik, iletişim, sosyal uyum gibi birçok konuda sorunlara yol açtığından incinebilirlik açısından önemlidir. Bağımlılık ilişkisi eşitsiz statülerin ürünü olup yıpratıcı bir tahammüle ihtiyaç duyar. Evli bayanların, ailelerine ve eşlerine bağımlılıkları aile bütünlüğü için işlevsel olmakla beraber, onların ruhsal sağlıkları açısından fonksiyonel olmayabilir. Çünkü bağımlı kadınların yakınlık ihtiyaçları fazla olduğundan, yeterli sosyal destekleri ve becerileri olmadığında, aile içinde yaşayacakları bir kırılmayı telafi edebilmeleri zordur. Bunun yanı sıra bağımlı, boyun eğici bir ilişki tarzını yürüten kadınlar depresyon anında duygu ve düşüncelerini ifade etmede daha yetersiz olurlar ve bu durumda da, kocaları ve çocukları ile daha fazla

problem yaşarlar (Aşkın, 1999: 89). Hatta kadınların ruhsal rahatsızlıkları arttıkça “edepsiz” olarak nitelenmeleri işten bile değildir. Kadın-erkek rollerinde meşrulaştırılan eşitsizlik duygusu kadın benliğinde yarılma yaratır. Sürekli ikincil olmak, isteklerin ertelenmesi, bizi korumak adına benden kaçmak özü yıpratır. Fedakârlık, kadın rolüne biçilmiş kültürel bir atıf olarak tersi davranışları ihanet derecesine götürecektedir kadar hapsettiğinden alternatif davranmak “etiketlenmek” anlamına gelebilir. Bu bağlamda, arsız, kaprisli, isterik gibi sıfatlar kadın ısrarını etiketlemenin ve kırmanın bir şekli olarak karşımıza çıkar. Değersizlik, ciddiye alınmama, toplumdan kadınlara yansiyarak benliklerine kazınır. “Deli mi oluyorum” korkusuyla kadınların duygularını son ana kadar dile getirmemeleri, hep dolambaçlı, imalı iletişimlerle anlaşılmayı beklemeleri ise problemlerini daha da kronik hale getirir. Bu nedenle onların sevgi ve şefkate en ihtiyaç duydukları zamanda, ilgi bir yana, ceza görmeleri, ruhsal yapılarını ciddi anlamda sarsar. Gerçekten de sosyal güvenceler azalırken aile bağlarının çözülmesi kadınların sosyal desteklerini kurutmaktadır. Bu desteksiz hayatları ise onların çaresizliklerini daha da kronikleştirmektedir.

Doğru iletişimden yoksun evlilikler depresyona zemin hazırlamaktadır. İyi bir iletişim hatta tartışma, hem sorunların dile getirilmesini hem de biriken olumsuz duyguların deşarjını mümkün kıldığından terapi etkisine sahiptir. Çünkü erkekler genelde problem odaklı aktivitede bulunmaktan hoşlanırlarken kadınlar konuşmaktan ve iletişim kurmaktan hoşlanırlar (Tuğrul, 1999: 17). Ama ne yazık ki kadınların iletişim çabaları, toplumdaki düşük pozisyonlarından ötürü çoğu zaman “dırdır” olarak etiketlenir. “Elinin hamuruyla erkek işine karşına” hitapları kadınlara seviyelerini ve hadlerini bildirme cümlesi olarak hatırlanabilir. Normalde, toplumumuzda konuşmanın kendisi de çok sevilmeyen. Bunun da ötesinde toplumumuzda erkekler konuşmayı pek sevmezler, çünkü konuşma bir anlamda uzlaşma arayışıdır ve kadınsı bir durum olarak küçümsenir. Bu açıdan aile içi iletişimlerinde, kibar olan ve daha insani standartlar oluşturmuş olan erkeklerin, “kılıbık” olarak etiketlenmesi, eşinin sözlerini hiçe sayan erkeklerin ise, üstün bir paye olarak “kazak” diye nitelendirilmesi, bu açıdan düşündürücüdür. Halbuki, kadınlar için iyi bir iletişim ve yaşanan ilişkinin kendisi hakkında konuşmak çok önemlidir, çünkü kadınlar sıkıntılarını nedeniyle konuşurlar ve bu sayede rahatlarlar. Konuşamayan ya da sözleri statüleri kadar yer tutan bayanlar ağırlarıyla konuşurlar ve daralmalarla kayda geçen ifade arayışlarına kayıtsız kalınır. Okullarda bile tahtaya yazılma ve cezalandırılma sebebi olan konuşma sorunumuz iletişim sıkıntımızla yakından alakalıdır ve bu durum en çok kadınların mağdur olduğu dedikodu kültürünü beslemektedir.

Aile kendisinden daha büyük bir sistemin parçası olduğundan sosyal ilişki ve iletişim problemleri diğer toplumsal sorunlardan ayrı olarak ele alınamaz. Ancak, kadınlar erkeklere kıyasla aile içinde yaşadıkları sorunlardan daha ağır bir şekilde etkilenirler. Depresyonun, ebeveynle çocuk arasındaki kötü etkileşimden kaynaklandığını gösteren bulgular da bu bağlamda düşünülebilir. Ailedeki sıkıntı ve zorlamaların, özellikle kız çocuklar üzerindeki olumsuz etkisi kayda değerdir. Gerçekten de başta depresyon olmak üzere çeşitli ruhsal hastalıklar; temelde reddetme ve umursamazlık şeklindeki olumsuz iletişimden kaynaklanır (Cüceloğlu, 1998: 28). Özellikle, ailedeki kötü muamele, çocuğun kendine ve başkalarına olan güvenini sarsarak, bireyde duygusal bozukluklara neden olur. Yapılan bir araştırmada, kızların küçükken dile getirmekten kaçınmadıkları sorunlarını, yaşları ilerledikçe saklamaya başlamaları, unutmama ve yok saymaları anlamlıdır. Bir anlamda kızların ilişkiler adına özlerinden vazgeçmeleri yani kadın olmaları onların suskunluk sarmalına girmeleriyle eş zamanlıdır (Brown, 1992: 210-211). Çocuksu ve bastırılmış bir tonla konuşmak kadınların mücadeleye yakıştırılmayan kimliklerine ne kadar uygunsa; onların erkekler gibi bıçkın davranmaları da o kadar uygunsuz görülerek ayıplanır.

Baskıcı aile ortamlarında büyüyen kişilerin, iletişim becerileri zayıflayacağından sosyal ve duygusal destekleri azalır. Bu tür ailelerde yetişen ve ailelerini, aşırı baskıcı algılayanların özgüvenlerinin düşük, depresyon düzeylerinin ise yüksek olduğu tespit edilmiştir (Güvenç, 1996: 36). Baskının hâkim olduğu ailelerde, esnek kurallar yerine katı kurallar ve iletişim yerine de bastırma söz konusu olduğundan, yargılayıcı tartışma ve sürtüşmeler şeklinde ortaya çıkan patlamalar bu ailelerdeki kız çocuklarını daha olumsuz etkiler. Çünkü kızlar daha fazla kontrol altında tutulmak istendiğinden, onlar üzerindeki baskı da daha fazla ve sıkıcı olmaktadır. Kızların aşırı kontrol altında tutulması onların yeteneklerini ve kendilerini keşfetmeleri açısından bir sorun teşkil etmektedir. Çünkü, bireylerin aileleri tarafından kendilerine yapılan katı eleştirilere oldukça duyarlı oldukları ve eleştiri oranı arttıkça da depresyonun yinelenme olasılığının arttığı bildirilmiştir (İlnem v.d., 1998: 13-14).

Sosyal güvenceden yoksun geleneksel kadının, ancak çocukları büyüdüktan sonra statüsünün arttığını biliyoruz. Kötü şartlara çaresizce katlanan geleneksel kadın geleceğini özellikle duygusal yatırımda bulunduğu erkek çocuklarına bağlar. Her ne kadar çocuk doğurmaktan sorumlu tutulsalar da kadınların çocukları üzerinde bir hak iddia etmeleri söz konusu olmaz. Ayrıca; ailelerin çocuk sahibi olsalar bile, erkek çocuk sahibi olabilmek için fazla sayıda çocuk yaptıklarını ve bu beklentinin özellikle kadının fiziki ve ruhsal yapıları için yıpratıcı olduğunu biliyoruz. Örneğin, Brown ve Harris, 14 yaş

altında üç veya daha fazla çocuğa sahip olmanın kadınların depresyonunda önemli bir risk etkeni olduğunu belirtmişlerdir (Aşkın, 1999: 87).

Eşlerinin veya kendi büyüklerinin yanında kalan evlilerin, geleneksel değerlerin ve rollerin değişmesi sonucunda ailelerinde uyum sorunları yaşadıklarını söyleyebiliriz. Ülkemizin Doğu bölgesinde yakın zamana kadar büyüklerinin yanında konuşamayan, çocuklarını sevemeyen, hatta adlarıyla bile seslenemeyen annelerin günümüz anneleri üzerinde hiç mi etkisi olmamıştır? Bugün hâla, bu bölgede yaşayan kadınların, önemli sıkıntılar yaşadıklarını biliyoruz. Geleneksel yapıları anneler için gelinleri bir algı yanılmasının kurbanı, hissettikleri ayrılık kaygısının yansıtıldığı bir kaynak olduğundan ülkemizdeki birçok kadının ya gelin ya da bir kaynana hikâyesi vardır. Günümüzde kadınların evlilik beklentileri arttığından, hayal kırıklıkları yaşamaları da doğal görülebilir. Çünkü kadınların artan beklentilerini mevcut konumlarında bulmaları mümkün görünmemektedir. Bu durum onların yakın çevreleriyle daha fazla sorun yaşamalarına veya reddedilmelerine yol açmaktadır ki bu durum ruhsal açıdan yıpratıcıdır. Reddedici ya da umursamaz ilişkilere muhatap olanların yalnızlık ve güvensizlik duygusu taşıdıklarını vurgulayan K. Horney sürekli itilmişlik ortamında yaşayan bireylerin dışlanma korkusuyla umutsuzluk ve alınganlık duygusu taşıdıklarını belirtir (Alper, 2001: 15).

Sonuç

Her toplumsal yapı temel değerleri doğrultusunda belirli kurumları ön plana çıkarır. Günümüz modern dünyasının kapitalist yapılanmasında ekonomi birincil kurum haline gelmiştir. Bu gelişmeler sonucunda insanlar işleriyle, sahip olduklarıyla özdeşleştirilmektedir. Günümüzde öz saygının, itibarın, çoğunlukla meslek ve sahip olunanlarla değerlendirilmesi; bunlardan yoksun olmaları itibarıyla daha çok kadınların yabancılaşmalarına yol açmaktadır. Benlik saygısındaki düşme, bireylerin ulaşmak istedikleriyle ulaşamadıkları arasındaki mesafeye bağlı olduğundan, sosyo-ekonomik ezilgenliklerine bağlı olarak, Türkiye'deki kadınların benlik saygıları, ulaşamadıkları üzerinde yükselerek sürekli düşmektedir. Kapitalizmin hırsı ve bencilliği gerektiren ruhsal temelleri, yerel kültürel değerlerde olduğu kadar ruhsal yaşamda da çatışmalara yol açmaktadır. Bu çatışmalar ise içsel dünyada yaralanmalara yol açmaktadır. Maslow, kendini gerçekleştirmede, birbirleriyle alakalı maddi ve manevi iki tür ihtiyaç düzeyi olduğunu ve bunlardan ilkinin, diğerine basamak teşkil ettiğini belirtir. Maslow maddi tatmin arayışı doyurulmadığı zaman, anlam arayışının sekteye uğrayacağını ve anlam arayışına cevap bulunamadığında ise umutsuzluk, güvensizlik ve nihayetinde

mutsuzluğun ortaya çıkacağını belirtir (Frankl, 1996: 25-30). Bu yorumdan hareketle ülkemizdeki kadınların istihdam olanaklarının sınırlılıkları ve kişisel maddi yetersizlikleri düşünüldüğünde onların ruhsal hastalıkları, gerçekleştiremedikleri potansiyellerinin çöküşü olarak düşünülebilir.

Hayatı, hayal kırıklıklarıyla dolu, boş ve anlamsız olarak değerlendirmede sosyal konumun önemli bir etkisi vardır (Torun, 1995: 17). Çünkü sosyal statü, sosyal destek üzerinde ve hedefleri gerçekleştirmede belirleyici bir etkiye sahiptir. Halbuki, sosyal destek, başkalarına olan ilgiyle birlikte artar ve sosyal statü düştükçe de sorunsallaşır. Kültürel yapımızdan hareketle dayanışmacı sosyal yapıya ve üretim tarzına uygun olarak kadınların, geçmişte dışsal odaklı olmaları, onların sosyal bağları önemsemelerinin bir boyutu olarak düşünülebilirdi. Bu durumda dışsal odaklılık bir dönemin vefakâr, diğergam gibi vasıflarla adlandırılan insanının beğenilen özelliği iken, günümüzde üretim tarzına bağlı olarak bireycileşmenin önem kazandığını biliyoruz. Yapı açısından işlevselleşen bireyci kimlik, biz bilincinin ürünü olan dışsal odaklılığı bir problem haline getirmiştir. Ülkemizde son 25 yıldır hem ekonomide hem de kişiler arası ilişkilerde artan bu bireyci dalganın başta depresyon olmak üzere önemli ruhsal çatışmalar ve sorunlar yarattığını söyleyebiliriz. Bu bireyci değerlerin yükselmesi ve geleneksel değerlerle çatışan modern değerlerin ortaya çıkması, fedakârlık ve sabır gerektiren sosyal konumları sarsmıştır. Buradan hareketle geleneksel annelik statüsünün eski önemini kaybettiğini ve bu nedenle yoğun emek gerektiren çocuk bakımının yıpratıcı olarak algılanmasında etkili olduğunu belirtebiliriz.

Ülkemizde yaşanan sosyal değişimler de kadınların ruhsal sorunlarında önemli bir yer tutmaktadır. Bazı yönlerden olumlu özellikler atfettiğimiz geleneksel yaşam, kendine özgü kurgusuyla sosyal ilişkilerde bir tür sigorta oluşturuyordu ama bu değerler sisteminin günümüzde etkinliğini yitirmeye başlaması öncelikle kadınlar aleyhine gelişen bir etki yaratmıştır. Modern zamanda değer yitiren müşfik duygular, yerini daha rekabetçi ve erkeksi duygulara bıraktıkça; bu hayatın, nispeten geleneksel güdülerle hareket eden kadınlarımız için neden daha çekilmez hale geldiğini anlayabiliriz. Çünkü; sağlıklı kadın kişiliği modern zamanda pek de önemsenmeyen duygusal bir zekâyâ ve ilişkisel bir atmosfere ihtiyaç duyar. Dolayısıyla kadınların duygusallıkları bu rekabetçi kurguyla uyuşmaz. Susannah Ginsberg; ekonomik kazanımlarıyla statüsünün kadın saygınlığının bir kaynağı haline gelmesinden sonra toplumun çocuk bakımına yani anneliğe düşük önem atfettiği, bu pozisyon atfının ise anneler tarafından düşük benlik saygılarının kaynağı olarak içselleştirildiğini belirtir (Brown v.d., 1989: 236-238). Çileci değerlerin önemlerini yitirmesiyle paralel bir şekilde düşüşe geçen annelik statüsü, kadınların benlik

saygılarındaki önemini de yitirdiğinden annelik duygusunun ruhsal sağlık üzerindeki olumlu etkisi azalmaktadır. Joel Kovel, modernleşmeyle duyguların ve duygusal bağılıkların gerilediğini ve bunun da ruhsal bir bedele yol açtığını ileri sürer (Sayar, 1991: 173). Yine bununla paralel şekilde kamusal alan kişisellikten uzaklaştıkça ve artan rekabet bireyler üzerinde baskıda buldukça, çekirdek aileye aşırı bir duygusal rehabilite işlevi yüklenir. Bu durumda aile sorunları en fazla baskıyı kadın üzerinde oluşturur. Çünkü, kadınların üretim düzenindeki zayıflıkları ve sosyal pozisyonları, onları psikolojik rehabilite figürü konumuna yerleştirerek ruhsal açıdan riskli bir duruma itmektedir.

Depresyon, bir tür öğrenilmiş çaresizlik olduğundan kadınlarımızın potansiyellerini düşürerek onlara “hiçlik” duygusunu yaşatmakta ve kendini gerçekleştiren kötü kehanetler gibi onların yetersizleşmelerine ve hayattan geri çekilmelerine yol açmaktadır. Bu makalede depresyon hastalığıyla kadınların sosyo-ekonomik statüleri arasındaki karşılıklı ilişkiler irdelenmeye çalışıldı. Bu bağlamda ülkemiz kadınlarının siyaset, kültür, eğitim ve ekonomi gibi sosyal hayatın birçok alanında yetersiz kalmaları onların yaşam kalitelerini ve doyumlarını düşürerek ruhsal kırılganlıklarını arttırmaktadır. Bu bağlamda ülkemizde, özellikle kadınların depresyon oranlarındaki yükseklik dikkate alındığında, kadınların bu ruhsal sorunlarında ülkemize özgü sosyo-kültürel yapının önemli bir yeri olduğunu söyleyebiliriz. Bununla birlikte Türkiye’deki kadınların sosyo-ekonomik durumları ve statüleri bir yandan onları depresyona sürüklerken öte yandan da bu hastalığın yarattığı etki tersi bir döngü yaratarak kadının sosyal statüsünün düşmesine yol açmaktadır. Bu bağlamda kadınların toplumdaki sosyal konumları tartışılırken sadece gelir, meslek, eğitim gibi faktörlerin değil aynı zamanda onların ruhsal hastalık oranlarının da dikkate alınması gerekmektedir.

KAYNAKLAR

- Aksoy, Ö. A, (1997), *Atasözleri Sözlüğü*, İnkılap Kitabevi, İstanbul.
- Alatlı, Alev, (1999), *Schrödinger'in Kedisi*, 4. Baskı, Boyut Yayınları, İstanbul.
- Alper, Yusuf, (2001), *Depresyon Psikoterapisi*, Alfa Yayınları, İstanbul.
- Amerikan Psikiyatri Birliği, (2000), *DSM-III-R*. (Çev.: Ertuğrul Köroğlu) 1. Basım, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Arat, Nejla, (1996), *Türkiye'de Kadın Olmak*, Say Yayınları, 2. Basım, İstanbul.
- Arslantürk, Zeki, (2000), *Sosyoloji*, Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Aşkın, Rustem, (1999), *Depresyon El Kitabı* (2.Baskı), Lilly A. Ş. Yayınları, Konya.
- Bottomore, Tom and Nisbet, Robert, (1990), *Sosyolojik Çözümlemenin Tarihi*, Verso Yayınları, Ankara.
- Braudel, Fernand, (1990), *Akdeniz Mekan ve Tarih* (Çev: Necati Erkut), Metis Yayınları, İstanbul.
- Brown, George v.d., (1989), *Social Origins Of Depression*, Cambridge University Press, Cambridge.
- Brown, Lyn Mikel and Gilligan Carol, (1992), *Meeting at Crossroads*, Ballantine Books, New York.
- Bekaroğlu, Mehmet, (1998), "Erkek Akıl", *Cinsiyet ve İktidar*, Akademi Yayınları, İstanbul.
- Cockerham, William C., (1992), *Sociology of Mental Disorder*, Prentice Hall, New Jersey.
- Cole, Stephan, (1999), *Sosyolojik Düşünme Yöntemi*, Vadi Yayınları, Ankara.
- Cüceloğlu, Doğan, (1998), *Yeniden İnsan İnsana*, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Çelikkol, Ahmet, (2001), *Çağdaş İş Yaşamında Ruh Sağlığı*, Alfa Yayınları, İstanbul.
- Demirci, Senai, (1994), *Modern Tıbbın Ötesi*, İnsan Yayınları, İstanbul.
- Deniz, İdris, (1995), "Bir Grup Depresif Hastanın Bazı Ailesel ve Psikososyal Özellikleri Üzerine Bir Araştırma", Karadeniz Teknik Üniv. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tıbbi Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Trabzon.
- DPT, (2001), *Gelir Dağılımının İyileştirilmesi ve Yoksullukla Mücadele Özel İhtisas Komisyonu Raporu*, Ankara.
- DİE, (1996), "Çalışma İstatistikleri", İstatistiklerle Kadın, 1927-1992, DİE Matbaası, Yayın NO:6, Ankara.
- Dilbaz, Nesrin, (1993), "Umutsuzluk Kavramı: Depresyon ve İntiharda Önemi", *Kriz Dergisi*, C: 1, S: 3.
- Dönmez, Ali, (1994), *Eğer Hitler İsteseydi*, Gündoğan Yayınları, Ankara.
- Erdoğan, G., (1999), *Türkiye'de Yoksulluk Boyutu ve Profili*, DİE Araştırmalar Dizisi, DİE.

- Eyuboğlu, İ. Zeki, (2004), *Türk Dilinin Etimoloji Sözlüğü*, Sosyal Yayınları, İstanbul.
- Frankl, E. Victor, (1996), *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*, Öteki Yayınları, Ankara.
- Fromm, Erich, (1998), *Toplumsal Bilinçaltının Araştırılması*, Arıtan Yayınları, İstanbul.
- Greenspan, M.A., (1983), *New Approach o Women Therapy, How Psychotherapy Fails Women and Why They Can Do About It*, Mc.Graw – Hill Book Company.
- Güvenç, Gülden Berkem, (1996), “Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Aile İçi Etkileşime İlişkin Algıları İle Toplumsal Cinsiyet Rolüne İlişkin Tutumları Arasındaki İlişki”, *3 P Dergisi*, C: 4, S: 1.
- Horney, K., (1994), *Psikoanalizde Yeni Yollar*, Öteki Yayınları, Ankara.
- İlkkaracan, İpek, (1998), “Göç, Kadının Ekonomik Konumu ve Karar Mekanizmaları”, *İktisat Dergisi*, Sayı: 377.
- İlnem, Cem; T. Çete ve Diğerleri, (1998), “Şizofreni ve Major Depresyonda Yaşam Olayları ile Bireyin Algıladığı Duygu Dışavurum Düzeyi”, *Düşünen Adam Dergisi*, C: 11, S: 4.
- İnglis, Brian, (1991), *“Tıbbın Hastalığı-IP”*, (Çev.: Senai Demirci), İnkılap Yayınları, İstanbul.
- Jakoby, Russel, (1996), *Belleğini Yitiren Toplum*(Çev.: Hakan Atalay), Ayrıntı Yayınları, İstanbul.
- Kılıç, Cengiz ve ark., (1998), Türkiye Ruh Sağlığı Profili Erişkin Nüfusta Ruhsal Hastalıkların Yaygınlığı, İlişki Faktörler, Yetiyitimi ve Ruh Sağlığı Hizmeti Kullanım Sonuçları, Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Ankara.
- Kottak, C. Phillip, (2002), *Antropoloji*, Ütopya Yayınları, Ankara.
- Küeyl, L. Ve Güleç Cengiz, (1989), Depression in Turkey inn 1980’s: Epidemiological and Clinical Approaches. *Clinic Neuropharmacol* 12 (Suppl. 27).
- Lupton, Deborah, (2002), *Duygusal Yaşantı*, (Çev.: Mustafa Cemal), Ayrıntı Yayınları, İstanbul.
- Mc.Grath, Ellen, (1992), *When Feeling Bad is Good*, Henry Holt. New York.
- Newton, Tim and Jocelyn Handy, (1997), *Stres Atma Yolları*, (Çev.: Ahmet Timur), Ankara.
- Özaydın, Nilüfer ve Ayşe Akın, (1998), *Kadın ve Şiddet*, Sağlık ve Toplum Dergisi, Yıl:8, Sayı: 3-4, 1998.
- Özmen, Mine, (1995), “Yaşlıda Depresyon Dinamikleri”, *Depresyon*, Karadeniz Ruh Sağlığı Yayınları, Trabzon.
- Solomon, Andrew, (2005), *Depresyon Atlası*, Okuyan Us Yayınları, İstanbul.
- Sayar, Kemal, (1991), *Sana Ruhtan Soruyorlar*, İz Yayınları, İstanbul.

Sevimli, Füsün, (1999), Kadın Psikiyatrik Hastalarda Psikoseksüel Gelişim, Evlilik, Gebelik, Emzirme, Doğum Sonrası ve Aile Planlaması Özelliklerinin Genel Popülasyonla Karşılaştırmalı Çalışması, Tıpta Uzmanlık, Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Şahin, Nesrin, (1996), “Akıl Sağlığı İçin Temel Davranış Bilimleri Araştırmaları: Düşünce ve İletişim”, *Türk Psikoloji Bülteni*, C: 2, S: 5.

Şener, Şahnur ve Selahattin Şenol, (1996), “İntihar Girişimi Nedeniyle Başvuran Ergenlerin Değerlendirilmesi ve Kısa Süreli İzlemi”, *3 P Dergisi*, C: 4, S: 2.

Tekelioğlu, Orhan, (2003), *Foucault Sosyolojisi*, Alfa Yayınları, Ankara.

Tolan, Barlas, (1991), *Toplum Bilimlerine Giriş*, Adım Yayınları, Ankara.

Torun, Alev, (1995), “Tükenmişlik, Aile Yapısı ve Sosyal Destek İlişkileri Üzerine Bir İnceleme“, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniv., Sosyal Bilimler Enstitüsü Örgütsel Davranış Anabilim Dalı, İstanbul.

Tuğrul, Ceylan, (1999), “Duygusal Zeka”, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, S: 1.

Tuksal, Hidayet, (2000), Kadın Aleyhtarı Rivayetlerde Ataerkil Geleneğin Tesirleri, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Türk İş Raporu, (2005), *Emek Piyasasında Kadınların Durumu*.

Britchnell, J. And Kenard J., (1983), Marriage and Mental Illness, Br J Psychiatry 134.

UNDP, (2003), İnsani Gelişme Raporu, ”Türkiye Göstergeleri”.

Wadud, Muhsin Amina, (1994), Qur’an and Woman, Kuala Lumpur.

Yıldırım, İbrahim, (1996), “Eşi Dayak Atan Evli Bireylerin Özellikleri”, *3P Dergisi*, C:4, S:2.

Yüksel, Nevzat, (1998), “Dirençli Depresyonların Tedavisi”, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, S: 2.

