

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

SOSYAL YARDIM ALAN KADINLARDA SOSYAL
DESTEĞİN STRESLE BAŞ ETME SÜREÇLERİNE
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nazire YÜKSEK

İstanbul
Ocak-2024

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

SOSYAL YARDIM ALAN KADINLARDA SOSYAL DESTEĞİN
STRESLE BAŞ ETME SÜREÇLERİNE ETKİSİNİN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nazire YÜKSEK

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA

İstanbul
Ocak-2024

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Sosyal Hizmet Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA

Üye Dr. Öğr. Üyesi Kaan SEVİM

Üye Dr. Öğr. Üyesi Hacer Duygu YEŞİLKAYALI

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Sosyal Yardım Alan Kadınlarda Sosyal Desteğin Stresle Baş Etme Süreçlerine Etkisinin İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Nazire YÜKSEK

ÖN SÖZ

Çalışmamda rehberim olan sevgili tez danışmanım Dr. Öğretim Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA'ya, yüksek lisans sürecimde emeği geçen tüm kıymetli hocalarıma, araştırmamın saha çalışmasında yol gösterici olan Sosyal Hizmet Uzmanı Kahraman EROĞLU'na, çalışmamın sahası olmayı kabul eden Şişli Belediyesine, yüksek lisans eğitim sürecinde benden desteğini esirgemeyen kıymetli aileme ve her daim motivasyonumu yükselten beni destekleyen kıymetli dostlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Nazire YÜKSEK

İstanbul-2024



ÖZET
SOSYAL YARDIM ALAN KADINLARDA SOSYAL DESTEĞİN
STRESLE BAŞ ETME SÜREÇLERİNE ETKİSİNİN
İNCELENMESİ
Nazire YÜKSEK

Yüksek Lisans, Sosyal Hizmet

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA

Ocak, 2024 – 109 Sayfa

Kadınların işgücü piyasasındaki konumu, sosyal güvenliğin tasarımı ve kadınların aile içindeki rolleri, kadınların yoksulluğa karşı korunmasız kalmasına katkıda bulunmaktadır. Kadınların yoksulluğu, toplumsal yaşam içerisindeki ve hanelerinde kaynaklara erişmek konusunda sınırlılık yaşadığı, temel ihtiyaçlarını gerektiği gibi karşılayamadığı bir durumdur. Bu açıdan kadınların yoksulluğu önemli bir sorundur. Bu ev idaresi, günlük yaşam sorumlulukları ve geçim derdi durumu, yoksulluk içerisinde bulunan kadınların stres yaşamalarına sebebiyet verebilmektedir. Stres durumunun ekonomik koşullar ile yakından ilişkili olduğu kabul edilmektedir. Bu nedenle stresle başa çıkma yöntemleri, stresi azaltıcı yollar ve tedbirler, yoksul kadınlar açısından büyük bir önem taşıyabilecektir.

Bu araştırmada sosyal yardım almakta olan yoksul durumda bulunan kadınlar bağlamında algılanan sosyal destek ve stresle baş etme konularına odaklanılmıştır. Bu çerçevede sosyal yardım alan kadınlarda algılanan sosyal desteğin stresle baş etme süreçleri ile olan ilişkisinin istatistiksel olarak çeşitli yönleriyle incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca kadınların çeşitli sosyo-demografik özelliklerinin bu değişkenler bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi amaç edinilmiştir. Bu amaçlar doğrultusunda, kesitsel nitelikte bir nicel araştırma kapsamında, anket formları yoluyla İstanbul Şişli Belediyesinden sosyal yardım alan 340 kadın katılımcıdan elde edilen yanıtlar, araştırmanın verilerini oluşturmuştur. Elde edilen veriler SPSS istatistik paket programında analiz edilmiştir.

Araştırmada elde edilen sonuçlar, yardım alan yoksul kadınlar bağlamında stresle baş etme stratejilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri ile önemli bir şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Analiz sonuçları, algılanan sosyal desteğin stresle baş etmede önemli olduğunu ortaya koymuştur. Bu konuda özellikle aileden alınan sosyal desteğin önemli olduğu sonucuna erişilmiştir. Dolayısıyla arkadaşlardan, özel bir kişiden ve özellikle de aileden sosyal destek sağlamanın, yoksul kadınlar bağlamında stresle başa çıkmada etkili başa çıkma stratejisi olabilecektir.

Anahtar Kelimeler: Algılanan Sosyal Destek, Stresle Baş Etme, Sosyal Yardım, Yoksul Kadınlar



ABSTRACT
INVESTIGATION OF THE EFFECT OF SOCIAL SUPPORT ON
THE PROCESSES OF COPING WITH STRESS IN WOMEN
RECEIVING SOCIAL ASSISTANCE

Nazire YÜKSEK

Master, Social Work

Thesis Advisor: Assistant Prof. Dr. Sena ÖKSÜZ POPLATA

January, 2024 – 109 Pages

The position of women in the labor market, the design of social security, and women's roles within the family all contribute to women's vulnerability to poverty. Women's poverty is a situation in which they face limitations in accessing resources within society and their households, and they cannot meet their basic needs adequately. In this regard, women's poverty is a significant issue. Managing household affairs, daily life responsibilities, and economic concerns can lead impoverished women to experience stress. It is acknowledged that stress is closely related to economic conditions. Therefore, coping strategies, stress reduction methods, and precautions can be of great importance for impoverished women.

This research focuses on the perceived social support and coping with stress among women in impoverished conditions who are recipients of social assistance. Within this framework, the aim is to statistically examine various aspects of the relationship between perceived social support and stress coping processes in women receiving social assistance. Additionally, the study seeks to investigate whether women's various socio-demographic characteristics significantly differ in terms of these variables. In pursuit of these objectives, within the scope of a cross-sectional quantitative research design, responses obtained from 340 female participants receiving social assistance from Istanbul Şişli Municipality through survey forms constitute the data for the study. The collected data were analyzed using the SPSS statistical package program.

The results obtained in the research indicate a significant relationship between stress coping strategies and perceived social support levels among impoverished women receiving assistance. The analysis results demonstrate the importance of perceived social support in coping with stress. Specifically, it is found that social support from

family members is particularly significant. Therefore, obtaining social support from friends, a significant other, and especially from family members can be an effective coping strategy for impoverished women.

Keywords: Perceived Social Support, Coping with Stress, Social Assistance, Impoverished Women



İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiv
KISALTMALAR LİSTESİ	xv

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı ve Soruları	3
1.2. Araştırmanın Önemi.....	4
1.3. Varsayımlar	6
1.4. Sınırlılıklar.....	6
1.5. Tanımlar	7

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE.....	8
2.1. Yoksulluk, Kadın Yoksulluğu ve Sosyal Yardım Kavramları	8
2.1.1. Yoksulluk Kavramının Tanımlanması	8
2.1.2. Yoksulluğun Nedenleri ve Sonuçları	10
2.1.3. Kadın Yoksulluğu ve Yol Açtığı Sorunlar	12
2.1.3.1. Sosyal Sorunlar	15
2.1.3.2. Ekonomik Sorunlar.....	16
2.1.3.3. Psikolojik Sorunlar	17
2.1.4. Türkiye’de Kadın Yoksulluğuyla Mücadelede Sosyal Hizmet	18
2.1.5. Sosyal Yardımlar.....	20

2.1.5.1. Sosyal Yardımın Gelişimi ve Amaçları.....	21
2.1.5.2. Sosyal Yardım Türleri	22
2.1.5.3. Yerel Yönetimler ve Sosyal Yardım	24
2.2. Sosyal Destek Kavramı	25
2.2.1. Sosyal Destek Türleri	26
2.2.2. Algılanan Sosyal Destek ve Kaynakları	28
2.3. Stresle Baş Etme Kavramı.....	29
2.3.1. Stres Kavramı	29
2.3.2. Stresle Baş Etme Kavramı	32
2.3.3. Stresle Baş Etmede Sosyal Desteğin Rolü.....	35

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM.....	39
3.1. Araştırmanın Türü.....	39
3.2. Araştırmanın Modeli	39
3.3. Anakütle ve Örneklem	40
3.4. Veri Toplama Yöntemi ve Veri Toplama Araçları	43
3.4.1. Genel Bilgi Formu.....	43
3.4.2. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği.....	43
3.4.3. Stresle Başa Çıkma Ölçeği	44
3.5. Araştırmanın Etik Yönü	44
3.6. Veri Analiz Yöntemi	44

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR	46
4.1. Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	46
4.2. Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Algılanan Sosyal Destek Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	57
4.3. Stresle Baş Etme İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişki	69

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME	70
5.1. Stresle Baş Etme Değişkenine İlişkin Sonuçlar.....	71

5.2. Algılanan Sosyal Destek Değişkenine İlişkin Sonuçlar	72
5.3. Stresle Baş Etme Değişkeni ve Algılanan Sosyal Destek Değişkeni Arasındaki İlişkiye Yönelik Elde Edilen Sonuçlar	74
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	79
KAYNAKÇA.....	84
EKLER.....	105
ÖZ GEÇMİŞ	109



TABLolar LİSTESİ

Tablo 2.1: T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Tarafından Sunulan Sosyal Yardımlar	23
Tablo 3.1: Katılımcılara Ait Bilgiler (n=340)	41
Tablo 3.2: Değişkenlere Ait Tanımlayıcı İstatistikler	44
Tablo 4.1: Yaşa Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması	46
Tablo 4.2: Medeni Duruma Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	47
Tablo 4.3: Eğitim Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması	48
Tablo 4.4: Çocuk Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması	49
Tablo 4.5: Çocuk Sayısına Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	49
Tablo 4.6: Çalışma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	50
Tablo 4.7: Düzenli Çalışma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	50
Tablo 4.8: Eşin Düzenli Çalışma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	51
Tablo 4.9: Gelir Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	51
Tablo 4.10: Konut Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	52
Tablo 4.11: Hanedeki Kişi Sayısına Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	52
Tablo 4.12: Sosyal Güvenceye Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	53

Tablo 4.13: Çocuk Harici Bakım Sorumluluğuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması	54
Tablo 4.14: Bağımlılık Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	54
Tablo 4.15: Psikolojik Duruma Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	55
Tablo 4.16: Fiziksel Sağlık Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	55
Tablo 4.17: Sosyoekonomik Destek Süresine Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	56
Tablo 4.18: Sosyoekonomik Desteğin Sorunları Çözmeye Yardımcı Olma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması.....	56
Tablo 4.19: Aileden Maddi/Manevi Destek Alma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması	57
Tablo 4.20: Yaşa Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	58
Tablo 4.21: Medeni Duruma Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması	59
Tablo 4.22: Eğitim Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	60
Tablo 4.23: Çocuk Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması	60
Tablo 4.24: Çocuk Sayısına Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	61
Tablo 4.25: Çalışma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması..	61
Tablo 4.26: Düzenli Çalışma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	62
Tablo 4.27: Eşin Düzenli Çalışma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	62
Tablo 4.28: Gelir Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması	63
Tablo 4.29: Konut Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	63
Tablo 4.30: Hanedeki Kişi Sayısına Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması	64

Tablo 4.31: Sosyal Güvenceye Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması ...	65
Tablo 4.32: Çocuk Harici Bakım Sorumluluğuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	65
Tablo 4.33: Bağımlılık Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	66
Tablo 4.34: Psikolojik Duruma Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması ..	66
Tablo 4.35: Fiziksel Sağlık Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	67
Tablo 4.36: Sosyoekonomik Destek Süresine Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması.....	67
Tablo 4.37: Sosyoekonomik Desteğin Sorunları Çözmeye Yardımcı Olma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması	68
Tablo 4.38: Aileden Maddi/Manevi Destek Alma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması	68
Tablo 4.39: Değişkenler Arasındaki İlişki	69

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1: Sosyal Destek Kaynakları.....	29
Şekil 2.2: Stresli Olaylara Karşı Tepkilerde Sosyal Desteğin Rolü	37
Şekil 3.1: Araştırma Modeli	40



KISALTMALAR LİSTESİ

- BASW : Britanya Sosyal Hizmet Uzmanları Birliği (British Association of Social Workers)
- IFSW : Uluslararası Sosyal Hizmet Uzmanları Federasyonu (International Federation of Social Workers)
- NASW : Amerika Birleşik Devletleri Ulusal Sosyal Hizmet Uzmanları Birliği (National Association of Social Workers)
- SB : Strese Karşı Tamponlama Modeli (The Stress-Buffering Model)
- UNDP : Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı (United Nations Development Programme)



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Yoksulluk çok boyutlu, göreceli, ölçülmesi zor hem ekonomik hem de ekonomik olmayan gereksinimleri karşılayamayan bir durumdur. Diğer yandan, hastalık, ölüm, doğal afetler ve ekonomik durum üzerinde etkili olan riskler yoksulluk durumunun daha da artmasına neden olmaktadır. Bir başka ifadeyle yoksulluk hem ekonomik hem de sosyal ve manevi açıdan sorun haline gelmektedir. Yoksulluğun temel nedenlerinden biri, artan gelirin kişiyle paylaşılmasında yaşanan adaletsizlik olarak kabul edilmektedir. Günümüzde yoksulluk sorunu, tüm dünyada gelişmişlik düzeyi ne olursa olsun çözülmesi gereken öncelikli bir sorun haline gelmiştir ve bu durum kadınları da derinden etkilemektedir (Yücel, 2017). Toplum, cinsiyete dayalı iş bölümünde kadını sadece ev hanımı, iyi bir anne, iyi bir eş olarak görmekte, iş hayatında ikincil statüye neden olmaktadır. Bazı kadınların bazı işler için uygun görülmemesi, ücret ayrımcılığı, işyerinde farklı muameleye tabi tutulması ve işten çıkarılmaları ve kadınların kayıt dışı sektörlerde çalışması, kapsam dışında kalması gibi konular, insani gelişmenin sağlanamaması ve kadın yoksulluğunun oluşmasındaki en önemli faktörlerdendir (Yücel, 2017). Kadın olduklarından dolayı karşı karşıya kaldıkları toplumsal dezavantajlar ve eşitsizlikler, yoksulluk deneyimlerini erkeklerden farklı biçimlendirmekte, kırılganlıklarını artırmakta ve yoksulluktan kurtulmalarını daha da zor hale getirmektedir. Cinsiyet eşitsizliği ve kadın ile erkeğin rollerindeki farklılıklar, kadınların yoksulluğunun sebepleri, deneyimleri ve sonuçlarını büyük bir oranda etkilemektedir (Bureau of International Information Programs, 2023). Diğer bir ifade ile yoksulluk, toplumsal cinsiyete dayanan bir deneyimdir; bunu ele almak, normların ve değerlerin toplumsal cinsiyet analizini, varlık, iş ve sorumluluk dağılımını ve yoksul hanelerde kadınlar ve erkekler arasındaki güç-kontrol dinamiklerini anlamayı gerektirmektedir (Bureau of International Information Programs, 2023).

Yoksulluk probleminin günümüzde hemen tüm dünya ülkelerinde kadınlar ile özdeşleştirilmesi sebebiyle kadınların yoksulluk, yoksulluğun kadın yaşamının muhtelif alanlarındaki etkisi ve yoksulluğun neden olduğu ekonomik, sosyal, psikolojik sonuçlardan nasıl etkilendiği, bunlarla nasıl mücadele ettiği yönünde içgörüler elde etmek amacıyla yürütülen çalışmalara olan ihtiyaç giderek artış göstermektedir. Çünkü kendisi ve ailesi için yüksek öneme sahip sorumlulukları alan

fakat aynı zamanda toplum içerisinde dezavantajlı bir konumda bulunan kadınlar için ekonomik zorluklar da bir yük olarak yaşama dahil olduğunda kadının yaşamı büyük ölçüde zorlaşabilmektedir (Çamur Duyan, 2010).

Araştırmalar, yoksullukla karşı karşıya olan kadınların orantısız bir travma sonrası stres bozukluğu gibi stres semptomlarının yarattığı psikolojik yüklerle maruz kaldıklarını göstermektedir. Maddi açıdan dezavantajlı konum ve temel ihtiyaçların karşılanmasındaki zorluklar, düşük geliri, yani yoksul durumda olan kadınların çoğu zaman stresli bir yaşam sürdürmesine yol açabilmektedir (Kuruvilla ve Jacob, 2007; Hutton, 2015; Iyela ve Ikwuakam, 2015; Holmes vd., 2021; Jones vd., 2022; Ravi vd., 2023).

Günlük yaşam sorumluluklarının yanı sıra üstlenmek zorunda kaldıkları mali yük, süregelen ücret eşitsizliği ve işin değerinin bilinmemesi, kadınların artan stres düzeylerine katkıda bulunmaktadır. Yoksullukla karşı karşıya kalan kadınların yaşadığı stres sadece maddi kaygılarla sınırlı değil. Yoksulluk aynı zamanda eğitime sınırlı erişime, kötü sağlık sonuçlarına, konut istikrarsızlığına, sınırlı iş olanaklarına, sosyal dışlanmaya ve yoksulluğun nesiller arası aktarımına da yol açabilmektedir. Bu sonuçlar, yoksulluk içindeki kadınların yaşadığı genel strese daha da katkıda bulunmaktadır (UN Women, 2022). Bu bağlamda kadınlar açısından yoksulluğun temel sebeplerini ele almak ve ekonomik fırsatları, sosyal destek sistemlerini ve kaynaklara adil erişimi teşvik eden kapsamlı stratejiler uygulamak bakımından çok önemlidir.

Araştırmalar, çeşitli alanlarda stresle mücadelede sosyal desteğin önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir (Licitra-Kleckler ve Waas, 1993; Skok vd., 2006; Scheidler, 2008; Uyan, 2014; Yılmaz vd., 2015; Özkul ve Var, 2018; Çetinkaya ve Korkmaz, 2019; Kavaklı ve Yalçın, 2019; Drogomyretska vd., 2020; McLeish ve Redshaw, 2021). Ancak, stresle başa çıkma ve sosyal destek ilişkisini, özellikle de yoksulluk bağlamında, yoksul kadınlar açısından ele alan çalışma bakımından literatürde önemli bir sınırlılık bulunduğu görülmektedir. Buradan hareketle, bu araştırmanın temel varsayımı, yoksullukla karşı karşıya kalan kadınların yaşadığı stresle mücadelede çevreden sağlanan sosyal desteğin hayati bir rol oynayabileceğidir. Arkadaşlardan, aileden ve topluluk üyelerinden alınan duygusal destek, stresin olumsuz etkilerine karşı koruyucu bir faktör olarak hareket edebilecektir. Güçlü bir destek sistemine sahip olmak bu koşulların gelişme riskini azaltabilecek, yoksulluğun

meydana getirdiği olumsuz psikolojik ve duygusal etkilerine karşı önemli bir tampon görevi görebilecektir. Bir destek ağına sahip olmak, kadınların duygularını ifade edebilecekleri, endişelerini paylaşabilecekleri ve arkadaşlarından, ailelerinden veya topluluk üyelerinden empati ve anlayış alabilecekleri güvenli bir alan sağlayabilecektir. Bu destekler, yalnızlık ve yabancılaşma duygularını azaltarak yoksullukla bağlantılı günlük stres faktörlerinin bir kısmını hafifletebilecektir. Bu varsayımlardan hareketle bu araştırmada temel olarak stresle başa çıkma ve algılanan sosyal destek olguları, sosyal yardım almakta olan yoksul kadınlar bağlamında ele alınmaktadır. Araştırmanın amacı, soruları, önemi, varsayımları ve sınırlılıklarına ilişkin bilgilere aşağıda yer verilmiştir.

1.1. Araştırmanın Amacı ve Soruları

Araştırmada sosyal yardım alan kadınlarda sosyal desteğin stresle baş etme süreçlerine etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu surette öncelikle sosyal yardım alan kadınların algıladıkları sosyal desteğin alt boyutlarıyla birlikte (özel insan, aile ve arkadaş) ve stresle baş etmenin alt boyutlarıyla birlikte (mantıksal analiz, pozitif değerlendirme, destek arama ve problem çözmeye) istatistiksel olarak incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın diğer bir amacı sosyal yardım alan kadınların çeşitli sosyo-demografik özelliklerinin bu değişkenler bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesidir. Buna ek olarak, algılanan sosyal destek ile stresle baş etme arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Bu amaçlar ışığında, araştırmanın ele aldığı soruları şu şekilde sıralamak mümkündür:

- Sosyal yardım alan kadınların sosyo-demografik özellikleri nelerdir?
- Sosyal yardım alan kadınların algıladıkları sosyal destek düzeyleri nedir?
- Sosyal yardım alan kadınların stresle baş etme düzeyleri nedir?
- Sosyal yardım alan kadınların sosyo-demografik özellikleri ile stresle başa çıkma puanları arasında ilişki var mıdır?
- Sosyal yardım alan kadınların sosyo-demografik özellikleri ile algıladıkları sosyal destek puanları arasında ilişki var mıdır?
- Sosyal yardım alan kadınların, stresle baş etme puanları ile algıladıkları sosyal destek puanları arasında bir ilişki var mıdır?

1.2. Araştırmanın Önemi

Günümüzün küresel dünyası, gelir eşitsizliğinin arttığı ve çoğu kişi için ekonomik güvensizliğin arttığı bir dünyadır (Chen vd., 2005: 8). Bu durum, özellikle toplumun dezavantajlı kesimlerini etkilemektedir. Bunlar içerisinde de kadınların bu durumdan en fazla muzdarip olan grup olduğunu söylemek mümkündür. Bu bağlamda, kadınlar açısından başat sorunlardan biri olarak kabul edilebilecek olan yoksulluk sorununu çeşitli yönlerden ele almak önem arz etmektedir.

Nedenleri her ne olursa olsun yoksulluk, bu durumu yaşamakta olan bireyler için yıkıcı bazı durumlarla sonuçlanabilmektedir. Akademisyenler, devlet kurumları sivil toplum kuruluşları tarafından gerçekleştirilen çalışmalar, yoksulluğun (ve özellikle kadın ve çocuk yoksulluğunun) bireylerin yaşamları ve yaşamsal pek çok alanları üzerindeki etkilerini belgelemiştir (Lindsey, 2009; Moore vd., 2009; Ratcliffe ve McKernan, 2010; Sanders, 2011). Yoksullar, boşanma ve aile içi şiddet de dahil olmak üzere aile sorunları açısından daha büyük risk altındadır. Ailelerin yaşadığı sorunların çoğunun temel nedeni strestir. Yoksul olmayan ailelerde bile ev idaresi strese neden olabilmekteyken, bu durum özellikle yoksul aileler için sorun arz etmektedir. Yoksul kadınlar, yaşadıkları yoksulluktan dolayı daha fazla stres içerisinde bulunmakta ve aile yaşamının olağan stresleri yoksul kadınlarda daha da belirgin ve yoğun hale gelmektedir. Bu durumu daha da karmaşık hale getiren şey, bu sorunlar ortaya çıktığında yoksul kadınların ve ailelerinin bu sorunlarla başa çıkmak için varlıklı ailelere göre daha az kaynağa sahip olmasıdır (University of Minnesota, 2015). Bu bakımdan yoksul kadınlar için ekonomik varlıklardan bağımsız olarak manevi bir yönü olan sosyal destek, strese başa çıkabilmek noktasında önemli bir destek olma potansiyelini taşımaktadır.

Yoksulluk olgusunu toplumsal cinsiyet perspektifinden analiz etmeye yönelik ilginin kökleri uluslararası kadın hareketinden kaynaklanmaktadır ve yoksulluğun erkekleri ve kadınları farklı şekilde etkilediğini kabul etme ihtiyacına dayanmaktadır. Bireylerin yoksulluk yaşama olasılığını artıran veya azaltan cinsiyet faktörlerini, yoksulluğun özelliklerinin kadın ve erkekler için ne kadar farklı olduğunu tespit etmek mümkündür. Dahası, toplumsal cinsiyet perspektifi yoksulluğun kavramsallaştırılmasını geliştirmektedir çünkü yoksulluğun nedenlerine bakmak için tanımlayıcı bir analizin ötesine geçmektedir. Yoksulluğa bir süreç olarak yaklaşarak ona daha dinamik bir bakış açısı kazandırmaktadır. Yoksulluğun toplumsal cinsiyet perspektifinden analizi,

bu olgunun doğasında var olan bir dizi süreci, onun dinamiklerini ve belirli bağlamlardaki özelliklerini anlamaya yardımcı olmaktadır. Cinsiyetleri nedeniyle belirli grupların neden yoksulluktan etkilenme olasılığının daha yüksek olduğunu açıklamaya yardımcı olmaktadır. Yoksulluk konusuna toplumsal cinsiyet perspektifinden yaklaşmanın kavramsal ve metodolojik önemi buradan kaynaklanmaktadır (United Nations, 2004: 9-10).

Yoksulluğu azaltma çabalarında erkeklerden farklı olarak yoksul kadınlara odaklanmak haklı bir sebebe dayanmaktadır; çünkü kadınların ücretli ve ücretsiz çalışmaları yoksul hanelerin hayatta kalması için hayati öneme sahiptir (Bureau of International Information Programs, 2023). Bu bakımdan yoksulluğun meydana getirdiği sonuçlardan daha derin bir biçimde etkilenmekte olan ve yoksulluk sorununun yarattığı stresle baş etme mekanizmalarını da kendi yaşam dinamikleri ve ailesel sorumlulukları çerçevesinde etkili bir biçimde kullanmaya gayret göstermek çabası içerisinde olan kadınların yoksullukla ilişkili ve yoksulluk kaynaklı çeşitli durumlarına spesifik bir biçimde yaklaşmak önem taşımaktadır (Çamur Duyan, 2010: 19).

Araştırmacılar, hissedilen stresin, benzer stres etkenleri yaşayan bireyler arasında farklılık gösterebileceği ve hissedilen stres düzeyinin, bireylerin stres etkeni olayı nasıl tanımladıklarına ve stresi hafifletmek için yeterli kaynağa sahip olup olmadıklarına bağlı olduğu konusunda hemfikirdir (Broussard vd., 2012: 191). Diğer taraftan, düşük geliri ya da gelirden yoksun olan yoksul kadınlar, psikolojik ve fiziksel sağlık bozuklukları yaşama olasılıkları daha yüksek olan savunmasız bir nüfus olarak kabul edilmektedir. Yoksulluk nedeni ile temel ihtiyaçların karşılanmadan yaşamının getirdiği stres fiziksel sağlığı olduğu kadar zihinsel sağlığı da tehlikeye atmaktadır (Mistry vd., 2002; (Broussard vd., 2012: 191). Bu açıdan kadınların karşı karşıya kaldığı yoksulluk yaygın görülen psikolojik sorunlarla ve bozukluklarla güçlü bir şekilde ilişkili olduğu kabul edilmektedir. Özellikle travmatik stres, depresyon ve anksiyete ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Patel vd., 1999: 1461). Kadınlarda yoksulluğa bağlı stres, travmalar ve kaygılar, barınma ve yiyecek gibi temel maddi kaynakların eksikliğinin yanı sıra gıda güvensizliği, izolasyon, mağduriyet, ayrımcılık, şiddete maruz kalma ve damgalanmaya ilişkin kaygıları da içermektedir (Broussard vd., 2012: 192; Francis East ve Roll, 2015: 279).

Algılanan sosyal destek, insani gelişme ve uyumun kritik bir yönünü yansıtan önemli bir psikolojik yapıdır (Procidano ve Smith, 1997: 104) ve stres üzerinde etkili bir faktör olduğu bilinmektedir. Bireysel refah araştırmasının savunucuları, stres durumunun olası zararlı etkilerine karşı arkadaşlardan, iş arkadaşlarından, aileden, komşulardan veya önemli kişilerden sağlanabilen sosyal desteğin tamponlayıcı rolünü vurgulamışlardır (Cohen ve Wills, 1985; Compton ve Hoffman, 2013; Garipey vd., 2016; Dey ve Amponsah, 2020).

Bir kişinin sahip olduğu veya sahip olduğunu algıladığı daha fazla sosyal destek, onun stresli durum üzerinde daha fazla kontrol sahibi olduğunu hissetmesine yardımcı olabilmekte veya olumsuz olayı daha fazla duygusal olarak açığa vurmasına yol açabilmekte, bu da daha sonra ilişkili durumu iyileştirebilmektedir. Bu bakımdan algılanan sosyal destek, bireylerin stresli olayları yeniden değerlendirmelerine yardımcı olan bir faktör olarak teorileştirilmektedir (Cohen vd., 2000; Szkody vd., 2021: 2-3). Dolayısıyla sosyal destek olgusunun algılanışı, bireyin strese yönelik algısı üzerinde etkili olarak stres durumunu daha az tehditkâr bir hale getirmektedir (House, 1987; Yuvakgil, 2017: 24-25).

Bu bakımdan ele alındığında yoksul kadınların yaşadığı stres durumları, stresle başa çıkma yöntemleri ve bunun üzerinde çevrelerinden gördükleri sosyal desteğin önemini ortaya koymanın, literatüre ve sosyal hizmet saha pratiğine dönük katkılar sağlamak açısından önemli bir potansiyel taşıdığı düşünülmektedir.

1.3. Varsayımlar

Araştırma bir nicel araştırma yöntemine dayalı olarak sosyal yardım alan kadınlardan anket formları vasıtasıyla veri toplamıştır. Bu çerçevede katılımcıların anket formlarını okuyarak, anlayarak, herhangi bir baskı ya da etki altında kalmadan dürüst bir şekilde yanıtladıkları varsayılmaktadır.

1.4. Sınırlılıklar

Araştırma kesitsel niteliktedir ve boylamsal bir yön taşımamaktadır. Bu kapsamda araştırma, 2022 yılı Mayıs-Temmuz ayları içerisinde Şişli Belediyesi'nden toplanan veriler ile sınırlıdır. Araştırmanın örnekleme 340 sosyal yardım alan kadın katılımcıdan oluşmakta olup, araştırmada elde edilen istatistiki bulgular, bu bulgulardan yola çıkılarak yapılan değerlendirmeler ve varılan sonuçlar bu örneklemeyle sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Algılanan Sosyal Destek: Bu terim, kişinin sosyal sistemini duygusal, bilgilendirici, arkadaşlık ve somut kaynaklar açısından ne kadar destekleyici olarak algıladığını ifade etmektedir. Dolayısıyla yapı, kişinin yardıma ihtiyaç duyduğunda sosyal ağına ne kadar güvenebileceğini algıladığını yansıtmaktadır. Sosyal desteğin birincil kaynakları aile bireyleri, arkadaşlar ve özel insanlardır (Perasso vd., 2021: 401).

Stresle Baş Etme: Baş etme mekanizması, bir bireyin, stresi ve çatışmayı en aza indirmek ve yönetmek amacıyla kişisel, kişilerarası veya çevresel sorunlarla başa çıkmak için bilinçli olarak kullandığı psikolojik beceriler kümesidir (Honorato-Cia vd., 2020: 752). Stresle baş etme (veya stresle başa çıkma), stresli durumların duygusal, fiziksel ve bilişsel taleplerini yönetme süreci/becerisidir (Khamida vd., 2021: 1586).



İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Çalışmanın bu bölümünde kuramsal çerçeveye yer verilmiştir. Bu kapsamda öncelikle ilk başlıkta yoksulluk, kadın yoksulluğu ve sosyal yardım kavramları çeşitli yönleri ile incelenmiştir. İzleyen başlıkta araştırmanın birinci değişkeni olan algılanan sosyal destek kavramına ilişkin bilgiler sunulmuştur. Son başlıkta ise stresle baş etme kavramına ilişkin kuramsal çerçeve sunulmuştur.

2.1. Yoksulluk, Kadın Yoksulluğu ve Sosyal Yardım Kavramları

Yoksulluk en temelde bir refah eksikliği durumudur. Bireylerin temel yaşam ihtiyaçlarını karşılayacak düzeyde gelire ve kaynaklara sahip olamadıkları bir durumu ifade etmektedir. Kadın yoksulluğu ise bu genel tanımın spesifik bir yansımasıdır çünkü kadınlar toplumsal cinsiyet rolleri, eşitsizlikleri ve ayrımcılığı nedeniyle yoksulluğa daha fazla maruz kalma eğilimindedir. Toplumsal cinsiyet çalışmaları, yoksulluğun cinsiyete dayalı olduğunu, çünkü kadınların ve erkeklerin yoksulluğu farklı şekillerde deneyimlediklerini vurgulamaktadır (Bastos vd., 2009: 765). Sosyal yardımlar ise kadınların bu dezavantajlarını ortadan kaldırmak ya da en azından azaltmak amacını güden sosyal hizmet uygulamalarından biridir. Bu başlık altında yoksulluk kavramı, yoksulluğun nedenleri ve sonuçları, kadın yoksulluğu ve yol açtığı sorunlar, Türkiye’de kadın yoksulluğuyla mücadelede sosyal hizmet ve sosyal yardımlar ele alınmıştır.

2.1.1. Yoksulluk Kavramının Tanımlanması

Yoksulluk, yaşamsal kaynak ve fırsatlardan yoksun olma durumunu ifade etmektedir. Yoksulluk kavramı beslenme, barınma, sağlık, eğitim, giyim, kültür, dinlenme gibi hem manevi hem de maddi insani ihtiyaçlara dayanmaktadır (Aktan ve Vural, 2002: 40). Bir başka tanımlamaya göre yoksulluk, “insana ekonomik, fiziksel ve sosyal kaynakların istenildiği gibi sağlanamamasıdır” (Dumanlı, 1995: 1). Bir diğer tanımda ise yoksulluk, düşük gelir, daha alt statüdeki mahallelerde yaşama, kentsel kaynaklardan yararlanamama, kentsel ötekileşme, yargı, sağlık, eğitim hizmetlerinden tam olarak yararlanamama anlamına gelmektedir (Tekeli, 2000: 145). Yoksulluğun farklı tanımlarının olması, farklı yoksulluk türlerinin oluşmasına yol açmaktadır. Gelir yoksulluğu, asgari yaşam standardına ulaşmak için temel gereksinimlerin karşılanması için gereken asgari gelir seviyesinin altında gelir elde eden kişilerin durumunu ifade

etmektedir (Aktan, 1992: 81). İnsani yoksulluk kavramı, insanın gelişmesi ve insan onuruna yakışır bir biçimde yaşaması için maddi olanakların yanında temel ihtiyaçların karşılanması için de sosyoekonomik ve kültürel olanaklara sahip olunması gerektiği gerçeğine dayanmaktadır (Aktan ve Vural, 2002: 45). Mutlak yoksulluk, insanların hayatlarını sürdürmeleri için gereken beslenme, barınma ve giyim ihtiyaçlarını karşılayabilecek asgari gelir ve harcama düzeyine ulaşamamalarını ifade etmektedir (TÜSİAD, 2000: 96). Amerika Birleşik Devletleri Kalkınma Programı'nın (UNDP) 2000 yılı raporunda göreceli yoksulluk şu şekilde tanımlanıyor; kişinin gıda ihtiyacı dışında giyim, barınma, ısınma, enerji gibi zorunlu ihtiyaçlarını karşılamak için gerekli gelire sahip olmaması (UNDP, 2000: 20). Yoksulluk bu şekilde tanımlandığında, bireyin yoksul olup olmaması yalnızca o kişinin gelirine değil bunun yanı sıra toplumdaki diğer bireylerin gelirine de bağlı olacaktır (Wagle, 2002: 156; Yücel, 2017: 13).

Yoksulluk, refah ve gelir durumu ile birlikte ele alınan ve refahın aksi yönü olarak incelenmeye ve ölçülmeye çalışılan bir kavramdır. Bir düzeyde, gelir düzeyleri, tüketim harcamaları ve konut standartları gibi nesnel sosyal göstergeler ile tutumlar, ihtiyaçlar ve toplumsal koşulların algılanması gibi öznel göstergeler yoksulluk ve eşitsizlik düzeylerini belirlemek için kullanılabilir (May vd., 2000: 21). Başka bir düzeyde yoksulluk, refahın belirleyicileri veya alternatif olarak insanların bu refahın belirleyicilerine erişimi ile kavramsallaştırılabilmekte ve ölçülebilmektedir (Dasgupta ve Wealer, 1992: 119). Başka bir deyişle, sağlık, refah ve insan hakları gibi faktörler refahın belirleyicileridir; barınma, sağlık hizmetleri, eğitim olanakları ve gelirin mevcudiyeti ise refahın bu belirleyicilerine erişimi tanımlayan faktörlerdir. (May vd., 2000: 21) Yoksulluk düzeyi genel olarak, Dünya Bankası'na göre "temel tüketim ihtiyaçları veya bu ihtiyaçları karşılamak için gereken gelir cinsinden ölçülen asgari yaşam standardına ulaşamama" olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle, genel bir tanım ile yoksulluk, "bireylerin, hane halklarının veya tüm toplulukların, sosyal olarak kabul edilir bir asgari hayat standardını karşılayabilmek noktasında yeterli düzeyde kaynaklara sahip olma konusundaki yetersizliklerinin bir yansıması" olarak açıklanabilmektedir (May, 2000: 5; Kehler, 2001: 41).

Bu farklı yaklaşımlar ve kavramlar bir araya gelerek yoksulluğun karmaşıklığını ortaya çıkarmış ve yoksulluğun birçok boyutu ve birçok nedeni olan ve kendisini farklı şekillerde gösteren bir olgu olduğu konusunda daha büyük bir fikir birliğine

varılmasına yardımcı olmuştur. Yoksulluğu tüketimde veya gelirden azalma olarak tanımlayan ve yoksulluk sınırına dayanan parasal yaklaşım şüphesiz en yaygın kullanılan yaklaşımdır. Ancak diğer yaklaşımlar, yoksulluğun tanımlanmasında parasal perspektifin sınırlarını ortaya çıkardığı ve konunun daha kapsamlı anlaşılmasına katkıda bulunduğu ölçüde giderek daha fazla kabul görmeye başlamıştır. Genel ve kapsayıcı bir yaklaşımla yoksulluk, insanların hayatta kalmak, uzun ve sağlıklı bir yaşam sürmek, kendi kültürlerini yeniden üreterek gelecek nesillere aktarmak, sosyal etkileşimde bulunmak, bilgiye erişim ve ifade-ifade özgürlüğünden yararlanmak gibi bazı temel faaliyetlerde bulunmalarını engelleyen kaynak eksikliği olarak yorumlanabilecektir. Bir başka deyişle maddi, maddi olmayan, öznel ve kültürel gereklilikleri kapsayan çok boyutlu ve heterojen bir olgudur. Bu yaklaşıma göre yoksullukla mücadele ise insanların refahlarını iyileştirme kapasitelerinin belirlenmesi ve artırılması çalışmalarını içermektedir (United Nations, 2004: 10).

2.1.2. Yoksulluğun Nedenleri ve Sonuçları

Yoksulluk, çeşitli nedenleri ve sonuçları olabilen karmaşık bir olgu, bir sorundur. Yoksulluğun nedenlerinden bazıları, teşvik edici unsurlar ve kültür tarafından yönlendirilen bireysel davranışlar gibi davranışsal faktörleri, demografik ve işgücü piyasası bağlamı gibi yapısal faktörleri ve politikaya yapıcı güç ve kurumlar gibi politik faktörleri içermektedir (Brady, 2019: 155). Yoksulluğun bireyler ve toplum üzerinde maddi yoksunluk, eğitim ve istihdam fırsatlarına sınırlı erişim, kötü sağlık sonuçları ve sosyal dışlanma gibi olumsuz sonuçları olabilmektedir (Mood ve Jonsson, 2016). Dolayısıyla yoksulluğun nedenleri ve sonuçları çok yönlüdür ve farklı bağlamlara göre değişiklik gösterebilmektedir. Bazı yaygın nedenler ve sonuçları şu şekilde ele almak mümkündür (University of Minnesota, 2015; Marry, 2018; Cliffsnotes, 2023; Lifepersona, 2023):

- **Eğitim eksikliği:** Kaliteli eğitime sınırlı erişim, bireylerin iyi maaşlı işler güvence altına almak için gerekli bilgi ve becerileri edinmelerini engelleyebilmektedir.
- **İşsizlik:** İş fırsatlarının olmaması veya uygun iş bulunamaması yoksulluğa katkıda bulunabilmektedir.
- **Düşük ücretler:** İş için yetersiz ücret, bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılamasını zorlaştırabilmektedir.
- **Ayrımcılık:** Irk, cinsiyet veya engellilik gibi faktörlere dayalı ayrımcılık istihdama, eğitime ve diğer kaynaklara erişimi sınırlayabilmektedir.

- **Sağlık sorunları:** Hastalıklar ve engellilikler bireylerin çalışmasını engelleyebilmekte veya yüksek sağlık harcamalarına yol açarak onları yoksulluğa itebilmektedir.
- **Coğrafi faktörler:** Sınırlı altyapı ve kaynaklara sahip, uzak veya ekonomik açıdan dezavantajlı bölgelerde yaşamak yoksulluğa katkıda bulunabilmektedir.
- **Eğitime sınırlı erişim:** Yoksulluk, kaliteli eğitime erişimi engelleyebilmekte ve nesiller boyunca bir dezavantaj döngüsünün devam etmesine neden olabilmektedir.
- **Kötü sağlık sonuçları:** Yoksulluk, yetersiz beslenme, sağlık hizmetlerine sınırlı erişim ve hastalıklara karşı artan hassasiyetle ilişkilidir.
- **Konut istikrarsızlığı:** Yoksulluk içinde yaşayan bireyler sıklıkla istikrarlı konut bulma konusunda zorluklarla karşı karşıya kalmaktadır ve bu da evsizliğe veya yetersiz yaşam koşullarına yol açmaktadır.
- **Sınırlı iş olanakları:** Yoksulluk istihdam fırsatlarını kısıtlayabilmekte, bireyleri düşük ücretli işlere veya işsizliğe mahkûm edebilmektedir.
- **Sosyal dışlanma:** Yoksulluk, mali kısıtlamalar nedeniyle sosyal izolasyona ve ana akım toplumdaki dışlanmaya yol açabilmektedir.

Yoksulluk, ekonomik ihtiyaçların yanı sıra sosyal ve ahlaki ihtiyaçları da kapsadığı için ekonomik ve sosyolojik bir sorun haline gelmektedir. Türkiye’de ve tüm dünyada uygulanan küreselleşme ve ekonomi politikaları yoksulluğu derinleştirirken, toplumsal eşitsizliği de artırmaktadır ve bu olumsuzluklar en çok kadınları ve çocukları etkilemektedir. Bölgesel farklılıklar, fırsat eşitliğinin sağlanamaması, gelir dağılımındaki eşitsizlik, cinsiyet ayrımcılığı, birbirini takip eden mali krizler, hızlı nüfus artışı, kırsal nüfusun azalması, eğitim düzeyinin düşük olması, yüksek enflasyon gibi faktörler yoksulluğun en önemli sebepleridir (Yücel, 2017: 12).

Yoksulluk genel olarak açlık, barınma eksikliği, okuma yazma bilmeme, yetersiz sağlık bakımı gibi olumsuz durumlar ile sonuçlanmaktadır. Ancak bunların hiçbiri tarafından yoksulluk kavramı tam olarak tanımlanamayacaktır. Diğer bir ifade ile yoksulluk nedenleri ve sonuçları bakımından çok derin bir konudur. Yoksulluğun temel nedenleri arasında düşük gelir; düşük varlıklar (fiziksel veya insan sermayesi); fırsatların eksikliği (olumsuz konum veya diğer nedenlerden dolayı); ve sosyal dışlanma (her zaman olmamakla birlikte sıklıkla etnik azınlıklarla ilişkilendirilir) gibi faktörler yer almaktadır. Yoksulluğun en kötü biçimleri gelir yoksulluğu, varlık yoksulluğu, fırsat yoksulluğu ve erişim yoksulluğu unsurlarının tamamının birleştiği

yoksulluktur. Buna göre koşullu yoksulluk ile yapısal yoksulluk arasında bir ayrım yapılması gerekmektedir. Koşullu yoksulluk, belirli bir olumsuz olayın (örneğin, gıda veya yakıt fiyatlarında keskin bir artış, doğal afet gibi) sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Koşullu yoksulluk doğası gereği geçicidir (her ne kadar bu olay hane halklarının kalıcı yoksulluğa düşmesine neden olsa da) ve olumsuz olay sona erdiğinde, geçici fedakarlıklar ve ayarlamalar ihtiyacı nedeniyle telafisi mümkün olmayan bir maliyetle de olsa, tersine çevrilebilmektedir. Koşullu yoksulluğa yönelik uygun politika tepkisi, olumsuz olayın etkilerini ele almak ve etkilenen bölgedeki genel ekonomik aktiviteyi ve büyümeyi teşvik etmektir. Yapısal yoksulluk ise bunun aksine, ülkenin ekonomik, sosyal ve politik dokusunda derin köklere sahiptir ve hiçbir genel ekonomik teşvik veya yatırım politikası bunu ortadan kaldırmayı başaramayabilecektir (McFerson, 2010: 51).

2.1.3. Kadın Yoksulluğu ve Yol Açtığı Sorunlar

Kadın yoksulluğu; cinsiyet ayrımcılığı, eğitim ve istihdam olanaklarına eşit erişimde eşitsizlik, ücretsiz bakım işi gibi çeşitli faktörler nedeniyle kadınların erkeklere göre daha yüksek oranda yoksulluk yaşaması durumunu ifade etmektedir (Swigonski, 1996).

Yoksul kadınlar homojen bir grup değildir; farklı marjinal ve savunmasız gruplardan kadınları içermektedir. Muhtelif toplumlarda muhtelif sınıflara dahil olan yoksul kadınlar düşük sosyo-ekonomik statü gibi farklı ayrımcılık, şiddet ve sosyal dışlanma türleriyle de karşı karşıya kalmaktadır. Uygulamada, yoksulluk içindeki kadınlar zorunlu olarak kesişen ayrımcılığın kurbanlarıdır; bunlardan biri cinsiyet, diğeri ise sosyo-ekonomik dezavantajlı konum veya yoksulluktur (Equinet, 2020: 4).

Herhangi bir toplumdaki dezavantajlı konum, kadınların kaynaklara ve fırsatlara eşitsiz erişimini de tanımlayan sınıf, ırk ve cinsiyet temelli sosyal kaynaklara ve fırsatlara erişim ilişkilerine dayanmaktadır. Bu bağlamda sınıf, mal ve hizmetlerin üretimi, değişimi, dağıtımı ve tüketiminin yanı sıra kaynaklara erişime dayanan sosyal ilişkiler olarak anlaşılmalıdır (Bradley, 1998). Cinsiyet kavramı, biyolojik cinsiyetten öte, toplumdaki kadın ve erkek arasındaki etkileşimlerle ilgili sosyal ve kültürel inançları tanımladığı için sosyal rolleri, tutumları ve beklentileri içermektedir. Başka bir deyişle toplumsal cinsiyet hem cinsiyete dayalı iş bölümünü hem de kadınlık ve erkekliğe ilişkin kültürel tanımları ve atıfları kapsamaktadır (Bradley, 1998: 22).

Dolayısıyla cinsiyetin statik kavramlar değil, toplumdaki sosyal, ekonomik ve politik rol ve işlevleri tanımlayan ilişkiyel kavramlar olduğu ileri sürülebilecektir. Zaman içinde değişime tabi oldukları gibi, onları tanımlayan sosyoekonomik ve politik çevredeki değişimden de etkilenmektedir. Kadınların toplumdaki konumunun hem ücretli istihdama erişimleri, rolleri ve statüleri, hem de üreme ve ev içi rollerine atfedilen statü tarafından belirlendiği bilinen bir gerçektir (Hakim, 1996: 5). Ancak toplumsal rol ve sorumlulukların cinsiyete dayalı tanımı, kadınların her iki alanda da yaşadığı eşitsizliğin temelini oluşturmaktadır. Hâkim kültürel ve sosyal normlar, kadınları toplumun daha az “değerli” üyeleri olarak görmekte ve bu, yalnızca günlük olarak deneyimledikleri tutum ve davranışlara değil, aynı zamanda politika oluşturma ve yasama yapılarına da yansımaktadır. Toplum ve kültür, kadınların sosyal rolünü öncelikle “bakım veren” rolü ile ilişkiyel olarak tanımlarken, erkekler “ekmeği kazananlar” olarak kabul edilmekte tanımlanmaktadır. Bu durum kadınları istihdam piyasasında dezavantajlı duruma getirmektedir. Kadınlar işgücünde en savunmasız kesim olduğundan, işten çıkarmalar, ayrımcılıklar erkek meslektaşlarından çok daha önce onları etkileyecektir. Bu durum, kadınların sosyo-ekonomik olarak güçlendirilmesi ve yükseltilmesi yerine, yoksullaştırılması anlamına gelmektedir (Kehler, 2001: 43-44).

Kadın yoksulluğu, en başta kadınların sağlıklı ve yaşanabilir bir hayat sürdürebilmeleri için gerekli olan temel ihtiyaçlara erişimlerini ciddi şekilde sınırlayan bir sorun olabilmektedir. Temel ihtiyaçlar arasında yiyecek ihtiyaçları, içme ihtiyaçları, güvenlik ihtiyaçları yer almakta olup ayrıca çeşitli sağlık olanakları, çevre temizliği, konut ve barınma ihtiyaçları, eğitim ve bilgi edinme ihtiyaçları da bulunmaktadır. Bu temel ihtiyaçlara erişim sorunları, kadınların yoksulluğunun daha da derinleşmesine ve yaşam koşullarının kötüleşmesine yol açabilmektedir (Gani, 2021: 1034).

Yoksulluğun yapısal nedenlerine ilişkin tartışma esas olarak kadınların hane içindeki, işgücü piyasasındaki ve refah devleti kurumlarındaki dezavantajlarına odaklanmıştır (Ruspini, 2000; Pressman, 2003). İnsan sermayesi teorileri, üretkenlik ve bireysel kazançlarda farklı sonuçlara yol açan insan sermayesine (eğitim, mesleki eğitim ve mesleki deneyime) yatırım konusunda kadın ve erkek arasındaki uçurumu vurgulamaktadır. Her iki eş arasındaki cinsiyete dayalı iş bölümünü açıklayan hane halkı içindeki karar alma, gelecekteki beklenen kazanç beklentileri ile yatırımla ilgili bireysel maliyetlerin karşılaştırılmasına ilişkin rasyonel kriterlere dayanmaktadır.

Kazanımları en üst düzeye çıkarmaya yönelik bireysel rasyonel davranış, erkeklerin profesyonel yaşamları için beşerî sermayeye yatırım yapmalarına yol açarken, kadınlar aile/ev içi faaliyetlere yatırıma öncelik vermektedir (Becker, 1993; Blau vd., 2006; Ehrenberg ve Smith, 2006). Bu mantık, güvencesiz işlerde ve işsizlikte aşırı temsilin yanı sıra cinsiyet ayrımcılığı (Prieto-Rodriguez ve Rodriguez-Gutiérrez, 2003), ücret farkı ve maddi yoksunluğa daha fazla maruz kalma gibi olumsuz koşulları beraberinde getirmektedir. Sonuç olarak, daha az talepkâr, düşük ücretli, yarı zamanlı veya geçici işler toplumsal olarak kadınların tercihleri ve yaşam tarzları için “daha uygun” olarak inşa edilmektedir (Bastos vd., 2009: 765).

Kadınların yoksulluğu, geleneksel stereotipler ve önyargılardan kaynaklanan güçlü eğitimsel ve mesleki yatay ve dikey cinsiyet ayrımcılığı ve kadınlar arasında bakım ve ev içi sorumlulukların eşit olmayan paylaşımı nedeniyle işgücü piyasasındaki genellikle istikrarsız konumları da dahil olmak üzere birbiriyle ilişkili bir dizi faktörden kaynaklanmaktadır. Çoğunluğu kadınlar tarafından yapılan işlerde (örneğin eğitim, sağlık, gastronomi, temizlik veya ev işleri alanlarında) dahi daha düşük ücret alınmasına yol açan, cinsiyetler arası ücret farkı ve buna bağlı emeklilik maaşı farkı, yeterli, sosyal dışlanma, ayrımcılık ve kadına yönelik şiddet ortaya çıkmaktadır. Bu durum, savunmasız durumdaki veya yoksulluk içinde yaşama olasılığı daha yüksek olan hassas gruplara mensup kadınlar için (örneğin, düşük emekli maaşı alan yaşlı kadınlar, tek ebeveyn (anneli) aileler, engelli kadınlar, göçmen kökenli veya etnik azınlıklardan kadınlar) daha da kötüleşmektedir (Oxfam International, 2018). Düşük sosyo-ekonomik statüye sahip kadınlar, kırsal kesimdeki kadınlar ve güvencesiz işlerde çalışan kadınlar (bakım sektörü gibi), mevsimlik işçiler (turizm, tarım gibi) gibi gruplarda yoksulluk daha yüksektir. Benzer şekilde, engelli kadınlar için yoksulluk riski, engelli erkeklere veya engelli olmayan kadınlara göre daha yüksektir. Toplumlarda hala güçlü toplumsal cinsiyet stereotipleri, toplumsal cinsiyet hiyerarşileri ve toplumsal cinsiyet eşitsizlikleri mevcut olup bu durum kadınların işgücü piyasasına, siyasete veya karar alma süreçlerine erkeklerle aynı şekilde katılmasını zorlaştırmaktadır. Kadınlar, aynı işi yapsalar ve aynı niteliklere sahip olsalar bile ekonominin çoğu sektöründe genel olarak daha az ücret almaktadır. Ayrıca, yoksulluk içindeki kadınlar gibi savunmasız durumdaki kadınlar da diğer kadınlara göre işyerinde cinsel tacizin yanı sıra aile içi şiddete de daha sık maruz kalmaktadır (Equinet, 2020: 6-7).

Yoksulluk, aile içi şiddeti de körükleyen bir faktör olarak görülebilmektedir (Purvin, 2007). Yoksulluk ve zor maddi koşulların aile içindeki şiddeti hem ürettiği hem de güçlendirdiğini söylemek mümkündür (Pain, 2014). Bu açıdan yoksulluk gerçeği, düşük gelirli, istismara uğrayan kadınların karşılaştığı bir başka zorluktur. Şiddete maruz kalan kadınların çoğu, çoğu zaman maddi imkanları olmadığı için içinde buldukları durumdan asla kaçamamaktadır. Bazı kadınlar yoksulluktan ve bağımlı olmaktan asla kurtulamayacakları bir döngünün içinde kalmaktadır. Bu durum, kadınların genel olarak düşük eğitim seviyesine sahip olması, istihdam olanağını önemli seviyede azaltması ve yoksulluk durumunu pekiştirmesi gerçeğiyle daha da kötüleşmektedir. Düşük gelirli ailelerin aile içi çalkantılara ve buna eşlik eden strese maruz kalma olasılıkları önemli ölçüde daha yüksektir. Bazı kadınlar, yalnızca temel ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için erkekleri hayatlarında tutmaktadır. Bu bakımdan yoksulluğun istismar ile karşı karşıya olan kadınlar için ekstra bir yük oluşturduğu açıktır (Bassuk vd., 2006; Pyles, 2007; Savaş ve Ağrıdağ, 2011). Bazı erkekler, kadın partnerlerinin iş sahibi olmasından dolayı kendilerini tehdit altında hissetmektedir; çünkü bu, artık kendilerine ihtiyaç duyulmayacağı anlamına gelebilmektedir. Çalışan kadınlar için de genel olarak ekonomik durumlar istikrarsızdır. Uzun çalışma saatleri, ayrımcılık, baskı ve düşük ücretler, istismara uğrayan kadının varlığının bir parçasını oluşturmaktadır (Choi ve Ting, 2008). Yoksulluk içinde sıkışıp kalan bazı kadınlar, istismarcı ilişkiler döngüsüne uygun olarak düşük ücretli işler ile sosyal yardım arasında gidip gelmektedir. Yoksulluk ve istismar arasındaki bu simbiyotik ilişki çoğu zaman kadınların finansal, sosyal, fiziksel ve duygusal olarak zor durumda bırakmaktadır (Bell, 2003; Slabbert, 2016: 2).

2.1.3.1. Sosyal Sorunlar

Gelir bakımından dezavantajlı bir konumda bulunan yoksul kadınlar, işsizlik, düşük düzeyde sosyal destek, aile içi şiddet, ayrımcılık, dışlanma, ayrılık veya boşanma gibi sosyal sorunları yaşama olasılıkları daha yüksektir (Turner, 2007).

Dahası, yoksulluk, yoksunluk ve ekonomik eşitsizlik kadınlar açısından eşitsizlikleri yansıtmaya devam ederken, aynı zamanda toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini ve cinsiyetçi bakış açısını da güçlendirmektedir. Bu durum da kadınları sosyal açıdan dezavantajlı bir konuma getirmektedir (Bentley, 2004: 247).

Yoksulluğun ilişkisel doğası aynı zamanda sosyal dışlanma literatürünün merkezinde yer almaktadır. Literatür, yoksulluğu çoklu dezavantajlar içerisinde yerleştirmektedir. Yoksul olmak, topluma başkalarıyla eşit şartlarda katılamamak ve bu nedenle uzun vadede diğer vatandaşlar tarafından dışlanmak veya ekonomik kaynakların eksikliği nedeniyle sosyal ve sivil hayattan çekilmekle ilgilidir. Tipik olarak buna eşlik eden utançla ve onlar gibi bir hayat yaşayamamanın kötü hissettirmesi ile birleşebilmektedir. Ekonomik sıkıntı yaşam standardını, tüketim kalıplarını ve boş zaman aktivitelerini etkilemektedir ve bu doğrudan veya dolaylı olarak arkadaş veya tanıdık edinme veya sürdürme olasılığını da azaltmaktadır. Yani sıradan bir sosyal hayat yaşayamamak, sosyal ağları, sosyal ilişkileri ve sosyal katılımı olumsuz etkilemektedir (Mood ve Jonsson, 2016: 640).

2.1.3.2. Ekonomik Sorunlar

Kadınların ve erkeklerin iş, girişimcilik ve istihdam piyasasında yer alma konusunda farklı deneyimleri vardır, çünkü çoğu kültürde cinsiyete dayalı iş bölümü, erkekler için ev dışında ücretli işlere, kadınlar için de evdeki ücretsiz işlere rol biçmektedir. Sonuç olarak, kadınların ücretli çalışmaları, istihdam piyasasında yer almaları ev içi sorumluluklar nedeniyle kısıtlanmaktadır. Kadınlar bu nedenle ya yarı zamanlı çalışmakta ya evde çalışarak ücretli ve ücretsiz işleri birleştirmekte ya da tamamen istihdam piyasasının dışında kalmakta ve gelirden yoksun bir pozisyona düşmektedir (Feiner ve Barker, 2006: 2).

Kadınların yoksulluğu günlük yaşamın ekonomik ilişkili pek çok alanında, temel ihtiyaçların dahi giderilmesinde sorunlar teşkil etmektedir. Örneğin kaliteli, uygun yaşam olanakları sunan konutlara erişimin kısıtlı olması yoksulluğun bir sonucudur. Mali kırılganlık, yaşama yeri seçimini ve dolayısıyla aile desteğinin, düşük gelirli kadınlar için iyi konutların, iyi işlerin ve çocuklar için okulların kullanılabilirliğini sınırlamaktadır. Bu durum özellikle boşanmış ya da eşini kaybetmiş olan ve bir biçimde çocukların sorumluluğunu kendi başına üstlenmiş kadınlar için sorunludur. Düşük gelirli ve çocuklu ailelerde bütçeleden genellikle kadınlar sorumludur ve bu durum kötü sağlık ve düşük moralle ilişkilendirilmektedir. Anneler genellikle yiyecek, giyecek ve ısınmadan mahrum kalarak ailelerini yoksulluktan korumaya çalışmaktadır. Ekonomik açıdan zor durumda olan kadınlar, kiralarını ödemekte zorlanabilmekte, hatta kira borçlarını ödemek için yüksek faizli kredileri veya kapıda

ödemeli kredileri kabul etmek zorunda kalabilmektedir (Women's Budget Group, 2018: 5).

2.1.3.3. Psikolojik Sorunlar

Düşük gelirli kadınlar, mevcut mali durumlarından kimi veya neyi suçlayacakları sorusuna cevap vermeye çalışarak, yoksulluklarını bir biçimde anlamlandırmak için kendi nedensel yapılarını (örneğin kader inancı gibi) inşa etmektedir (Bulman ve Wortman 1977). Bu, travmatik yaşam olaylarında anlam bulmaya ilişkin bir çabadır. "Neden ben?" gibi çoğu zaman cevapsız bir sorundan kaçınmanın ya da bir anlama sığınmanın bir yoludur. Öte yandan, yoksulluğa yönelik olarak yaşamın muhtelif alanlarında hissedilen dezavantajlı ve olumsuz konum, bir biçimde ekonomik, sosyolojik olduğu kadar psikolojik sonuçlar da doğurmaktadır. Kadınların kendi hayatı üzerinde kontrol eksikliği hissine, zihinsel sağlığın ve sosyal ilişkilerin bozulmasına ve bunun sonucunda kendini yoksulluktan kurtarmak için gerekli davranışlarda bulunmamasına yol açabilmektedir. Bu da psikolojik semptomları derinleştirebilmektedir (Mickelson ve Hazlett, 2014: 320).

Düşük gelirli ya da gelirden yoksun olan yoksul kadınlar, böyle bir durum içerisinde bulunmayan emsallerine göre zihinsel ve fiziksel sağlık bozuklukları yaşama olasılıkları daha yüksek olan savunmasız bir nüfustur. Yoksulluk durumunda, temel ihtiyaçların karşılanmadan yaşamının getirdiği stres fiziksel sağlığı olduğu kadar zihinsel sağlığı da tehlikeye atmaktadır. Yoksulluğa bağlı stres zaman içerisinde birikmekte ve zamanla uzayan çeşitli stres tepkilerine yol açabilmektedir. Stres etkenleri kronik, şiddetli ve uzun süreli olma eğilimindedir (Mistry vd., 2002; Broussard vd., 2012: 191).

Ailedeki stres düzeylerinin ekonomik koşullarla ilişkili olduğu gösterilmiştir. Yoksul aileler orta sınıf ailelere göre çok daha fazla stres yaşamaktadır. Mali belirsizliğin yanı sıra, bu ailelerin hastalık, depresyon, ev tahliyesi, iş kaybı, suç mağduriyeti dahil olmak üzere bir dizi olumsuz olaya ve duruma maruz kalma olasılıkları daha yüksektir. Ekonomik açıdan zor zamanlar geçiren ebeveynler stres altında olduklarından örneğin aşırı derecede cezalandırıcı ve kararsız davranabilmekte; hakaret, tehdit ve fiziksel cezalarla desteklenen taleplerde bulunabilmektedir. Dolayısıyla yoksul aileler ve bireyler için stres, olumsuz sonuçlar doğuran etmenlerle ilişkilidir (Cliffsnotes, 2023). Bu açıdan kadınların karşı karşıya kaldığı yoksulluk yaygın görülen psikolojik

sorunlarla ve bozukluklarla güçlü bir şekilde ilişkili olduğu kabul edilmektedir. Özellikle travmatik stres, depresyon ve anksiyete ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Patel vd., 1999: 1461).

Kadınlarda yoksulluğa bağlı stres, travmalar ve kaygılar, barınma ve yiyecek gibi temel maddi kaynakların eksikliğinin yanı sıra gıda güvensizliği, izolasyon, mağduriyet, ayrımcılık, şiddete maruz kalma ve damgalanmaya ilişkin kaygıları da içermektedir (Broussard vd., 2012: 192; Francis East ve Roll, 2015: 279).

2.1.4. Türkiye’de Kadın Yoksulluğuyla Mücadelede Sosyal Hizmet

Bütün sanayileşmiş ülkeler, hane halkı kaynaklarına bir pay bırakan ve/veya geliri yüksek gelimli ailelerden düşük gelimli ailelere doğru yeniden dağıtan kamu politikalarını yürürlüğe koymuş olsa da gerçek uygulamada hemen hiçbir gelir yoksulluğunu tamamen ortadan kaldıramamıştır. Bu durum özellikle gelişmekte olan ülkelerde biraz daha derinleşmektedir (Gornick ve Jäntti, 2010: 2).

Yoksullukla mücadele ve toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması, ekonomik planlama ve kalkınma planlamasının büyük ölçüde yeniden yönlendirilmesini gerektirmektedir. Hükümetler ve onların uluslararası kalkınma ortakları, bu çabalarda hiçbir kestirme yol olmadığını kabul etmelidir. Ekonomik büyüme, sosyal politikalarla desteklense bile, çalışan yoksulların geçimini sağlamak için ihtiyaç duyulan güvenli, korumalı istihdamı teşvik etmekte çoğunlukla başarısız olmaktadır. Kendilerini yoksulluktan kurtarmaya yetecek bir gelir elde etmek gayesinde olan kadınların ücretli işgücüne girişi, toplumsal cinsiyet eşitliğini iyileştirmek için gereken ekonomik güvenliği sağlamak noktasında önemli olsa da önceki kısımlarda söz edilmiş olduğu gibi istihdam piyasasında yer alan kadınların da kadın olmalarından dolayı cinsiyet eşitsizliğinin öne çıkardığı pek çok dezavantajlı durumu söz konusudur. Bu durum, çalışmayan yoksul kadınlar kadar, çalışan yoksul kadınlar için de yeni ve daha iyi istihdam fırsatlarının ve olanaklarının yaratılmasını acil bir öncelik haline getirmektedir (Chen vd., 2005: 13).

Sosyal bilimler, kişiler, gruplar ve toplumsal hayatın pek çok yönüyle alakalı olarak hemen tüm konularda su götürmez bir etki alanına sahip olarak kabul edilmektedir. Yoksulluk konusu kavramsal bağlamda toplumlar tarafından üretilen bir yaşam pratiği olarak hem teorik hem de pratik yönler arz etmektedir. Bu bakımdan sosyal bilimler alanında çalışmalar yürüten araştırmacıların alanına dahil olan ve nesnelleştirilen diğer

kavramlar gibi yoksulluk da önemli bir çalışma alanını oluşturmaktadır. Sosyal hizmet, bir disiplin ve bir meslek olarak yoksulluk ile kurulan ilişki açısından bireyler, gruplar ve toplumların refahı üzerinde etki gösteren önemli bir alan olarak kabul görmektedir (Canbulut, 2017: 114).

2828 Sayılı Sosyal Hizmetler Kanunu'nda "kişi ve ailelerin kendi bünye ve çevre şartlarından doğan veya kontrolleri dışında oluşan maddi, manevi ve sosyal yoksunluklarının giderilmesine ve ihtiyaçlarının karşılanmasına, sosyal sorunlarının önlenmesi ve çözümlenmesine yardımcı olunmasını ve hayat standartlarının iyileştirilmesi ve yükseltilmesini amaçlayan sistemli ve programlı hizmetler bütünü" olarak tanımlanmıştır (Mevzuat Bilgi Sistemi, 2023a). Dolayısıyla sosyal hizmetin temel hizmet alanlarından biri toplum içerisindeki bireylerin yaşam standartlarının yükseltilmesi noktasında yoksunluk ve yoksulluklarının giderilmesi olarak ele alınabilecektir.

Yoksulluk kavramı ve yoksulluk içerisinde olan bireyler ve gruplar, mesleğin ilk zamanlarından bu yana sosyal hizmet mesleğiyle yakından ilişkili olarak ele alınmıştır. Yoksulluk sosyal hizmet disiplinin ve mesleğinin adeta merkezi ve birbirinden ayrılmaz konularından biri olagelmıştır. Teorik olarak sosyal hizmetin alanına giren yoksulluk, pratik açıdan da sosyal hizmet profesyonellerinin bir çalışma alanıdır (Feldman, 2019). Dünya genelinde pek çok farklı ülkelerde sosyal hizmet profesyonelleri yoksul bireylere ve gruplara maddi ve gayri maddi destekler sağlama görevini içeren uygulamaların içerisinde bulunmaktadır (Krumer-Nevo ve Komem, 2015). Maddi açıdan sosyal hizmet profesyonelleri müracaatçıların hakları, sosyal yardımlar, sağlık hizmetleri, bakım hizmetleri gibi konularda destek sunmaktadır. Gayri maddi olarak ele alınabilecek duygusal, psikolojik ya da manevi destekler ise yine müracaatçılara yoksulluğun sebebiyet verdiği durumları hafifletmek amacını gütmektedir (Lavee ve Strier, 2018). Bu bakımdan sosyal hizmet bir disiplin ve meslek olarak, hizmet veren taraf olarak sosyal hizmet profesyonelleri ile hizmet alan taraf olarak yoksul kesimler arasında yakın bir ilişkisel/ etkileşimsel uygulama alanı tesis etmektedir (Aca, 2021: 440).

19. yüzyılın sonundan bu yana, sosyal hizmet mesleği yoksulluk sorunuyla baş etme konusunda uzun vadeli bir kararlılığa sahip olduğunu dile getirmiştir. Amerika Birleşik Devletleri Ulusal Sosyal Hizmet Uzmanları Birliği (National Association of Social Workers-NASW) ve Britanya Sosyal Hizmet Uzmanları Birliği (British

Association of Social Workers-BASW) mesleki etik kuralları, Uluslararası Sosyal Hizmet Uzmanları Federasyonu (International Federation of Social Workers-IFSW) tarafından yayınlanan Uluslararası Standartlarda ifade edildiği şekliyle mesleğin öz tanımı içerisinde yoksulluk içinde yaşayanlara yardım etme konusunda özel bir kararlılığa ek olarak, yoksulluğun azaltılmasında sosyal hizmetin rolüne ilişkin net ifadeler bulunmaktadır (Hare, 2004). Dünya genelinde yoksulluk içinde yaşayan insanlar, sosyal hizmet uzmanlarının müracaatçılarının büyük bir bölümünü oluşturmaktadır (Hokenstad vd., 1992; Healy, 2001). Her ne kadar yoksulluk onların açık sorunu olmasa da müracaatçıların sosyal hizmetlere yönelmelerinin veya yönlendirilmelerinin nedeninin genellikle budur (Waldegrave, 2005; Krumer-Nevo vd., 2009: 225).

Sosyal hizmet uzmanları kadınların yoksulluğuyla mücadelede hayati bir rol oynamaktadır. Kadınların temel ihtiyaçlarını karşılamalarına ve yaşam kalitelerini artırmalarına yardımcı olmak için danışmanlık, çocuk bakımı ve maddi yardım gibi destek hizmetleri sunmaktadır. Sosyal hizmet profesyonelleri, kadınlara eğitim, iş ve karar alma alanlarında daha fazla fırsat tanınmasını teşvik ederek yoksulluğun ön saflarında yer alan kadınlarla birlikte ve onların yaşamını daha iyi hale getirmeye yönelik olarak çalışmaktadır (Muchiri ve Nzisabira, 2020: 1).

2.1.5. Sosyal Yardımlar

Sosyal yardım, hiçbir karşılık beklemeक्सizin gereksinimini bulunan bireylere ve gruplara kamu kurumları ve kuruluşlarca yapılan aynî veya nakdî yardımdır. Bu yardım ile geliri kendisi, aile veya bakmak ile yükümlü bulunduğu diğer bireyleri geçinmek konusunda yetersiz kalan, muhtelif sebeplerden ötürü kazanç sağlayamayan bireyleri asgari yaşam standartları sağlanması amaçlanmaktadır. Bu surette sosyal yardımların gerçekleştirilmesiyle temel gereksinimlerin giderilmesi, varlıkların güvenceye alınması ve muhtaç durumdaki kişilerin yaşamını iyileştirme olanağı sunulmaya çalışılmaktadır (Türkoğlu, 2013: 280).

Sosyal hizmet desteği alan bireylerin ve ailelerin çoğu yoksuldur ve gelirlerinin tamamı veya bir kısmı sosyal yardımlara bağımlıdır (Becker, 1997). İnsanları sosyal hizmetin sunduğu hizmetler ile temasa geçiren nedenlerin çoğu esasında mali ve maddi durumlarıyla ilgilidir. Bakım, destek ve rehberliğe olan ihtiyaçları genellikle nakit ve aynı kaynak eksikliğinden kaynaklanmaktadır (Davis ve Wainwright, 2005: 260). Bu

noktada sosyal yardımlar, bireylerin ve grupların bu yöndeki ihtiyaçlarını karşılamak ve içerisinde buldukları dezavantajı azaltmak amacını gütmektedir.

Sosyal yardımların taşıdığı temel fonksiyon hiç şüphesiz yoksulluk sorununun azaltılması, engellenmesi ve zamanla tamamıyla ortadan kaldırılmasıdır (Barrientos, 2013: 45). Bireylerin ve grupların temel gereksinimlerinin karşılanması suretiyle günlük yaşamsal aktivitelerinin normal bir biçimde devam ettirilebilmesi noktasında destek olunması gayesi, sosyal yardımların temelinde yer alan ana amaçtır. Elbette bu gereksinimler her şeyden önce gıda temini, barınma, giyinme, ısınma gibi en temel gereksinimlerdir. Ancak daha sonra toplumun yoksul olmayan diğer kesimlerinin sahip olduğu haklar, kaynaklar, fırsatlar konusunda eşitlik yaratmaya yardımcı olmak amacı da söz konusudur. Fakat çoğu zaman sosyal yardımlar temel gereksinimleri karşılamak noktasında kalmaktadır (Ceren ve Erdem, 2018: 9).

2.1.5.1. Sosyal Yardımın Gelişimi ve Amaçları

Sosyal yardımlar, temel olarak toplumların bulunduğu hemen her yerde insanlık tarihiyle birlikte gelişim göstermiş olan derin bir olgudur. Sosyal yardımlar, toplum tarafından devletlerin üstlenmesi gerekli olan bir sorumluluk olarak kabul edilse de toplumsal niteliği göz önünde bulundurulduğunda esasında toplum içerisinde yer alan tüm kesimleri yakından ilgilendiren ve sorumlulukları, bilinçleri dahiline girmesi gerekli olan sosyolojik bir gerçekliktir (Öztürk ve Öztürk, 2010: 183; (Ceren ve Erdem, 2018: 9).

Yoksulluk ve eşitsizliğe yönelik akademik araştırma ilgisi 1960'lar ve 1970'ler boyunca artmıştır. 1970'lerin başlarında, zor durumdaki bireylere ve ailelere toplum temelli bir müdahale sağlamaya odaklanan yerel yönetim sosyal hizmetleri ve sosyal hizmet departmanlarının kurulduğu görülmektedir. Bu dönemde yoksullukla ilgili endişeler ve yoksulluk içinde yaşayan bireylerin, ailelerin ve toplulukların sosyal yardım haklarına erişemedeki başarısızlıkları, 1970'lerin sonu ve 1980'lerin başında yerel yönetim uzmanı sosyal yardım hakları hizmetlerinin kurulmasını etkilemiş ve bu da şüphesiz daha iyi bir sosyal yardım sağlanmasına yol açmıştır (Davis ve Wainwright, 2005: 263).

Türkiye'de modern bağlamda sosyal hizmet 1960'lı yılları takiben gelişim göstermeye başlamıştır. Sosyal hizmetin kamusal bağlamdaki sunumu 1980'li yıllarda hız kazanmış Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü'nün

kurulmasından bir kurumsallaşma çabası gösterilmiş ve sosyal devlet görüşünün kabul edilmiş olduğu anlaşılmaktadır. Fakat yine de sosyal yardımın bir hak şeklinde ele alındığı bir yaklaşımdan öte hayırseverlik ve dayanışma çerçevesinde ele alındığı görülmektedir. Türkiye’de sosyal yardımlar konusunda ilk geniş çerçeveli uygulama olarak kabul gören Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışmayı Teşvik Fonu 1986 tarihinde faaliyete geçirilmiştir. Daha sonraki süreçlerde Türkiye’nin Avrupa Birliği adaylık süreci ve diğer otoritelerin destek ve baskısı ile bu konuda düzenlemeler ve uygulamalar hız kazanmıştır. Bugün Türkiye’de doğrudan doğruya sosyal yardımlar ve çeşitli sosyal hizmet uygulamalarını sunmak konusunda yetkilendirilmiş pek çok kurum ve kuruluş bulunmaktadır (Taşgın ve Özel, 2011: 179-182).

Türkiye’de sosyal yardımlara gereksinimi olan kişi ve grupların bu gereksinimlerin karşılanması anayasal bir hak şeklinde ele alınmaktadır. T.C. Anayasası’nın 2. Maddesi, devletin sosyal bir devlet olduğuna işaret etmektedir. Bu sorumluluk kapsamında devlet, sosyal uygulamaların bir gereği olarak yetkilendirdiği kurum ve kuruluşlar üzerinden sosyal yardımların gerçekleştirilmesini yürütmekte; desteklemekte ve teşvik etmektedir (Zengin vd., 2012: 136).

2.1.5.2. Sosyal Yardım Türleri

Sosyal yardım çerçevesinde devlet ve devlete bağlı kurum ve kuruluşlar tarafından yapılan yardımlar, yardımlardan istifade eden kişilerin sosyal güvence sistemi içerisine katkı yapması gibi bir kriter aranmamaktadır. Diğer bir ifade ile burada devlet tamamen tek taraflı olarak yardımlar gerçekleştirmekte, bu yardımların finansmanı kamu kaynaklarından tesis edilmektedir (Özdemir, 2007: 96). Sosyal yardımlar çeşitli türlerde gerçekleştirilmektedir. Bu yardımların türleri genel olarak “aile yardımları, eğitim yardımları, sağlık yardımları, yabancılara yardımlar, özel amaçlı yardımlar ve yaşlı-engelli yardımları” biçiminde sıralanabilmektedir (Karagöl ve İpek, 2019: 98-100; Karagöz, 2020: 150).

T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından 2023 yılı itibarıyla yayınlanmış olan resmi sosyal yardım programlarına göre sunulan sosyal yardımlar Tablo 2.1’de özetlenmiştir.

Tablo 2.1: T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Tarafından Sunulan Sosyal Yardımlar

Yardım Türü	Yardım Programı
Aile	Türkiye Aile Destek Programı
	Doğum Yardımı
	Çoklu Doğum Yardımı
	Eşi Vefat Etmiş Kadınlara Yönelik Düzenli Nakit Yardım Programı
	Öksüz ve Yetim Yardımı
	Asker Ailelerine Yönelik Düzenli Nakit Yardım Programı
	Asker Çocuğu Yardımı
	Şehit Yakınları ve Gazilere Yönelik Yardımlar
	Terör Zararı Yardımları
	Afet-Acil Durum Yardımları
	Vefat Yardımı
	İşe Yönlendirme Yardımı
	İşe Başlama Yardımı
Barınma-Gıda	Gıda Yardımları
	Öğle Yemeği Yardımı
	Aşevleri
	Hane Tadilat, Büyük Onarım ve Yapım Programı
	Eşi Vefat Etmiş Kadınlara Yönelik Konut Destek Programı
	Yakacak Yardımları
	Doğal Gaz Tüketim Desteği
	Elektrik Tüketim Desteği
	Sosyal Uyum Yardımı
	Tamamlayıcı Sosyal Uyum Yardımı
Engelli-Yaşlı	Yaşlı Aylığı
	Engelli Aylığı
	Engelli Yakını Aylığı
	Ulusal Vefa Programı
	Engelli İhtiyaç Yardımları
Sağlık	Genel Sağlık Sigortası (GSS) Prim Ödemeleri
	Şartlı Sağlık Yardımları (Sağlık ve Gebelik)
	GSS Katılım Payı Ödemeleri
	Kronik Hastalık Yardımı
	Silikozi Hastalarına Yapılan Ödemeler
	Kronik Hastalara Kesintisiz Güç Kaynağı Desteği ve Birikmiş Elektrik Borcu Desteği
	Tip -1 Diyabet Tanısı Almış Kişilere Yönelik Glikoz Ölçüm Cihazı Yardımı
Eğitim	Ücretsiz Ders Kitabı
	Şartlı Eğitim Yardımları
	Yabancılara Yönelik Şartlı Eğitim Yardımı
	Engelli Öğrencilerin Ücretsiz Taşınması
	Eğitim Materyali Yardımı
	Öğrenci Barınma-Taşıma-Yemek Yardımı
	Yurt Yapımı
	Kur'an Kursu Destek Programı
	Eğitim Yardımları Kapsamında Ulaşım Giderlerinin Karşılmasına Yönelik Yardımlar
	Yükseköğrenim Öğrencilerine Yönelik Yardımlar
	Muhtelif Eğitim Yardımları

Kaynak: T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2023.

Tablo 2.1’de görülebileceği gibi bu yardım programları, Türkiye’de yaşayan ailelerin, çocukların, yaşlıların, engellilerin, kadınların ve diğer ihtiyaç sahibi bireylerin çeşitli temel ihtiyaçlarını karşılamayı amaçlayan sosyal yardımları kapsamaktadır. Bu sosyal yardımlar, ekonomik güçlüklerle ve yoksulluk ile başa çıkmak durumunda olan bireylerin ve ailelerin desteklenmesine ilişkin olarak çeşitli alanlarda geniş bir çerçevede sunulmaktadır.

2.1.5.3. Yerel Yönetimler ve Sosyal Yardım

Yerel yönetimler kapsamında sosyal politikalar paralelindeki sosyal hizmet üretimi yaklaşımı esasında sosyal devlet ilkesi ile ilişkilidir. Sosyal devlet, sosyal ve ekonomik yaşamı yönlendirmek suretiyle yoksul, güçsüz, yardım ve bakıma muhtaç kimseleri korumayı amaç edinir, bu kimselere sosyal hizmetleri sunabilmek adına sosyal kurumlar tesis etmeyi, koruyucu kollayıcı önlemler almak suretiyle toplumsal meseleleri önlemek ve gidermeye çalışmayı, sosyal sorunlara sahip olan kişileri ve grupları koruyucu şefkatli ve korumacı bir role sahiptir (Seyyar, 2008). Sosyal belediyecilikse “sosyal alanda kamu harcamalarını konut, sağlık, eğitim, yoksulluğun giderilmesi alanlarını kapsayacak şekilde sosyal amaca kanalize eden; muhtaçlara yardım yapılması, sosyal dayanışmanın tesis edilmesiyle sosyo-kültürel faaliyetlerin gerçekleştirilebilmesinde gereken altyapı yatırımlarını üstlenen; sosyal adaleti güçlendirmeye yönelik yerel idarelere işlevler yükleyen bir modeldir” (Akdoğan, 2022). Bu bakımdan yerel yönetimler, devletlerin sosyal devlet anlayışı kapsamında yükümlülüğü olan sosyal hizmetlerin yerel düzeyde dağıtımını ve yaygınlaştırılması sorumluluğunu üstlenen kamu tüzel kişilikleridir (Genç, 2009: 61-62).

Yerel yönetimler kapsamında sosyal yardımlar, sosyal belediyecilik anlayışı kapsamında sunulmaktadır. Ancak, sosyal belediyeciliği sadece maddi bakımdan yoksunluk içerisinde olan kişilere maddi yardım, yakacak veya yemek yardımları ile sınırlandırmamak gereklidir. Sosyal belediyecilik anlayışı yerel toplumu sosyalleştirmek, rehabilite etmek, mobilize etmek, yönlendirmek, kılavuz ve rehberlik etmek, gözetmek, yardım ve yatırım gibi birçok fonksiyonu yüklenmektedir. Belediyeler yoksul kesimlerin geçim problemlerini gidermek noktasında kolaylaştırıcı nitelik taşıyan tanzim satış mağazası, ekmek fabrikası, aşevi, sığınma evi gibi hizmetlerin yanı sıra, bu kesimlere ilişkin danışmanlık hizmetleri sağlamak, yönlendirmek ve çeşitli sorunlarının nasıl, hangi mercilerde çözülebileceği gibi konularda destek sağlamak gibi geniş bir çerçeve arz etmektedir (Pekküçükşen, 2004:

462). 5393 sayılı kanunda belediyeler “Belde sakinlerinin mahalli müşterek nitelikteki ihtiyaçlarını karşılamak üzere kurulan ve karar organı seçmenler tarafından seçilerek oluşturulan, idari ve mali özerkliğe sahip kamu tüzel kişisini ifade eder” biçiminde ele alınmıştır (Mevzuat Bilgi Sistemi, 2023b). Bu görev, sorumluluk ve sosyal belediyecilik anlayışı çerçevesinde belediyeler, sahip oldukları olanaklar çerçevesinde yerel toplumun ortak gereksinimlerini ve özellikle de yoksun ve yoksul kesimlerin gereksinimlerini karşılamak, dezavantajlarını gidermek amaçlı çeşitli sosyal yardım faaliyetleri yürütmektedir (Zengin ve Öztaş, 2009: 27-28).

Bugün Türkiye’nin yerel bağlamdaki yönetimler olarak tüm belediyelerinde sosyal politika uygulamaları kapsamındaki en önemli bileşenlerinden birini sosyal yardımlar oluşturmaktadır. Belediyelerde sosyal yardımların türleri, nitelikleri ve kapsamları genişlemekte, bu kurumlar sosyal yardım konusunda giderek uzmanlaşmaktadır (Tiyek, 2016: 65-66).

Büyükşehir, il ve ilçe belediyeleri tarafından çocuk, genç, yetişkin, yaşlı, engelli, sığınmacı ve kadınlar başta olmak üzere çeşitli kesimlere sosyal hizmetler sunulmakta ve yardımlar yapılmaktadır. Bu sosyal hizmetlerin ve yardımların hiçbir ayırım gözetmeden gerçekten gereksinim sahibi olan kesimlere ulaşması noktasında da sosyal hizmet ve yardım kuruluşlarıyla iş birlikleri yapılmakta, sosyal hizmet profesyonelleri bu uygulamalarda görev almaktadır (Kobak, 2006: 73).

2.2. Sosyal Destek Kavramı

Gruplar, topluluklar bir toplumsal yaşamın vazgeçilmez parçalarıdır. “Toplumda yaşayan her birey, en küçük gruptan başlayarak aile birimi farklı sosyal, ekonomik, dinsel ve mesleki grupların üyeleridir” (Cüceloğlu, 1997). “Sosyal etkileşim sosyal yapının temelini oluşturmaktadır” (Kongar, 2002). Birey açısından sosyal etkileşimin başladığı yer ailedir. Büyüme ve gelişmeyle birlikte bireyin sosyal etkileşimi yakın çevresine doğru genişlemektedir. Gençlik döneminde aile etkileşiminin yanı sıra bireyin okul ortamı ve orada oluşturulan sosyal çevre ile etkileşimi de önem kazanmaya başlamaktadır. Bireyin aile içi etkileşimleri, akran çevresi ve diğer insanlarla kuracağı sosyal etkileşimler ve onlardan alabileceği sosyal destekler, onu olumlu yönde motive edebileceği gibi olumsuz etkiler de yaratabilmektedir. Sosyal destek, bir sosyal grubun parçası olarak genel olarak aileden, arkadaşlardan, komşulardan, kişi için özel olan insanlardan ve kurumlardan alınan, psikolojik

dinamikleri artıran, bireye duygusal, fiziksel, bilişsel katkı sağlayan destek olarak tanımlanabilmektedir (Aksüllü, 2004, Tan ve Karabulut, 2005). Sosyal destek, “kişinin sevildiğine, saygı duyulduğuna ve karşılıklı sorumluluk ağına ait olduğuna inanmasını sağlayan bilgi” olarak da tanımlanmaktadır (Cobb, 1976). Kısaca sosyal destek, bir bireyin kendi çevresinden aldığı sosyal destek ve psikolojik destek biçiminde ele alınmaktadır (Yıldırım, 1997; Gülaçtı, 2010: 3844-3845).

Sosyal destek, bireyin sosyal dünyasının refahını artırabilecek ve/veya sağlık sorunlarına karşı direnci artırabilecek daha spesifik çeşitli özelliklerini kapsayan geniş bir terimdir (Cohen vd., 2000; Haber vd., 2007: 133). “Bireylerin ortak yükümlülükleri veya ortak değerleri paylaşan bir topluluğa ait olduğuna, bu topluluk tarafından ilgi gördüğü, sevildiği ve sayıldığı yönünde inanç geliştirmesine sebebiyet veren bir tür destektir” (Cobb, 1995: 379; Yürür ve Sarıkaya, 2011: 539).

Başka bir ifadeyle sosyal destek kavramı, insanların yardıma, tavsiyeye, desteğe, onaya, rahatlığa ya da korumaya ihtiyaç duyduklarında kullanabilecekleri sosyal varlıkları, sosyal kaynakları veya sosyal ağları ifade eden bir kavramdır. Kişinin önemsendiği, saygı duyulduğu ve değer verildiği ve bir iletişim ağının ve karşılıklı yükümlülüklerin parçası olduğu bilgilerini içerisinde barındırmaktadır (Cobb, 1976). Sosyal destek duygusal, araçsal, finansal veya bilişsel nitelikte olabilmektedir (Reevy ve Maslach, 2001). Tüm bu sosyal destekler farklı özellikler içermekle beraber, destekleyici sosyal ilişkiler içinde olan kişilerin sağlıkları, moralleri ve başa çıkmaları açısından faydalar elde edebilmektedir (İkiz ve Çakar, 2010: 2338). Böylelikle sosyal destek, herhangi bir bireyin kişisel fizyolojik, sosyal ve psikolojik refahına önemli bir katkı sağlama potansiyelini taşımaktadır (Vedder vd., 2005: 269). Bugün giderek ilgili literatürde artan sayıda çalışmalar, sosyal desteğin hayatta kalma, psikolojik dayanıklılık gibi faktörler de dahil olmak üzere çeşitli fiziksel ve psikolojik sağlık sonuçları üzerindeki yararlı etkisini belgelemiştir (Lyyra ve Heikkinen, 2006: 147).

2.2.1. Sosyal Destek Türleri

Literatürde pek çok farklı sosyal destek türlerinin bulunduğu söz edilmektedir. Diğer bir ifade ile bireylere ihtiyaç duydukları yardımı sağlamak noktasında her biri farklı işlevlere hizmet eden çeşitli sosyal destek türleri bulunmaktadır. Literatürde bunlar farklılaşsa da bireye faydası bakımından en yaygın olanlar duygusal destek, araçsal destek, bilgi desteği ve değerlendirme desteği olarak ele alınmaktadır. Bunları

şu şekilde açıklamak mümkündür (Cohen ve Wills, 1985; House vd., 1988; Cutrona ve Suhr, 1992; Langford vd., 1997):

- **Duygusal destek:** Duygusal destek sevginin, empatinin ve anlayışın sağlanmasını ifade etmektedir. İnsanların sevildiğini ve değerli olduğunu hissetmelerine yardımcı olabilir ve aynı zamanda stres ve sıkıntılarla başa çıkmalarına da yardımcı olabilmektedir.
- **Araçsal destek:** Araçsal destek, mali yardım, çocuk bakımı veya ulaşım gibi pratik veya somut yardımların sağlanmasıdır. İnsanların temel ihtiyaçlarını karşılamalarına, sorunlarını gidermelerine ve hayatlarını daha kolay yaşamalarına yardımcı olabilmektedir.
- **Bilgi desteği:** Bu destek kişiye bilgi ve tavsiyeler sağlanmasını içermektedir. Aynı zamanda birisinin kaynak bulmasına, yönlendirilmesine veya sorunları çözmesine yardım etmeyi de içerebilmektedir. Genel olarak uzman kişilerden veya daha önce ilgili konuda bilgiye ve deneyime sahip olan kişilerden gelmektedir. Bireylerin daha bilinçli kararlar almasına ve zor durumların üstesinden gelmesine yardımcı olabilmektedir.
- **Değerlendirme desteği:** Kişiye kaynak veya kaynaklar tarafından geri bildirimler ve doğrulamanın sağlanmasıdır. Burada örneğin kişi, sosyal destek kaynağından ilgili duruma, soruna ilişkin açıklamalar yaparak ondan durumu anlamasını, idrak etmesini, yorumlamasını talep etmektedir ve karşıdaki kişi duruma ilişkin olarak değerlendirmelerini yapmaktadır. Bu tür bir destek, alan kişiyi psikolojik olarak rahatlatılabilmekte, özgüvenini tazeleyebilmektedir.

Sosyal destek ile ilgili literatür incelendiğinde, sosyal desteği alan birey tarafından “algılanan” ve “alınan” sosyal destek olmak üzere iki tür sosyal destekten söz edildiği görülmektedir. Algılanan sosyal destek, ihtiyaç duyulduğunda destek kaynaklarının varlığı olup subjektif niteliksel bakış açılarıyla belirlenebilen ve ölçülebilen bir kavram olup, algılanan sosyal desteğin ruh sağlığı üzerinde alınan sosyal desteğe göre daha belirleyici olduğu belirtilmektedir. Algılanan sosyal destek, kişinin sosyal ağın yeterince destekleyici olup olmadığına ilişkin genel izlenimleri, kişinin kendine ilişkin değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Sorias, 1988a; Sorias, 1988b; Gülaçtı, 2010: 3845).

Algılanan sosyal destek, sosyal bağlantıların subjektif bir biçimde algılanan kullanılabilirliği ve yeterliliğini ifade ederken; alınan sosyal destek, kaynaklar

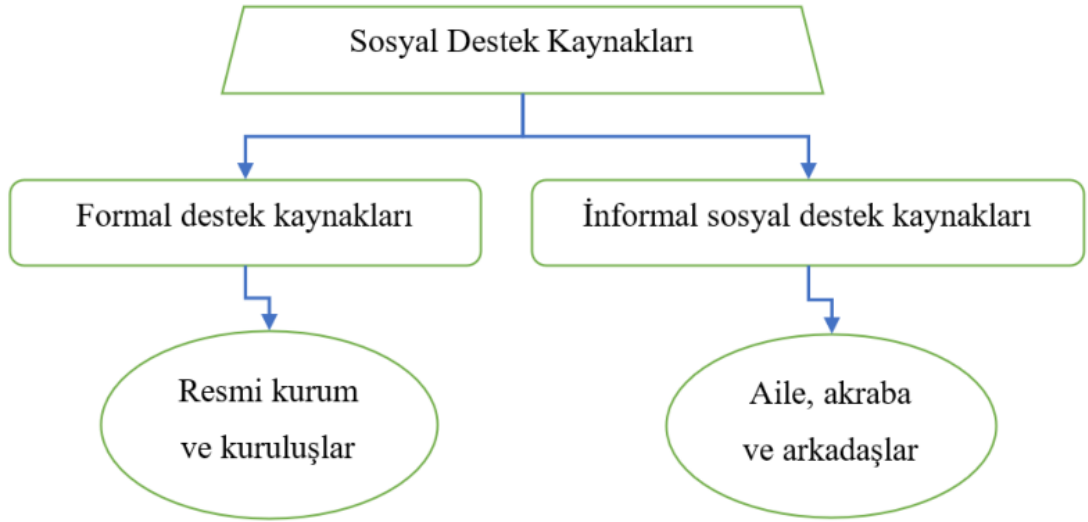
tarafından verilen desteğin miktarına ve kalitesine odaklanmaktadır (Eagle vd., 2019). Algılanan sosyal destek, bireyin zorluklarla veya stres yaratan etkenlerle karşı karşıya kaldığında yardım, anlayış ve empati konusunda arkadaşlarına, ailesine veya başkalarına güvenebileceğine inanıp inanmadığının değerlendirilmesini içermektedir. Bu değerlendirme öznelidir (Sarason vd., 1983). Alınan sosyal destek ise bireyin sosyal ağdan aldığı gerçek somut desteği ifade etmektedir. Bireyin ihtiyaçlarına, sorunlarına veya isteklerine yanıt olarak başkaları tarafından sağlanan somut eylemleri, kaynakları veya yardımı içermektedir. Diğer bir ifade ile sosyal desteğin gözlemlenebilir ve ölçülebilir yönlerine odaklanmaktadır (House, 1981; House vd., 1988; Eagle vd., 2019: 2056). Bu çalışmada sosyal desteğin “algılanan sosyal destek” boyutuna odaklanılmaktadır.

2.2.2. Algılanan Sosyal Destek ve Kaynakları

Sosyal destek kavramına yönelik olarak iki temel görüşten biri olan algılanan sosyal destek kavramı, sosyal desteği, “elde edilebilirlik algısı” bakımından ele almaktadır. Bu bakış açısına göre algılanan sosyal destek, bir kişinin ilişkilerinin niceliği veya niteliğinden ziyade ihtiyaç hissettiği zaman destek alabileceği bir kişinin ya da kişilerin mevcut olduğuna dair bir algıyı ifade etmektedir. Dolayısıyla buna göre, başkaları tarafından sevildiği, sayıldığı, gerekli olduğu zamanlarda ihtiyaç duyduğu desteği bulabileceğini, kurduğu sosyal ilişkilerin yeterince tatminkâr olduğu yönünde bir algı geliştiren bir bireyin algıladığı sosyal destek fazla olacaktır (Ardahan, 2006: 69).

Algılanan sosyal destek, kişinin bir birey veya gruptan çeşitli destekleyici davranışların (örneğin, duygusal destek açısından dinleme ve empati kurma) alıcısı olduğuna dair algısını kapsayan bir yapıdır (Tardy, 1985; Malecki ve Demaray, 2003; Brunsting vd., 2021: 96).

Sosyal desteğin kaynakları formal ve informal olarak iki kapsamda incelenebilmektedir. İnfomal kaynaklar arasında aile bireyleri, akrabalar, akranlar, arkadaşlar, komşular, iş arkadaşları gibi kişinin yakın çevresinde bulunan, aynı veya benzer sosyal ağlar içerisinde ilişkilerde bulunduğu kişiler yer almaktadır. Formal kaynaklar olarak ise okul, sivil toplum örgütleri, uzmanlar gibi yasal hizmetler veren kurum, kuruluş veya kişiler olabilmektedir (Özbesler, 2001; Can, 2023: 31).



Kaynak: Korkmaz, 2023:7.

Şekil 2.1: Sosyal Destek Kaynakları

Saygı, sevgi, takdir ve şefkat gereksinimlerinin karşılanabileceği aile bireyleri ve yakın arkadaşlar, problemlerin çözümü noktasında destek verebilecek, rehberlik ve yönlendirme yapabilecek uzman kişiler, sosyal desteğe kaynaklık edebilmektedir (Bayraktar, 2011: 23). Ancak bir birey için sosyal desteğin sınıflandırılmasında öncelik aileye verilmektedir. Bu anlamda sosyal destek için en önemli kaynak öncelikle ailedir. Daha sonra arkadaşlara, daha sonra eş, akraba, tanıdık, komşu gibi özel bir insana referans edilmektedir (Yıldırım, 2016: 19; Kuruçay, 2023: 85).

“Bu birey ve gruplar, sosyal destek sağlama konusunda önemli birer kaynak olarak kabul edilmektedir. Bireylerin saygı-sevgi duyulacak ve değerli biri olduklarına inanmalarını ve stres oluşturan durumlara karşı günlük yaşam mücadeleleri noktasında kararlı olmalarını sağlayan bu destekler, sosyal desteğin kaynaklarını oluşturmaktadır (Atbaşı, 2022: 31).

2.3. Stresle Baş Etme Kavramı

Bu başlık altında öncelikle stres kavramı ve stresle baş etme kavramları ele alınmıştır. Daha sonra stresle baş etmede sosyal desteğin rolü irdelenmiştir.

2.3.1. Stres Kavramı

Stres terimi, tarihsel olarak baskı uygulamasıyla ilişkilendirilen Hint-Avrupa kökenli “str” kökünden gelmektedir. Aristoteles, Hipokrat ve diğer önceki çağlardaki pek çok bilge insanlar stresin ve onun olumsuz etkilerinin farkında olmuştur. Ancak Dünyanın

en büyük fizyologlarından biri olan ve 19. yüzyılın araştırmalar yapan Claude Bernard, çok hücreli metabolizmalardaki hücrelerin ve dokuların stres faktöründen ne şekilde korunabileceğine açıklık getiren ilk kişi olmuştur. Yaklaşık olarak elli yıl sonra, 20. yüzyılın başında Amerikalı fizyolog Walter Cannon tarafından ilk kez bugünkü anlamıyla kullanılmış ve 1932 tarihli “Vücutun Bilgeliği” isimli kitabında kavramı popüler hale getirmiştir. Cannon ayrıca hayvanların tehdede verdiği tepkiyi tanımlamak için kullandığı “savaş ya da kaç” olgusunu da icat etmiştir. Bir akut stres yanıtı olarak da isimlendirilen bu kavram, hayvanın tehdit karşısında sempatik sinir sisteminin deşarjıyla tepki verdiğini ve hayvanı savaşma ya da kaçma eylemine hazır hale getirdiğini ileri sürmektedir (Fink, 2017: 1).

Daha sonraları Macar-Kanadalı endokrinolog Hans Selye tarafından stres kavramı, daha yaygınlaştırılmış ve daha popüler hale getirilmiştir (Selye, 1936; Cannon, 1939; Selye, 1956; Cannon, 1968; Wolfe vd., 2000). Tüm organizmalar, stres etkenleri olarak adlandırılan iç veya dış olumsuz güçlerin sürekli olarak zorladığı karmaşık bir dinamik dengeyi veya homeostaziyi (çevresinde meydana gelen durumlar karşısında hücrenin kendi dengelerini korumaya yönelik çabası) sürdürmek zorundadır. İnsanlar gibi karmaşık organizmaların hem bireysel hem de tür düzeyinde hayatta kalması, homeostaziyi düzenleyen ve davranışı, enerji metabolizmasını, gelişimi, üremeyi ve bağışıklığı etkileyen araçları içeren bu faktörlere bağlıdır. Homeostazis tehdit altında olduğunda veya öyle algılandığında stres ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla stres, homeostazisin gerçekten tehdit edildiği veya öyle algılandığı bir durum olarak tanımlanmaktadır (Chrousos, 2009: 374-375).

Stres sistemlerimiz, atalarımızdan kalma zamanlarda çoğunlukla önemli miktarda metabolik çaba gerektiren, yaşamı tehdit eden durumlardan kaçmamıza yardımcı olmak için gelişmiştir. Strese tepki sistemlerimiz glikozun kan dolaşımına salınmasından sorumludur, böylece kaslarımız avcılardan ve diğer fiziksel tehditlerden kaçmak (veya tercih buysa savaşmak) için enerjiye sahip olmaktadır (Lovallo ve Thomas, 2000). Ancak modern zamanlarda karşılaştığımız stres faktörlerinin çoğu fiziksel olmaktan çok psikolojiktir (örneğin eşle tartışmak, işte zor zamanlar geçirmek, para konusunda endişelenmek gibi). Ancak, vücudumuz yine de sanki stres fizikselmiş gibi tepki vermektedir. Bu nedenle, stres ile metabolik ve psikolojik süreçler karmaşık bir şekilde bağlantılıdır (Tomiyama, 2019: 704).

Stres, bireyin koşullardaki değişime veya tehdit edici bir duruma verdiği tepkidir. Hayatımızdaki stres etkenleri bizi davranışlarımıza uyum sağlamaya veya bazı yönlerini değiştirmeye teşvik etmektedir. Bu ayarlamaları veya değişiklikleri başarılı bir şekilde yapmadığımızda çoğu zaman kendimizi bir dizi hoş olmayan yan etki veya belirti ve semptomla karşı karşıya bulmamız mümkündür. Bu belirti ve semptomların tümü, sağlıklı olmayan bir stres düzeyinin göstergeleridir. Örneğin sınav gibi dışsal bir olaya/talebe veya sınav kaygısı gibi içsel bir ruh durumuna karşı kişisel bir tepki olarak görülebilmektedir. İlginç olan, mevcut durumla başa çıkamama ihtimaliyle birlikte stresin ve olumsuz etkilerinin de artma eğiliminde olmasıdır. Bu bakımdan çoğu insan için stres olumsuz bir kavram olarak görülmektedir (University of Regina, 2023).

Psikoloji alanında stres kavramı, zihinsel baskı ve gerginlik hissi olarak ele alınmaktadır. Düşük düzeyde stres yararlı ve sağlıklı olarak kabul edilebilmektedir. Pozitif haliyle stres, biyopsikososyal insan sağlığını iyileştirebilmekte ve herhangi bir görevde performansı kolaylaştırabilmektedir. Ayrıca pozitif stresin motivasyon, uyumluluk ve tepki açısından önemli bir fonksiyon olduğu düşünülmektedir. Fakat bunun yanı sıra yüksek seviyede stres biyolojik, psikolojik ve sosyal problemlere, zararlara yol açabilmektedir (Tucker vd., 2008). Stres çevresel kaynaklı dışsal olabileceği gibi bireyin içsel algılarından da kaynaklanabilmektedir. Dış faktörler özü itibarıyla stresli ve/veya tehdit edici değildir; ancak bireylerin algı sistemleri bunları bu şekilde yorumlamaktadır. İnsan, bu tür engellerle (uyaranlar, insanlar, durumlar vb.) başa çıkmak için yeterli kaynaklara sahip olduğuna inanmadığında, sorunları strese sokmakta veya tehdit edici/tehlikeli olarak algılamaktadır (Lucas vd., 2005; Shamsavarani vd., 2015: 230-231). Örneğin bazı kişiler için iş yerinde yoğun çalışma temposu, işsizlik endişesi, borçlar stres sebebi olabilirken, bazı insanlar için aile içi anlaşmazlıklar ve çatışmalar, kişisel sağlık sorunları, toplumsal olaylar stres verici olabilmektedir. Stres, toplumsal yaşamın her alanına sirayet etmiş vaziyettedir ve örneklendirilebilecek alanlar çoktur. Örneğin başka bir ülkeye göç eden bir kişi, yeni ülkede farklı kültürler, kurallar, düzen, kültür, değer, dil gibi farklı unsurlar sebebiyle stres yaşayabilmektedir (Gil, vd., 1994; Williams ve Berry, 1991; Öksüz ve Kryvenko, 2015: 214). Elbette stresin kaynağı farklılaşabilmekle beraber, sonuçları da değişebilmektedir. Fakat her halükârda stresin belirli sonuçları vardır.

Stresin psikolojik işlevsellik üzerinde olumsuz etkileri olabilmektedir. Bu durum, yüksek düzeyde stres yaşayan kişilerde travma sonrası stres bozukluğu, depresyon ve diğer psikiyatrik bozuklukların semptomlarının artmasıyla açıkça görülmektedir. Ancak, insanları yüksek düzeyde stres yaşamının ardından gelişen psikolojik sorunlara karşı daha fazla risk altına sokan veya daha dirençli hale getiren çeşitli faktörler bulunmakla beraber, stresli deneyimlerin ardından az çok etkili olan çeşitli baş etme yöntemlerinin bulunduğundan da söz edebilmek mümkündür (Ward vd., 2021: 3). Bunlar aşağıdaki başlıkta ele alınmıştır.

2.3.2. Stresle Baş Etme Kavramı

Dünyanın her yerindeki insanlar ırklarına, renklerine, etnik kökenlerine, profesyonel veya akademik geçmişlerine bakılmaksızın stresin şu ya da bu biçimini deneyimlemektedir. Anspaugh vd. (2003), stresin çeşitli biçimlerde ortaya çıktığı ve her yaştan ve her kesimden insanı etkilediği görüşünü paylaşmaktadır. Bu, stresin yaşamın bir parçası olduğu ve birçok nedeni olduğu ve yaşamımızdaki stresin derecesinin büyük ölçüde bireyin fiziksel sağlığı, kişilerarası ilişkilerin kalitesi, taahhütlerin (yükümlülüklerin) fazlalığı, üstlenilen sorumluluğun derecesi, başkalarına bağımlılık derecesi ve beklentileri, yaşanan travmatik olayların sayısı ve etkisi gibi faktörlere bağlı olduğu anlamına gelmektedir (Esia-Donkoh vd., 2011: 290-291).

Baş etme mekanizması, bir bireyin stresi ve çatışmayı en aza indirmek ve yönetmek amacıyla kişisel, kişilerarası veya çevresel sorunlarla başa çıkmak için bilinçli olarak kullandığı psikolojik beceriler kümesidir (Honorato-Cia vd., 2020: 752). Stresle baş etme (veya stresle başa çıkma), stresli durumların duygusal, fiziksel ve bilişsel taleplerini yönetme sürecidir. Stresle başa çıkma becerisi, bireylerin günlük yaşamın zorlukları ve baskılarıyla başa çıkmalarına olanak tanıyan hayati bir beceridir. Algılanan stresli karşılaşmalara yanıt olarak bilişsel ve davranışsal çabaların sürekli uyarlanmasını ve yönetilmesini içermektedir. İnsanlar fiziksel sağlık, inançlar, olumlu bakış açısı, sosyal beceriler ve destek sistemleri gibi çeşitli faktörlerden etkilendikleri için başa çıkma mekanizmaları farklılık göstermektedir (Khamida vd., 2021: 1586). Başa çıkma mekanizmalarını anlamak için yaygın olarak kabul edilen bir çerçeve Lazarus ve Folkman (1984) tarafından sağlanmıştır. Teorilerine göre başa çıkma, bireylerin stresi yönetmek için bilişsel ve davranışsal çabalara giriştiği dinamik süreç olarak tanımlanmaktadır. Bu çabalar sabit özellikler değil, bireylerin bilinçli ya da

bilinçsiz olarak duygularını düzenlemek, stresi tetikleyen durumları manipüle etmek ve zihinsel sağlıklarını korumak için giriştikleri sürekli ve gelişen bir süreçtir. Skinner ve ark. başa çıkma stratejilerini iki ana türe ayırmıştır: problem odaklı başa çıkma ve duygu odaklı başa çıkma. Sorun odaklı başa çıkma, stresin kaynağına aktif olarak değinmeyi ve sorunu çözmek için doğrudan eyleme geçmeyi içerir. Bu, problem çözmeyi, bilgi veya kaynak aramayı ve stres etkenini azaltmak için planlar yapmayı içerebilir. Öte yandan duygu odaklı başa çıkma, strese tepki olarak duyguları yönetmeye ve düzenlemeye odaklanır. Bu, sosyal destek aramak, rahatlama tekniklerine başvurmak, farkındalık uygulamak veya duygusal sıkıntıyı azaltmak için durumu yeniden yorumlamak gibi stratejileri içerebilmektedir (Kim ve McKenzie, 2014; Hartberg vd., 2015; Blumenthal ve Blumenthal, 2021; Hertogs vd., 2021). Başa çıkma becerileri, bireylerin stres yaşarken ortaya çıkan zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olabilmekte ve kendilerine güvenmelerine, sorunları çözmelerine ve bilinçli seçimler yapmalarına yardımcı olarak fiziksel ve psikolojik refahlarını artırabilmektedir (Cornejo, 2020: 8).

Bireylerin stresli durumlarla başa çıkma süreçlerine ilişkin araştırmalar stres karşısında verilen bilişsel tepkilerin anlaşılması noktasında merkezi olan iki yapı öne sürmektedir. Bunlardan ilki teyakkuzda (tetikte) olma yani bir karşılaşmanın stresli yönlerine bilinçli olarak yönelme ve diğeri de bilişsel kaçınma, yani dikkati stresle ilgili bilgilerden uzaklaştırmadır (Krohne, 1978; Janis, 1983; Roth ve Cohen, 1986; Krohne, 1993). Bu kavramlara karşılık gelen iki kutuplu yaklaşımlar, bastırma-duyarlılaştırma (Byrne 1964), izleme-körleştirme (Miller, 1980; 1987) veya dikkat-reddetmedir (Mullen ve Suls, 1982). Bastırma-duyarlılaştırma yapısı (Byrne, 1964; Eriksen, 1966) psikolojik olarak başa çıkmanın farklı biçimlerini tek bir iki kutuplu boyutla ilişkilendirmektedir. Bu boyutun bir kutbunda yer alan kişiler (bastıranlar), stresli bir karşılaşmayla karşılaştıklarında, stresi inkâr etme ya da minimize etme eğilimindedir. Bu kişiler stresle ilgili duygularını dile getirmekte başarısız olmaktadır ve olası olumsuz neticelerini düşünmekten kaçınmaktadır. Karşıt kutuptaki bireyler (duyarlılaştırma), stres ile alakalı ipuçlarına gelişmiş bilgi arama, derin düşünme ve takıntılı endişe yoluyla tepki vermektedir. Tersine, kişi dikkatini dağıtma, inkâr etme ya da tekrardan yorumlama gibi kaçınmacı bilişsel stratejiler kullanarak caydırıcı ipuçlarının etkisini azaltmayı başarırsa uyarılma düzeyini düşürülebilmektedir. Ancak bu baş etme stratejileri, yalnızca rahatsız edici olayın kontrol edilememesi durumunda

uyarlanabilir. Kontrol edilemeyen olaylara örnek olarak yaklaşmakta olan bir ameliyat veya caydırıcı bir tıbbi muayene gösterilebilecektir (Miller ve Mangan, 1983). Kontrol mevcutsa duyarlılaştırma stratejileri, yani stres faktörüyle ilgili bilgi aramak, başa çıkmanın daha uyumlu biçimleridir. Başlangıçta bu stratejiler artan stres tepkileriyle ilişkilendirilse de uzun vadede bireyin stres etkeni üzerinde kontrol sahibi olmasını sağlayarak stresli durumun etkisini azaltmaktadır. Daha kontrol edilebilir bir stres etkeninin örneği, akademik bir sınava hazırlanmaktır. Bir stres faktörünün kontrol edilebilirliğiyle, durumsal ve kişisel etkilerle hafifletilebilmektedir. Duruma göre, zarar verebilecek bir uyaran o denli yoğun olabilmektedir ki, kişinin dikkatini başka bir yöne çekmek gibi bastırma, kaçınma gibi stratejiler, strese bağlı olarak ortaya çıkan uyarılma mekanizmasını azaltmak konusunda etkisiz olabilmektedir (Krohne, 2002: 7).

Stresle baş etme mekanizmaları olarak Lazarus ve Folkman (1984) “problem odaklı başa çıkma” ve “duygu odaklı başa çıkma” olarak iki temel kapsamda ele almıştır. Bunlar şu şekilde açıklanabilmektedir (Daz, 2023: 16-17):

- **Problem odaklı başa çıkma:** Problem odaklı başa çıkma stratejisinde birey, sorunlu durumun (yani stres yaratan durumun) özüne odaklanmakta, strese neden olan bu faktörü ortadan kaldırmak hedefini gütmektedir. Diğer bir ifadeyle birey stresin kaynağını hedef almaktadır, yani stresör üzerine odaklanmaktadır ve buna çözüm üretmek noktasında stresin sebebiyet verdiği sorumluluğu kabul etmekte, kendi davranışını kontrol altında tutmayı hedeflemektedir. Yani bu strateji, çözüm odaklı bilişsel bir süreci içermektedir ve gelecek zamanlarda ortaya çıkabilecek davranışları ve sorunları yönetmek adına işlevsel bir mekanizmadır (Folkman ve Lazarus 1980; Lazarus ve Folkman, 1984).
- **Duygu odaklı başa çıkma:** Bu mekanizma, stres durumuna sebebiyet veren stres faktörü karşısında bireyde meydana gelen duyguları düzenlemek ve duygusal bağlamda verilen tepkileri kontrol altında tutmayı hedeflemektedir. Yani temel olarak burada duyguların düzenlenmesi ve dizginlenmesi söz konusu olmaktadır. Ancak, bu yöntemde esas olarak sorunun temelini inilmediğinden dolayı, birey tarafından sorundan kaçınma ve inkâr biçimi olarak kullanılabilir (Folkman ve Lazarus 1980; Lazarus ve Folkman, 1984).

Moos (1993), stresle başa çıkmanın boyutlarına ilişkin olarak ortaya atılan muhtelif bakış açılarını bütünleştirmek adına çaba sarf etmiş ve stresle başa çıkmanın odağına

ve yöntemine vurgu yapan çok boyutlu bir yaklaşım geliştirmiştir. Odak ve yöntemin kombinasyonu sonucunda dört farklı boyut (yani strese karşı tepki) meydana gelmektedir (Kirchner vd., 2008: 902). Bu tez çalışmasında da Moos'un (1993) bu stresle baş etme yapısı boyutlarıyla birlikte ele alınmıştır. Stresle baş etmeye ilişkin bu dört boyutun ilk ikisi bilişsel, diğer ikisi davranışsal tepkiler olarak kabul edilmekte ve şu şekilde açıklanabilmektedir (Moos, 1993: 16; Koca Ballı ve Kılıç, 2016: 274-275):

- **Mantıksal Analiz:** Stres kaynağı olan durumu ve olası sonuçlarını anlamlandırmak ve bilişsel bakımdan bu duruma hazırlanmak noktasında bilişsel girişimlerde bulunmayı ifade etmektedir.
- **Pozitif Yeniden Değerlendirme:** Strese sebebiyet veren duruma ilişkin gerçekliği kabul ederek, sorunun pozitif yollar ile yeniden yapılandırılması konusunda bilişsel girişimlerde bulunmayı ifade etmektedir.
- **Rehberlik ve Destek Arama:** Stresli durumla ilgili olarak bilgi, rehberlik veya destek almak için davranışsal girişimlerde bulunmayı ifade etmektedir.
- **Problem Çözme:** Direkt olarak sorunla alakalı harekete geçmek için davranışsal girişimlerde bulunmayı ifade etmektedir.

2.3.3. Stresle Baş Etmede Sosyal Desteğin Rolü

Stres ve sıkıntının nedenlerini ve ilişkilerini anlamak her zaman psikolojik ve sosyal araştırmaların ana hedeflerinden biri olmuştur. Bu çabanın büyük bir kısmı, kişisel ilişkilerin günlük yaşamdaki adaptasyona katkısını oldukça farklı teorik bakış açılarından araştırmaya harcanmıştır (Moreira vd., 2003: 485).

“Çevre psikolojik olarak davranışlar üzerinde etkili olduğundan, kişinin davranışlarını etkilemek de psikolojik çevresine yardımcı olmakla olanaklı hale gelebilmektedir ve bu sebeple sosyal destek, bir kişinin çevre faktörü içerisinde yer almaktadır” (Yıldırım, 1997; Kurt, 2010: 81). Bu açıdan çevresel bir faktör olarak sosyal destek, kişinin süreçlerini etkileyebilme potansiyeli taşımaktadır.

Stresli olaylar birden fazla kaynak ve destek türü gerektirebilmektedir (Cohen ve Wills tarafından, 1985). Sosyal desteğin stres üzerindeki etkisi iki ana hipotezle açıklanabilmektedir. Bunlar sosyal desteğin stresli yaşamsal olayların olumsuz etkilerini tamponlayabileceğinin düşünüldüğü stres tamponlayıcı hipotez ve sosyal

desteğin stresli yaşam olaylarının olumsuz etkilerini azaltabileceği doğrudan etki hipotezidir (Hailey vd., 2022: 5).

Stresle baş etmede sosyal desteğin rolüne ilişkin olarak kavramsal temel, Cohen ve Wills tarafından (1985) sosyal desteğin stres durumundaki kişileri, stresin negatif sonuçlarına karşı tampon görevi görmek suretiyle koruma sağladığını öne süren Strese Karşı Tamponlama Modeli'ne (Stress-Buffering-SB) dayanmaktadır (İncekar vd., 2020: 178).

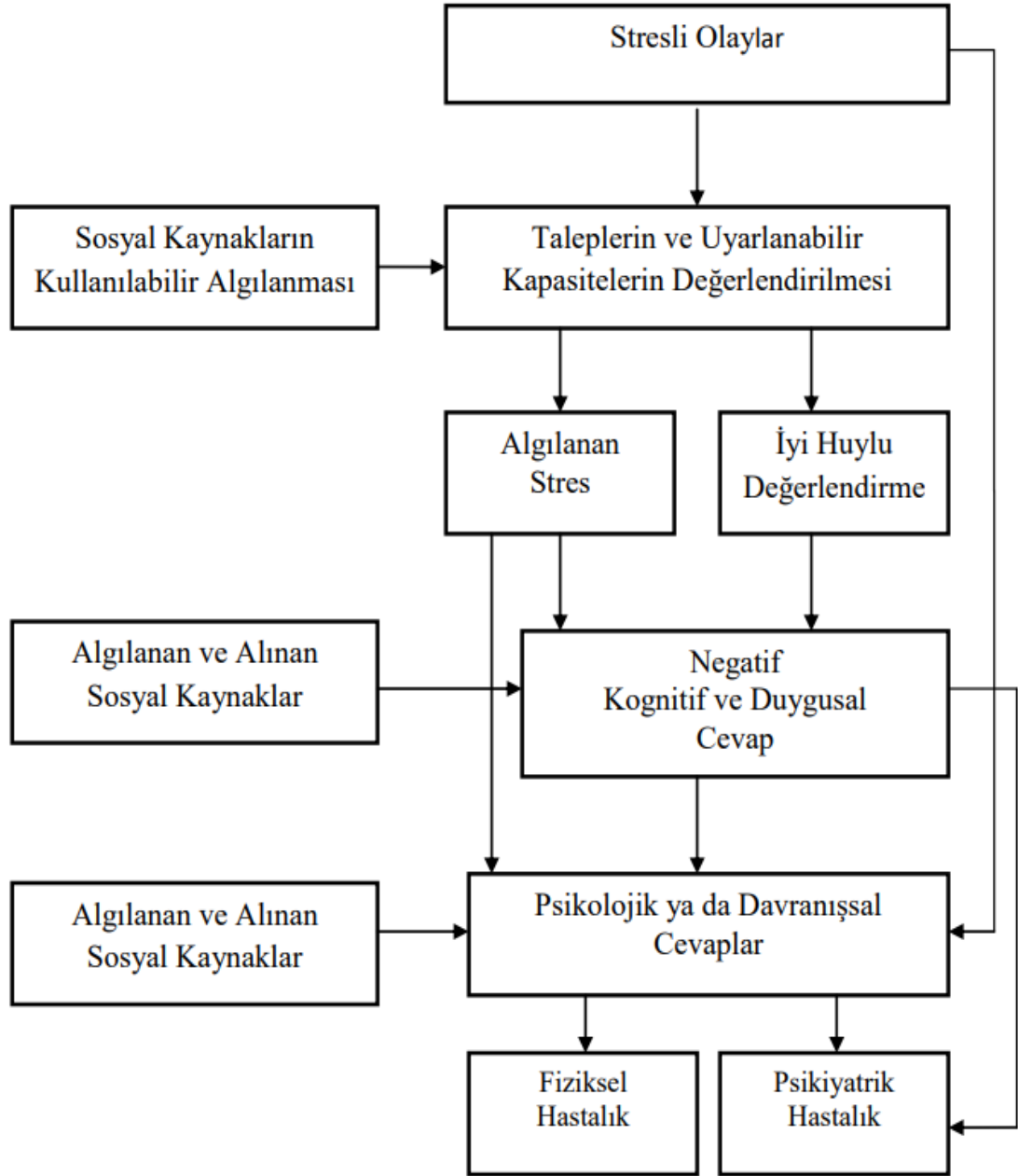
Bu model, stres-sağlık ilişkisini daha iyi anlama çabalarından doğmuştur ve sosyal destek ile stres arasındaki etkileşimin refahtaki artışları öngördüğü durumlarda stres tamponlamaya ilişkin kanıtlar gösterilmiştir (Cohen ve Wills, 1985). Bu model, stresin zararlı etkilerinin sınırlı sosyal desteğe sahip olanlarda, yeterli desteğe sahip olanlara göre daha büyük olduğunu öne sürmektedir. Buna göre, sosyal destek, yüksek stres koşullarının yanı sıra düşük stres altındakilere de fayda sağlamaktadır (Stroebe ve Stroebe, 1997; Rueger vd., 2016: 4).

Sosyal desteğin sağlığı geliştiren etkilerine ilişkin daha geniş bir bakış açısı, algılanan desteğin büyük ölçüde bu model yoluyla işlediğini ve desteğin en büyük ve en güvenilir faydalarının psikolojik stres koşulları altında, en çok ihtiyaç duyulan anda birey desteklendiğinde ortaya çıktığını göstermektedir (Cohen, 2004; Graham vd., 2007: 782).

Stres Tamponlama hipotezi, olumsuz yaşam olaylarından kaynaklanan stresin (örneğin endişe) bilişsel ve fiziksel sağlık üstündeki negatif etkilerine karşın sosyal desteğin koruyucu bir rol oynadığını öne sürmektedir (Cassel, 1976). “Stres tamponlama bakımından, algılanan sosyal destek stres faktörlerinin değerlendirmesini farklılaştırmak suretiyle stresle baş etme şablonlarında değişikliğe sebep olarak veya kendini kavrayışına etki ederek stresi azaltabilmektedir” (Cohen ve Wills, 1985; Özkoçak, 2016: 13).

Spesifik olarak, bir kişinin sahip olduğu veya sahip olduğunu algıladığı daha fazla sosyal destek veya kaynak, bireyin stresli durum üzerinde daha fazla kontrol sahibi olduğunu hissetmesine yardımcı olabilmekte veya olumsuz olayı daha fazla duygusal olarak açığa vurmasına ve işlemesine yol açabilmekte, bu da daha sonra ilişkili durumu (örneğin daha düşük depresyon veya anksiyete oranları, sağlık hizmetlerine daha iyi erişim gibi) iyileştirebilmektedir. Bu bakımdan algılanan sosyal destek, bireylerin

stresli olayları yeniden değerlendirmelerine yardımcı olan bir faktör olarak teorileştirilmektedir (Cohen vd., 2000; Szkody vd., 2021: 2-3).



Kaynak: Cohen ve Wills, 1985; Yuvakgil, 2017:24.

Şekil 2.2: Stresli Olaylara Karşı Tepkilerde Sosyal Desteğin Rolü

Şekil 2.2’de görüldüğü üzere, Strese Karşı Tamponlama Modeli’ne göre, stres arz eden bir durumda algılanan sosyal kaynakların mevcudiyeti halinde bu durum, stresin değerlendirilmesi üzerinde etkili olmaktadır. Bu da verilerin tepkiler üzerinde etki göstermektedir. Sosyal destek olduğunun algılanışı, bireyin strese yönelik algısı üzerinde etkili olarak stres durumunu daha az tehditkâr bir hale getirmektedir (House,

1987; Yuvakgil, 2017: 24-25). Bir kişinin kendi sosyal ağından aldığı destek, o kişinin strese uyumlu bir şekilde tepki verme yeteneği üzerinde güçlü bir etkiye sahiptir; daha yüksek düzeydeki sosyal destek, stres etkenlerinin ardından psikolojik sorunların azalmasına yol açmaktadır (Galea vd., 2008; Cheng vd., 2014; Dyb vd., 2014; Pietrzak vd., 2014; Sayed vd., 2015; Ward vd., 2021).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

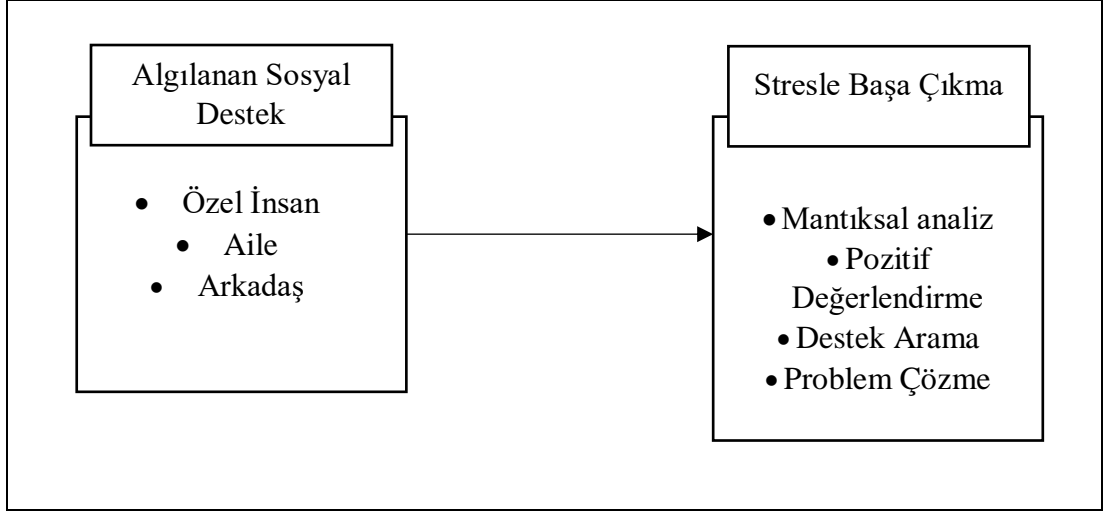
Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın türü, model ve hipotezler, anakütle ve örneklem, veri toplama yöntemi, veri toplama araçları ve veri analiz yöntemine ilişkin bilgiler sunulmuştur.

3.1. Araştırmanın Türü

Bu araştırma nicel araştırma türündeki kesitsel bir özellik gösteren ilişkisel taramadır. Kesitsel araştırma, zaman içinde belirli bir noktada bir popülasyondan veya temsili bir alt kümeden toplanan verileri analiz eden bir tür gözlemsel çalışmadır. Kesitsel araştırmalarda veriler bireylerden veya birey gruplarından tek bir zamanda toplanmakta ve çalışma, incelenen popülasyonun veya grubun özelliklerini tanımlamayı amaçlamaktadır. Kesitsel araştırmanın temel amacı, bir popülasyonun veya bu popülasyonun bir örneğinin belirli bir andaki özellikleri, davranışları, tutumları veya koşulları hakkında fikir edinmektir (Rindfleisch vd., 2008; Kesmodel, 2018; Eslami vd., 2020). İlişkisel tarama araştırması ise değişkenler veya yapılar arasındaki ilişkilere odaklanan bir araştırma türüdür. İki veya daha fazla değişken hakkında veri toplamayı ve aralarındaki ilişkiyi analiz etmeyi içermektedir. İlişkisel tarama araştırmasında araştırmacılar anketler veya görüşmeler yoluyla veri toplamakta ve değişkenlerin birbirleriyle nasıl ilişkili olduğunu incelemek için istatistiksel teknikleri kullanmaktadır (Groves vd., 2011; Fowler, 2013; Swedlow vd., 2016). Araştırma bu yönler bakımından kesitsel bir ilişkisel tarama modeline dayalı olan nicel araştırmadır.

3.2. Araştırmanın Modeli

Araştırmada Cohen ve Wills tarafından (1985) geliştirilen ve literatürde yoğun bir biçimde kabul görmüş olan Strese Karşı Tamponlama Modeli'ne dayalı olarak algılanan sosyal destek ve stresle baş etme olmak üzere iki temel değişken yer almaktadır ve bu değişkenler arası ilişkiler test edilmektedir. Her iki değişkenin alt boyutları bulunmaktadır. Bu değişkenler, değişkenlerin alt boyutları ve birbirleri arasındaki ilişkileri temsil eden araştırma modeli Şekil 3.1'de verilmiştir.



Şekil 3.1: Araştırma Modeli

Algılanan sosyal destek değişkeninde özel insan, aile ve arkadaş olmak üzere üç boyut bulunmaktadır. Stresle başa çıkma değişkeninde mantıksal analiz, pozitif değerlendirme, destek arama ve problem çözme olmak üzere dört boyut bulunmaktadır. Araştırmada bu değişkenler alt boyutlarıyla birlikte ele alınmakta ve ilişkilendirilmektedir.

3.3. Anakütle ve Örneklem

Araştırmanın anakütlesini Şişli Belediyesinden sosyal destek alan kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmanın gerçekleştirildiği tarihte alınan resmi verilere göre 2022 yılı içerisinde haziran ayı dahil bu birime başvuru yapan kadın sayısı 1942, sosyal yardımlardan faydalanan kadın sayısı ise 2704'tür. Bu anakütlenin tamamına erişmek olanaklı olmadığından örnekleme yöntemine başvurulmuştur. Örneklem boyutunun belirlenmesi için yapılan hesaplamada popülasyon boyutu 2704, %95 güvenilirlik seviyesi ve %5 hata payı (toleransı) popülasyonun bir alt kümesini temsil eden ve analizin yapılacağı örneklem büyüklüğü 337 olarak hesaplanmıştır. Bu çerçevede, bu örneklem büyüklüğünün biraz üzerinde anket formu dağıtımı gerçekleştirilmiştir. Gönüllülük esasına dayalı olan anket uygulamasına gönüllü onamını bildirerek araştırmaya katılan 340 katılımcının geçerli yanıtları, araştırmanın verilerini oluşturmuştur.

Araştırmanın örneklemini oluşturan toplam 340 katılımcının bilgileri Tablo 3.1'de verilmiştir.

Tablo 3.1: Katılımcılara Ait Bilgiler (n=340)

		f	%
Yaş	19-25	24	7.1
	26-35	102	30.0
	36-45	126	37.1
	46-55	50	14.7
	56 ve üstü	38	11.2
Medeni Durum	Evli	240	70.6
	Bekar	10	2.9
	Boşanmış	52	15.3
	Dul	33	9.7
	Eşinden ayrı yaşıyor/terk edilmiş	5	1.5
Eğitim Durumu	İlkokul	158	46.5
	Ortaokul	49	14.4
	Lise	60	17.6
	Lisans	12	3.5
	Okuryazar	17	5.0
	Okuryazar değil	44	12.9
Çocuk Durumu	Evet	323	95.0
	Hayır	17	5.0
Çocuk Sayısı	1-3 çocuk	257	75.6
	4 ve üstü çocuk	69	20.3
	Çocuk yok	14	4.1
Çalışma Durumu	Evet	54	15.9
	Hayır	286	84.1
Düzenli Çalışma Durumu	Evet	19	5.6
	Hayır	321	94.4
Eşin Düzenli Çalışma Durumu	Evet	123	36.2
	Hayır	217	63.8
Gelir	501-1500 TL	34	10.0
	1501-2000 TL	37	10.9
	2001-3000 TL	73	21.5
	3001-4000 TL	51	15.0
	4001 TL ve üzeri	145	42.6
Konut Durumu	Kira	274	80.6
	Kendisinin	66	19.4
Hanede Kişi Sayısı	2-3	133	39.1
	4-5	147	43.2
	6 ve üstü	60	17.6
Sosyal Güvence	SSK	172	50.6
	BAĞ-KUR	20	5.9
	GSS Devlet Ödeyen	74	21.8
	GSS Kendi Ödeyen	9	2.6
	Yok	65	19.1

Tablo 3.1: Katılımcılara Ait Bilgiler (n=340) devamı

Düzenli Sosyal Destek	Hayır	4	1.2
	Belediye	281	82.6
	Sosyal Hizmet Merkezi	1	0.3
	Belediye-Vakıf	28	8.2
	Belediye-Sosyal Hizmet Merkezi	17	5.0
	Belediye- Vakıf-Dernek	4	1.2
	Belediye-Vakıf-Sosyal Hizmet Merkezi	5	1.5
Çocuk Harici Bakım Sorumluluğu	Evet (Kayınvalide, Kayınpeder, Anne, Baba, Kardeş, Akraba)	29	8.5
	Hayır	311	91.5
Bağımlılık Durumu	Evet	9	2.6
	Hayır	331	97.4
Psikolojik Durumu	Evet	56	16.5
	Hayır	284	83.5
Fiziksel Sağlık Durumu	Evet	76	22.4
	Hayır	264	77.6
Sosyoekonomik Destek Süresi	Yılda bir kez	13	3.8
	1 yıldan az	230	67.6
	1-3 yıl arası	72	21.2
	3 yıldan fazla	25	7.4
Sosyoekonomik Destek Sorun Çözme	Evet	215	63.2
	Hayır	125	36.8
Aileden Maddi Manevi Destek	Evet (Anne, Baba, Kardeş, Çocuk, Akraba, Kayınpeder, Kayınvalide)	47	13.8
	Hayır	293	86.2

Tablo 3.1’de görüldüğü gibi, en büyük yaş grubu 36-45 yaş arasındaki kişilerdir (126 kişi - %37,1), en küçük yaş grubu ise 56 ve üstü olan kişilerdir (38 kişi - %11,2). Katılımcıların büyük bir kısmı evlidir (240 kişi - %70,6), bekarlar ise daha azdır (10 kişi - %2,9). İlkokul mezunları en büyük grup (158 kişi - %46,5) iken lisans mezunları daha azdır (12 kişi - %3,5). Katılımcıların çoğunluğu çocuk sahibidir (323 kişi - %95,0). Çoğu 1-3 çocuğa sahiptir (257 kişi - %75,6). Katılımcıların büyük bir kısmı çalışmamaktadır (286 kişi - %84,1). Katılımcıların çoğu düzenli çalışmamaktadır (321 kişi - %94,4). Eşlerin çoğu düzenli çalışmamaktadır (217 kişi - %63,8). En büyük gelir grubu 4001 TL ve üzeri olan kişilerdir (145 kişi - %42,6). Katılımcıların çoğu kirada oturmaktadır (274 kişi - %80,6). Katılımcıların yaşadığı evlerdeki kişi sayısına göre en büyük grup 4-5 kişilik hanelerde yaşayanlardır (147 kişi - %43,2). Katılımcıların sosyal güvence türü açısından en büyük grup SSK'ya sahip olanlardır (172 kişi - %50,6). Katılımcıların çoğu düzenli sosyal destek almamaktadır (125 kişi - %36,8). Katılımcıların çoğu aileden destek almamaktadır (293 kişi - %86,2). Katılımcıların sadece küçük bir kısmı bağımlılığa sahiptir (9 kişi - %2,6). Katılımcıların

sosyoekonomik destek aldıkları süre açısından en büyük grup, 1 yıldan az süreyle destek alanlardır (230 kişi - %67,6). Katılımcıların çoğu için sosyoekonomik destek sorunları çözmektedir (125 kişi - %36,8). Aile üyelerinden maddi veya manevi destek almadıklarını belirten katılımcıların sayısı 293'tür ve toplam katılımcı sayısına oranı %86,2'dir.

3.4. Veri Toplama Yöntemi ve Veri Toplama Araçları

Araştırmanın veri toplama yöntemi yüz yüze anket yöntemine dayanmaktadır. Bu yöntem kapsamında, katılımcılardan veri elde etmek amacıyla bir anket formu geliştirilmiştir. Bu anket formu, genel bilgi formu, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Ölçeği'nin ifadelerinin yer aldığı toplam üç bölümden oluşmaktadır. Anket formunun bölümlerine ilişkin bilgiler alt başlıklarda sunulmuştur.

3.4.1. Genel Bilgi Formu

Genel bilgi formu, katılımcıların genel özelliklerini tespit etmek üzere yer verilen sorulardan oluşmaktadır. Burada yaş, medeni durum, eğitim durumu, çocuk sahipliği, çalışma durumu, aylık gelir, hanede kaç kişi yaşadığı, sosyal destek ve güvenceye yönelik çeşitli sorular bulunmaktadır. Bu sorular araştırmacının kendisi tarafından araştırmanın amacı ve hedefi doğrultusunda oluşturulmuştur.

3.4.2. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Bu ölçek üç sosyal destek kaynağından algılanan sosyal desteğin yeterliliğine ilişkin öznel bir değerlendirme yapmayı amaçlayan ölçektir (Zimet vd., 1988). Ölçek Eker, Arkar ve Yıldız (2001) tarafından Türkçe diline uyarlanarak, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yürütülmüştür. Sosyal desteğin kaynakları olarak aile, arkadaş ve özel bir insan olmak üzere üç boyut yer almaktadır. Her boyutta 4'er ifade olmak üzere ölçek toplam 12 ifadeden oluşmaktadır. İfadeler 7 noktalı Likert esasına göre derecelendirilmektedir. Ölçekte alınan yüksek puanlar, algılanan sosyal desteğin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Yapılan uyarlamada Eker, Arkar ve Yıldız (2001) tarafından aile 0.85, arkadaş 0.88, özel insan 0.92 ve ölçek toplamı 0.89 düzeyinde güvenilir bulunmuştur.

3.4.3. Stresle Başa Çıkma Ölçeği

Stresle başa çıkmanın ölçülmesi noktasında, Moos (1993) tarafından erişkinler için tasarlanmış ve geliştirilmiş ölçekten yararlanılmıştır. Ölçeğin Türkçe diline uyarlaması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Koca Ballı ve Kılıç (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçekte mantıksal analiz, pozitif değerlendirme, destek arama ve problem çözme olmak üzere dört boyut yer almaktadır. Toplamda 24 ifadenin yer aldığı bu ölçek 5 noktalı Likert esasına dayalı olarak derecelendirilmiştir. Koca Ballı ve Kılıç (2016) tarafından ölçek için gerçekleştirilen geçerlilik ve güvenilirlik testlerinde ölçek boyutlarından mantıksal analiz 0.91, pozitif değerlendirme 0.91, destek arama 0.80, problem çözme 0.91 ve ölçek toplamında 0.93 düzeyinde güvenilirliğe sahip olduğu tespit edilmiştir.

3.5. Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma çerçevesinde veri toplama uygulaması Şişli Belediyesinden alınan izin ve İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurulu Başkanlığı'nca E-12.01.2022 tarih ve 20292139-050.01.04-20567 sayılı belge ile verilen etik kurul onayını takiben ve 2022 yılı Mayıs-Temmuz ayları arasında gerçekleştirilmiştir.

Araştırmaya katılım gönüllük esasına dayalı olup katılımcılardan araştırmaya katılmak ve anket formunda yer alan sorulara cevap vermek konusunda gönüllü onamlar alınmış ve veri toplama işlemleri bu surette gerçekleştirilmiştir.

3.6. Veri Analiz Yöntemi

Nicel araştırma çerçevesinde elde edilen veriler SPSS istatistik paket programında çözümlenmiştir. Araştırma kapsamında verilerin analizine geçmeden önce değişkenlere ilişkin olarak tanımlayıcı istatistikler değerlendirilmiştir (Tablo 3.2).

Tablo 3.2: Değişkenlere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

	n	Cronbach alfa	Ortalama	S.S	Çarpıklık	Basıklık
Mantıksal Analiz	340	.904	3.82	0.74	-0.77	0.89
Pozitif Değerlendirme	340		3.83	0.79	-0.87	0.85
Destek Arama	340		3.34	0.76	0.07	-0.63
Problem Çözme	340		3.66	0.78	-0.79	0.68
Özel İnsan	340	.864	2.48	1.77	0.97	-0.33
Aile	340		4.48	1.77	-0.27	-0.98
Arkadaş	340		3.55	1.87	0.20	-1.15
Toplam Sosyal Destek	340		3.50	1.30	0.32	-0.55

Araştırmada ele alınan her iki ölçeğin de ($\alpha=.904$ ve $\alpha=.864$) Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı yüksek düzeyde güvenilirliğe işaret etmektedir. Katılımcıların stresle baş etme boyutlarında aldıkları ortalama puanlar 3.34 ile 3.83 arasında değişmektedir. Mantıksal analiz 3.82, pozitif değerlendirme 3.83, destek arama 3.34 ve problem çözüme 3.66 ortalama puan göstermiştir. Algılanan sosyal destek değişkeninde ise özel insan 2.48, aile 4.48, arkadaş 3.55 ortalama sahip olmuştur. Algılanan sosyal destek toplam ortalamasında ise 3.50 düzeyinde ortalamanın bulunduğu görülmektedir. Değişkenlerin çarpıklık değerleri -0,87 ile 0,97 arasında, basıklık değerleri ise -1,15 ile 0,89 arasındadır. Değişkenlere ait basıklık-çarpıklık katsayıları -1,5 ile +1,5 arasında bulunduğundan dolayı ele alınan ölçekler çerçevesinde değişkenlerin normal dağılıma uygun olduğu görülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu nedenle verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır. Bu amaçla katılımcıların stresle başa çıkma özellikleri ile algılanan sosyal destek özellikleri incelenirken bağımsız değişkenin 3 ve daha fazla gruptan (örneğin: 1-3 çocuk, 4 çocuk ve üstü, çocuk yok) olduğu durumlarda Anova analizi, 2 gruptan (örneğin: çalışan-çalışmayan) oluşan durumlarda tek yönlü varyans analizi (t-testi) kullanılmıştır. Bunun yanında bazı karşılaştırmalarda bağımsız değişkende yer alan grupların gözlem sayısının düşük olduğu görülmüştür. Bu durumlarda parametrik olmayan (non-parametrik) istatistiklerden Kruskal-Wallis H testi ve Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin tespit edilmesi noktasında Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Tüm analizler SPSS istatistik paket programı ile yapılmış ve anlamlılık düzeyi $\alpha=0,05$ olarak baz alınmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde, gerçekleştirilen nicel araştırma sonucunda erişilen veriler ışığında yapılan istatistiksel analizler ve bu kapsamda elde edilen bulgular paylaşılmıştır.

4.1. Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

Tablo 4.1’de yaşa göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılmasına ilişkin olarak yapılan One Way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) bulguları bulunmaktadır. Analiz neticesinde yaşa göre Mantıksal analizi ($F=1.471$, $p>0.05$). Pozitif değerlendirme ($F=0.552$, $p>0.05$), Destek arama ($F=1.969$, $p>0.05$) ve Problem çözme ($F=0.535$, $p>0.05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.1: Yaşa Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Mantıksal Analiz	19-25 (1)	24	3.65	0.76			
	26-35 (2)	102	3.92	0.75			
	36-45 (3)	126	3.84	0.75	1.471	0.211	-
	46-55 (4)	50	3.75	0.73			
	56 ve üstü (5)	38	3.64	0.70			
Pozitif Değerlendirme	19-25 (1)	24	3.60	0.86			
	26-35 (2)	102	3.85	0.82			
	36-45 (3)	126	3.85	0.78	0.552	0.697	-
	46-55 (4)	50	3.86	0.77			
	56 ve üstü (5)	38	3.82	0.78			
Destek Arama	19-25 (1)	24	3.18	0.66			
	26-35 (2)	102	3.45	0.76			
	36-45 (3)	126	3.39	0.75	1.969	0.099	-
	46-55 (4)	50	3.18	0.78			
	56 ve üstü (5)	38	3.18	0.80			
Problem Çözme	19-25 (1)	24	3.47	0.81			
	26-35 (2)	102	3.70	0.76			
	36-45 (3)	126	3.66	0.79	0.535	0.710	-
	46-55 (4)	50	3.70	0.78			
	56 ve üstü (5)	38	3.58	0.77			

Tablo 4.2’de medeni duruma göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması amacıyla gerçekleştirilen Kruskal-Wallis H testi bulguları görülmektedir. Burada medeni duruma göre Destek arama ($\chi^2= 1.910$, $p> .05$) ve Problem çözme ($\chi^2= 5.520$,

$p > 0.05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmezken; Mantıksal analizi ($\chi^2 = 9.961$, $p < 0.05$) ve Pozitif değerlendirme ($\chi^2 = 13.721$, $p < 0.05$) puanlarında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Farkın hangi gruplardan ötürü meydana geldiğini belirlemek için ikili gruplar arasında Mann-Whitney U Testi gerçekleştirilmiştir. Analiz neticesinde Mantıksal analiz puanlarında Boşanan bireylerin ortalaması Evli ve Dul bireylerden anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Pozitif değerlendirme puanlarında ise Boşanan bireylerin ortalaması Evli, Bekar ve Dul bireylerden daha yüksek bulunmuştur. Aynı zamanda Evli bireylerin puanları bekarlardan daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.2: Medeni Duruma Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	χ^2	p	Post-hoc
Mantıksal Analiz	Evli(1)	240	3.80	0.75	9.961	.041	1 < 3 4 < 3
	Bekar(2)	10	3.63	0.90			
	Boşanmış(3)	52	4.03	0.71			
	Dul(4)	33	3.63	0.66			
	Eşinden ayrı yaşıyor/terk edilmiş(5)	5	4.10	0.75			
Pozitif Değerlendirme	Evli(1)	240	3.80	0.80	13.721	.008	1-2 1 < 3 2 < 3 4 < 3
	Bekar(2)	10	3.27	0.84			
	Boşanmış(3)	52	4.10	0.74			
	Dul(4)	33	3.76	0.72			
	Eşinden ayrı yaşıyor/terk edilmiş(5)	5	4.03	0.57			
Destek Arama	Evli(1)	240	3.35	0.76	1.910	.752	-
	Bekar(2)	10	3.22	0.75			
	Boşanmış(3)	52	3.39	0.75			
	Dul(4)	33	3.24	0.85			
	Eşinden ayrı yaşıyor/terk edilmiş(5)	5	3.03	0.36			
Problem Çözme	Evli(1)	240	3.62	0.79	5.520	.238	-
	Bekar(2)	10	3.53	1.01			
	Boşanmış(3)	52	3.89	0.70			
	Dul(4)	33	3.61	0.77			
	Eşinden ayrı yaşıyor/terk edilmiş(5)	5	3.73	0.48			

Tablo 4.3'te eğitim durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen varyans analizi bulguları görülmektedir. Analiz neticesinde eğitim

durumuna göre Pozitif değerlendirme ($F=0.890$, $p>0.05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Mantıksal analizi ($F=2.572$, $p<0.05$), Destek arama ($F=2.705$, $p<0.05$) ve Problem çözme ($F=2.679$, $p<$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Anlamlı farklılık görülen bu değişkenlerde farkın hangi gruplardan dolayı oluştuğunu tespit etmek için post-hoc testlerinden Tukey testi yapılmıştır. Analizde okuryazar olmayanların Mantıksal analiz, Destek arama ve Problem çözme ortalamaları diğer bireylerin ortalamalarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur.

Tablo 4.3: Eğitim Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Mantıksal Analiz	İlkokul (1)	158	3.81	0.73	2.572	0.027	1 > 6 2 > 6 3 > 6 4 > 6 5 > 6
	Ortaokul (2)	49	3.94	0.81			
	Lise (3)	60	3.97	0.69			
	Lisans (4)	12	3.92	0.68			
	Okuryazar (5)	17	3.76	0.71			
	Okuryazar değil (6)	44	3.49	0.75			
Pozitif Değerlendirme	İlkokul (1)	158	3.89	0.83	0.890	0.488	-
	Ortaokul (2)	49	3.85	0.90			
	Lise (3)	60	3.89	0.71			
	Lisans (4)	12	3.69	0.74			
	Okuryazar (5)	17	3.70	0.74			
	Okuryazar değil (6)	44	3.64	0.70			
Destek Arama	İlkokul (1)	158	3.28	0.77	2.705	0.021	1 > 6 2 > 6 3 > 6 4 > 6 5 > 6
	Ortaokul (2)	49	3.45	0.72			
	Lise (3)	60	3.55	0.75			
	Lisans (4)	12	3.63	0.44			
	Okuryazar (5)	17	3.33	0.68			
	Okuryazar değil (6)	44	3.09	0.80			
Problem Çözme	İlkokul (1)	158	3.68	0.78	2.679	0.022	1 > 6 2 > 6 3 > 6 4 > 6 5 > 6
	Ortaokul (2)	49	3.72	0.80			
	Lise (3)	60	3.83	0.74			
	Lisans (4)	12	3.71	0.56			
	Okuryazar (5)	17	3.56	0.79			
	Okuryazar değil (6)	44	3.30	0.76			

Tablo 4.4'te çocuk bulunma durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemlerde t-testi bulguları görülmektedir. Analiz neticesinde çocuk bulunma durumuna göre Mantıksal analizi

($t=0,022$, $p>0,05$), Pozitif değerlendirme ($t=1,144$, $p>0,05$), Destek arama ($t=-0,183$, $p>0,05$) ve Problem çözme ($t=-0,213$, $p>0,05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.4: Çocuk Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal Analiz	Evet	323	3.82	0.74	0.022	0.982
	Hayır	17	3.81	0.88		
Pozitif Değerlendirme	Evet	323	3.84	0.79	1.144	0.253
	Hayır	17	3.62	0.94		
Destek Arama	Evet	323	3.34	0.76	-0.183	0.855
	Hayır	17	3.37	0.83		
Problem Çözme	Evet	323	3.65	0.77	-0.213	0.832
	Hayır	17	3.70	0.89		

Tablo 4.5'te çocuk sayısına göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen varyans analizi bulguları bulunmaktadır. Yapılan analizin sonucu olarak çocuk sayısına göre Mantıksal analizi ($F=0.823$, $p>0.05$), Pozitif değerlendirme ($F=0.757$, $p>0.05$), Destek arama ($F=0.364$, $p>0.05$) ve Problem çözme ($F=0.951$, $p>0.05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.5: Çocuk Sayısına Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	post-hoc
Mantıksal Analiz	1-3 çocuk (1)	257	3.84	0.71	0.823	0.440	-
	4 çocuk ve üstü (2)	69	3.72	0.83			
	Çocuk yok (3)	14	3.92	0.87			
Pozitif Değerlendirme	1-3 çocuk (1)	257	3.84	0.77	0.757	0.470	-
	4 çocuk ve üstü (2)	69	3.87	0.85			
	Çocuk yok (3)	14	3.58	0.98			
Destek Arama	1-3 çocuk (1)	257	3.34	0.72	0.364	0.669	-
	4 çocuk ve üstü (2)	69	3.30	0.87			
	Çocuk yok (3)	14	3.49	0.87			
Problem Çözme	1-3 çocuk (1)	257	3.68	0.75	0.951	0.388	-
	4 çocuk ve üstü (2)	69	3.54	0.86			
	Çocuk yok (3)	14	3.74	0.92			

Tablo 4.6'da çalışma durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülmektedir. Analiz neticesinde çalışma durumuna göre Mantıksal analizi ($t=-0.163$, $p>.05$), Pozitif

değerlendirme ($t=-0.488$, $p> .05$), Destek arama ($t=0.095$, $p>0 .05$) ve Problem çözme ($t=-0.185$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.6: Çalışma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal	Evet	54	3.80	0.78		
Analiz	Hayır	286	3.82	0.74	-0.163	0.870
Pozitif	Evet	54	3.78	0.82		
Değerlendirme	Hayır	286	3.84	0.79	-0.488	0.626
Destek Arama	Evet	54	3.35	0.70		
	Hayır	286	3.34	0.77	0.095	0.924
Problem	Evet	54	3.64	0.86		
Çözme	Hayır	286	3.66	0.76	-0.185	0.854

Tablo 4.7’de düzenli çalışma durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde düzenli çalışma durumuna göre Mantıksal analizi ($t=-0.064$, $p> .05$), Pozitif değerlendirme ($t=0.600$, $p> .05$), Destek arama ($t=0.376$, $p> .05$) ve Problem çözme ($t=-0.196$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.7: Düzenli Çalışma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal	Evet	19	3.81	0.88		
Analiz	Hayır	321	3.82	0.74	-0.064	0.949
Pozitif	Evet	19	3.94	0.90		
Değerlendirme	Hayır	321	3.83	0.79	0.600	0.549
Destek Arama	Evet	19	3.40	0.85		
	Hayır	321	3.34	0.76	0.376	0.707
Problem	Evet	19	3.62	0.99		
Çözme	Hayır	321	3.66	0.77	-0.196	0.845

Tablo 4.8’de eşin düzenli çalışma durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde eşin düzenli çalışma durumuna göre Mantıksal analizi ($t=0.495$, $p> .05$), Pozitif değerlendirme ($t=-0.172$, $p> .05$), Destek arama ($t=1.171$, $p> .05$) ve Problem çözme ($t=-0.598$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.8: Eşin Düzenli Çalışma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal Analiz	Evet	123	3.84	0.72	0.495	0.621
	Hayır	217	3.80	0.75		
Pozitif Değerlendirme	Evet	123	3.82	0.81	-0.172	0.863
	Hayır	217	3.84	0.79		
Destek Arama	Evet	123	3.40	0.74	1.171	0.242
	Hayır	217	3.30	0.77		
Problem Çözme	Evet	123	3.62	0.78	-0.598	0.550
	Hayır	217	3.68	0.78		

Tablo 4.9’da gelir durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde gelir durumuna göre Mantıksal analizi ($F=1.214$, $p>.05$), Pozitif değerlendirme ($F=0.332$, $p>.05$), Destek arama ($F=0.405$, $p>.05$) ve Problem çözme ($F=0.751$, $p>.05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.9: Gelir Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Mantıksal Analiz	501-1500 (1)	34	3.86	0.66	1.214	0.305	-
	1501-2000 (2)	37	3.77	0.77			
	2001-3000 (3)	73	3.88	0.79			
	3001-4000 (4)	51	3.62	0.76			
	4001 ve üzeri (5)	145	3.86	0.73			
Pozitif Değerlendirme	501-1500 (1)	34	3.87	0.71	0.332	0.856	-
	1501-2000 (2)	37	3.86	0.72			
	2001-3000 (3)	73	3.86	0.84			
	3001-4000 (4)	51	3.72	0.82			
	4001 ve üzeri (5)	145	3.84	0.81			
Destek Arama	501-1500 (1)	34	3.34	0.70	0.405	0.805	-
	1501-2000 (2)	37	3.24	0.91			
	2001-3000 (3)	73	3.33	0.74			
	3001-4000 (4)	51	3.27	0.79			
	4001 ve üzeri (5)	145	3.39	0.74			
Problem Çözme	501-1500 (1)	34	3.71	0.62	0.751	0.558	-
	1501-2000 (2)	37	3.70	0.71			
	2001-3000 (3)	73	3.75	0.80			
	3001-4000 (4)	51	3.52	0.78			
	4001 ve üzeri (5)	145	3.63	0.82			

Tablo 4.10’da konut durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde konut durumuna göre Mantıksal analizi ($t=-0.682$, $p>.05$), Pozitif değerlendirme ($t=-1.076$, $p>.05$), Destek arama ($t=-0.315$, $p>.05$) ve Problem çözme ($t=-0.730$, $p>.05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.10: Konut Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal Analiz	Kira	274	3.80	0.75	-0.682	0.495
	Kendisinin	66	3.87	0.74		
Pozitif Değerlendirme	Kira	274	3.81	0.79	-1.076	0.283
	Kendisinin	66	3.93	0.80		
Destek Arama	Kira	274	3.33	0.78	-0.315	0.753
	Kendisinin	66	3.37	0.70		
Problem Çözme	Kira	274	3.64	0.79	-0.730	0.466
	Kendisinin	66	3.72	0.74		

Tablo 4.11’de hanedeki kişi sayısına göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde hanedeki kişi sayısına göre Mantıksal analizi ($F=0.204$, $p>.05$), Pozitif değerlendirme ($F=1.218$, $p>.05$), Destek arama ($F=0.308$, $p>.05$) ve Problem çözme ($F=0.241$, $p>.05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.11: Hanedeki Kişi Sayısına Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Mantıksal Analiz	2-3 kişi (1)	133	3.85	0.77	0.204	0.816	-
	4-5 (2)	147	3.79	0.71			
	6 kişi ve üstü (3)	60	3.82	0.78			
Pozitif Değerlendirme	2-3 kişi (1)	133	3.88	0.81	1.218	0.297	-
	4-5 (2)	147	3.76	0.79			
	6 kişi ve üstü (3)	60	3.92	0.76			
Destek Arama	2-3 kişi (1)	133	3.34	0.75	0.308	0.735	-
	4-5 (2)	147	3.31	0.72			
	6 kişi ve üstü (3)	60	3.41	0.87			
Problem Çözme	2-3 kişi (1)	133	3.69	0.79	0.241	0.786	-
	4-5 (2)	147	3.62	0.77			
	6 kişi ve üstü (3)	60	3.66	0.80			

Tablo 4.12’de sosyal güvenceye göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde sosyal güvenceye göre Mantıksal analizi (F=1.491, p> .05), Pozitif değerlendirme (F=0.330, p> .05), Destek arama (F=2.301, p> .05) ve Problem çözme (F=2.378, p> .05) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.12: Sosyal Güvenceye Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Mantıksal Analiz	SSK (1)	172	3.80	0.76	1.491	0.217	-
	BAĞ-KUR (2)	20	3.66	0.62			
	GSS (Kendi veya Devlet) (3)	83	3.77	0.82			
	Yok (4)	65	3.98	0.62			
Pozitif Değerlendirme	SSK (1)	172	3.80	0.83	0.330	0.804	-
	BAĞ-KUR (2)	20	3.82	0.69			
	GSS (Kendi veya Devlet) (3)	83	3.85	0.83			
	Yok (4)	65	3.91	0.68			
Destek Arama	SSK (1)	172	3.32	0.76	2.301	0.077	-
	BAĞ-KUR (2)	20	3.34	0.74			
	GSS (Kendi veya Devlet) (3)	83	3.22	0.78			
	Yok (4)	65	3.54	0.72			
Problem Çözme	SSK (1)	172	3.58	0.82	2.378	0.070	-
	BAĞ-KUR (2)	20	3.54	0.69			
	GSS (Kendi veya Devlet) (3)	83	3.68	0.83			
	Yok (4)	65	3.87	0.59			

Tablo 4.13’te çocuk harici bakım sorumluluğu bulunma durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde çocuk harici bakım sorumluluğu bulunma durumuna göre Mantıksal analizi (t=0.249, p> .05), Pozitif değerlendirme (t=-0.319, p> .05), Destek arama (t=-1.240, p> .05) ve Problem çözme (t=1.194, p> .05) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.13: Çocuk Harici Bakım Sorumluluğuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal Analiz	Evet	29	3.85	0.80	0.249	0.803
	Hayır	311	3.81	0.74		
Pozitif Değerlendirme	Evet	29	3.79	0.77	-0.319	0.750
	Hayır	311	3.84	0.80		
Destek Arama	Evet	29	3.17	0.87	-1.240	0.216
	Hayır	311	3.36	0.75		
Problem Çözme	Evet	29	3.82	0.75	1.194	0.233
	Hayır	311	3.64	0.78		

Tablo 4.14'te bağımlılık durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen Mann-Whitney U testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde bağımlılık durumuna göre Mantıksal analizi ($U=1242.500$, $p > .05$), Pozitif değerlendirme ($U=1250.00$, $p > .05$), Destek arama ($U=1465.50$, $p > .05$) ve Problem çözme ($U=1365.50$, $p > .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.14: Bağımlılık Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra toplamı	U	p
Mantıksal Analiz	Evet	9	197.94	1781.50	1242.50	.395
	Hayır	331	169.75	56188.50		
Pozitif Değerlendirme	Evet	9	143.89	1295.00	1250.00	.409
	Hayır	331	171.22	56675.00		
Destek Arama	Evet	9	173.17	1558.50	1465.50	.934
	Hayır	331	170.43	56411.50		
Problem Çözme	Evet	9	184.28	1658.50	1365.50	.669
	Hayır	331	170.13	56311.50		

Tablo 4.15'te aileden psikolojik duruma göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemlerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde psikolojik duruma göre Mantıksal analizi ($t=-1.800$, $p > .05$), Destek arama ($t=-1.838$, $p > .05$) ve Problem çözme ($t=-1.118$, $p > .05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Pozitif değerlendirme ($t=-2.906$, $p < .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Anlamlı farklılık görülen bu değişkenlerde psikolojik rahatsızlığı olmayanların pozitif değerlendirme ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.15: Psikolojik Duruma Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal	Evet	56	3.65	0.89	-1.800	0.073
Analiz	Hayır	284	3.85	0.71		
Pozitif	Evet	56	3.55	0.82	-2.906	0.004
Değerlendirme	Hayır	284	3.89	0.78		
Destek Arama	Evet	56	3.17	0.76	-1.838	0.067
	Hayır	284	3.37	0.76		
Problem	Evet	56	3.55	0.92	-1.118	0.264
Çözme	Hayır	284	3.68	0.75		

Tablo 4.16’da fiziksel sağlık durumuna göre başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde fiziksel sağlık durumuna göre Mantıksal analizi ($t=0.851$, $p>.05$), Pozitif değerlendirme ($t=-0.015$, $p>.05$), Destek arama ($t=0.174$, $p>.05$) ve Problem çözme ($t=1.577$, $p>.05$) arasında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.16: Fiziksel Sağlık Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal	Evet	76	3.88	0.85	0.851	0.396
Analiz	Hayır	264	3.80	0.71		
Pozitif	Evet	76	3.83	0.90	-0.015	0.988
Değerlendirme	Hayır	264	3.83	0.76		
Destek Arama	Evet	76	3.35	0.87	0.174	0.862
	Hayır	264	3.34	0.73		
Problem	Evet	76	3.78	0.87	1.577	0.116
Çözme	Hayır	264	3.62	0.75		

Tablo 4.17’de sosyo ekonomik destek süresine göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde sosyoekonomik destek süresine göre Mantıksal analizi ($F=1.081$, $p>.05$), Pozitif değerlendirme ($F=1.407$, $p>.05$) ve Destek arama ($F=1.089$, $p>.05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Problem çözme ($F=2.182$, $p<.05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Anlamlı farklılık görülen bu değişkende farkın kaynağını belirlemek için post-hoc testlerinden biri olan Tukey testi yapılmıştır. Analiz neticesinde yılda 1 kez ve 3 yıldan fazla destek alanların Problem çözme ortalamaları 1-3 yıl arası destek alan bireylerin ortalamalarından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur.

Tablo 4.17: Sosyoekonomik Destek Süresine Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Mantıksal Analiz	Yılda bir kez(1)	13	3.85	0.72	1.081	0.357	-
	1 yıldan az(2)	230	3.86	0.70			
	1-3 yıl arası(3)	72	3.68	0.88			
	3 yıldan fazla(4)	25	3.83	0.73			
Pozitif Değerlendirme	Yılda bir kez(1)	13	3.87	0.68	1.407	0.240	-
	1 yıldan az(2)	230	3.88	0.76			
	1-3 yıl arası(3)	72	3.66	0.90			
	3 yıldan fazla(4)	25	3.89	0.81			
Destek Arama	Yılda bir kez(1)	13	3.51	0.75	1.089	0.354	-
	1 yıldan az(2)	230	3.37	0.74			
	1-3 yıl arası(3)	72	3.21	0.81			
	3 yıldan fazla(4)	25	3.31	0.77			
Problem Çözme	Yılda bir kez(1)	13	3.85	0.65	2.182	0.000	1 > 3 4 > 3
	1 yıldan az(2)	230	3.69	0.72			
	1-3 yıl arası(3)	72	3.47	0.92			
	3 yıldan fazla(4)	25	3.82	0.84			

Tablo 4.18’de sosyoekonomik desteğin sorunları çözmeye yardımcı olma durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde sosyoekonomik desteğin sorunları çözmeye yardımcı olma durumuna göre Mantıksal analiz ($t=1.803$, $p> .05$) ve Destek arama ($t=1.080$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Pozitif değerlendirme ($t=2.577$, $p< .05$) ve Problem çözme ($t=2.688$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Farklılık görülen bu değişkenlerde sosyoekonomik desteğin sorunları çözmeye yardımcı olan bireylerde pozitif değerlendirme ve problem çözme ortalamalarının yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4.18: Sosyoekonomik Desteğin Sorunları Çözmeye Yardımcı Olma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal Analiz	Evet	215	3.87	0.72	1.803	0.072
	Hayır	125	3.72	0.78		
Pozitif Değerlendirme	Evet	215	3.92	0.79	2.577	0.010
	Hayır	125	3.69	0.78		
Destek Arama	Evet	215	3.37	0.73	1.080	0.281
	Hayır	125	3.28	0.81		
Problem Çözme	Evet	215	3.74	0.73	2.688	0.008
	Hayır	125	3.51	0.83		

Tablo 4.19’da aileden maddi/manevi destek alma durumuna göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde aileden maddi/manevi destek alma durumuna göre Destek arama ($t=1.770$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Mantıksal analizi ($t=2.033$, $p< .05$), Pozitif değerlendirme ($t=2.064$, $p< .05$) ve Problem çözme ($t=2.328$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir.

Tablo 4.19: Aileden Maddi/Manevi Destek Alma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Özelliklerinin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Mantıksal Analiz	Evet	47	4.02	0.71	2.033	0.043
	Hayır	293	3.78	0.74		
Pozitif Değerlendirme	Evet	47	4.05	0.72	2.064	0.040
	Hayır	293	3.80	0.80		
Destek Arama	Evet	47	3.52	0.74	1.770	0.078
	Hayır	293	3.31	0.76		
Problem Çözme	Evet	47	3.90	0.68	2.328	0.021
	Hayır	293	3.62	0.79		

Anlamlı farklılık görülen bu değişkenlerde aileden maddi/manevi destek alanların mantıksal analiz, pozitif değerlendirme ve problem çözme ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

4.2. Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Algılanan Sosyal Destek Özelliklerinin Karşılaştırılması

Tablo 4.20’de yaşa göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde yaşa göre Özel insan ($F=0.669$, $p> .05$), Aile ($F=0.750$, $p> .05$) ve toplam sosyal destek ($F=1.757$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmezken; Arkadaş ($F=3.433$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Farkın kaynağını belirlemek için post-hoc testlerinden biri olan Tukey testi yapılmıştır. Analiz neticesinde 56 yaş ve üzeri bireylerin diğer yaş gruplarına göre Arkadaş ortalamalarının anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur.

Tablo 4.20: Yaşa Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Özel İnsan	19-25 (1)	24	2.11	1.57	0.669	0.614	-
	26-35 (2)	102	2.43	1.69			
	36-45 (3)	126	2.61	1.77			
	46-55 (4)	50	2.62	2.07			
	56 ve üstü (5)	38	2.25	1.76			
Aile	19-25 (1)	24	4.83	1.72	0.750	0.558	-
	26-35 (2)	102	4.45	1.84			
	36-45 (3)	126	4.59	1.73			
	46-55 (4)	50	4.21	1.78			
	56 ve üstü (5)	38	4.32	1.75			
Arkadaş	19-25 (1)	24	3.68	2.15	3.433	0.009	5 < 1 5 < 2 5 < 3 5 < 4
	26-35 (2)	102	3.64	1.88			
	36-45 (3)	126	3.81	1.75			
	46-55 (4)	50	3.38	1.86			
	56 ve üstü (5)	38	2.59	1.83			
Toplam Sosyal Destek	19-25 (1)	24	3.54	1.17	1.757	0.137	-
	26-35 (2)	102	3.51	1.28			
	36-45 (3)	126	3.67	1.27			
	46-55 (4)	50	3.40	1.39			
	56 ve üstü (5)	38	3.05	1.39			

Tablo 4.21’de katılımcıların medeni durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen Kruskal-Wallis H testinin bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde medeni duruma göre Özel insan ($\chi^2= 5.327$, $p> .05$), Arkadaş ($\chi^2= 1.110$, $p> .05$) ve toplam sosyal destek ($\chi^2= 1.193$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmezken; Aile ($\chi^2= 20.775$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için ikili gruplar arasında Mann-Whitey U Testi yapılmıştır. Analiz neticesinde evli bireylerin Aile ortalamasının boşanmış bireylerin ortalamasından anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4.21: Medeni Duruma Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	χ^2	p	Post-hoc
Özel İnsan	Evli(1)	240	2.36	1.66	5.327	.255	-
	Bekar(2)	10	1.85	1.28			
	Boşanmış(3)	52	3.12	2.14			
	Dul(4)	33	2.58	1.88			
	Eşinden ayrı yaşıyor/ terk edilmiş(5)	5	2.50	2.08			
Aile	Evli(1)	240	4.77	1.60	20.775	.000	1 > 3
	Bekar(2)	10	3.98	2.30			
	Boşanmış(3)	52	3.49	1.96			
	Dul(4)	33	4.22	1.88			
	Eşinden ayrı yaşıyor/ terk edilmiş(5)	5	3.60	2.06			
Arkadaş	Evli(1)	240	3.51	1.84	1.110	.893	-
	Bekar(2)	10	3.60	2.27			
	Boşanmış(3)	52	3.80	1.98			
	Dul(4)	33	3.45	2.00			
	Eşinden ayrı yaşıyor/ terk edilmiş(5)	5	3.25	1.15			
Toplam Sosyal Destek	Evli(1)	240	3.55	1.27	1.193	.879	-
	Bekar(2)	10	3.14	1.35			
	Boşanmış(3)	52	3.47	1.42			
	Dul(4)	33	3.42	1.43			
	Eşinden ayrı yaşıyor/ terk edilmiş(5)	5	3.12	0.97			

Tablo 4.22’de eğitim durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde eğitim durumuna göre Aile ($F=1.098$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmezken; Özel insan ($F=2.777$, $p< .05$) ve Arkadaş ($F=5.114$, $p< .05$) ve toplam sosyal destek ($F=4.039$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Farkın kaynağını belirlemek için post-hoc testlerinden Tukey testi yapılmıştır. Analiz neticesinde Lisans eğitim durumuna sahip olanların Özel insan, Arkadaş ve Toplam sosyal destek ortalamalarının diğer eğitim durumlarına göre anlamlı olarak daha yüksek çıktığı bulunmuştur.

Tablo 4.22: Eğitim Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Özel İnsan	İlkoku(1)	158	2.42	1.81	2.777	0.018	
	Ortaokul(2)	49	2.08	1.50			4 > 1
	Lise(3)	60	2.94	1.88			4 > 2
	Lisans(4)	12	3.71	1.70			4 > 3
	Okuryazar(5)	17	2.44	1.51			4 > 5
	Okuryazar değil(6)	44	2.22	1.70			4 > 6
Aile	İlkoku(1)	158	4.34	1.88	1.098	0.361	
	Ortaokul(2)	49	4.86	1.79			
	Lise(3)	60	4.48	1.84			
	Lisans(4)	12	5.02	1.04			
	Okuryazar(5)	17	4.81	1.43			
	Okuryazar değil(6)	44	4.29	1.49			
Arkadaş	İlkoku(1)	158	3.28	1.78	5.114	0.000	
	Ortaokul(2)	49	3.82	2.05			4 > 1
	Lise(3)	60	4.10	1.93			4 > 2
	Lisans(4)	12	5.06	1.24			4 > 3
	Okuryazar(5)	17	4.04	1.63			4 > 5
	Okuryazar değil(6)	44	2.88	1.71			4 > 6
Toplam Sosyal Destek	İlkoku(1)	158	3.34	1.27	4.039	0.001	
	Ortaokul(2)	49	3.59	1.27			4 > 1
	Lise(3)	60	3.84	1.39			4 > 2
	Lisans(4)	12	4.60	1.00			4 > 3
	Okuryazar(5)	17	3.76	1.08			4 > 5
	Okuryazar değil(6)	44	3.13	1.25			4 > 6

Tablo 4.23'te çocuk durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde çocuk durumuna göre Özel insan ($t=0.028$, $p>.05$), Aile ($t=1.073$, $p>.05$), Arkadaş ($t=-0.983$, $p>.05$) ve toplam sosyal destek ($t=0.028$, $p>.05$) puanlarında anlamlı farklılık yoktur.

Tablo 4.23: Çocuk Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Özel İnsan	Evet	323	2.48	1.78	0.028	0.978
	Hayır	17	2.47	1.71		
Aile	Evet	323	4.50	1.76	1.073	0.284
	Hayır	17	4.03	2.00		
Arkadaş	Evet	323	3.53	1.88	-0.983	0.326
	Hayır	17	3.99	1.74		
Toplam Sosyal Destek	Evet	323	3.50	1.30	0.028	0.978
	Hayır	17	3.50	1.44		

Tablo 4.24'te çocuk sayısına göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde çocuk sayısına göre Özel insan ($F=0.392$, $p> .05$), Aile ($F=0.701$, $p> .05$), Arkadaş ($F=2.610$, $p> .05$) ve Toplam sosyal destek ($F=0.413$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.24: Çocuk Sayısına Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Özel İnsan	1-3 çocuk (1)	257	2.53	1.83	0.392	0.676	-
	4 çocuk ve üstü (2)	69	2.32	1.60			
	Çocuk yok (3)	14	2.46	1.60			
Aile	1-3 çocuk (1)	257	4.43	1.81	0.701	0.497	-
	4 çocuk ve üstü (2)	69	4.70	1.55			
	Çocuk yok (3)	14	4.36	2.06			
Arkadaş	1-3 çocuk (1)	257	3.62	1.89	2.610	0.075	-
	4 çocuk ve üstü (2)	69	3.16	1.77			
	Çocuk yok (3)	14	4.21	1.81			
Toplam Sosyal Destek	1-3 çocuk (1)	257	3.52	1.33	0.413	0.662	-
	4 çocuk ve üstü (2)	69	3.39	1.19			
	Çocuk yok (3)	14	3.68	1.47			

Tablo 4.25'te çalışma durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde çalışma durumuna göre Özel insan ($t=1.315$, $p> .05$) ve toplam sosyal destek ($t=0.452$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Aile ($t=-2.562$, $p< .05$) ve Arkadaş ($t=2.114$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Aile ve Arkadaş puanlarında çalışan bireylerin ortalaması çalışmayan bireylerin ortalamasından anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur.

Tablo 4.25: Çalışma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Özel İnsan	Evet	54	2.77	1.80	1.315	0.189
	Hayır	286	2.43	1.77		
Aile	Evet	54	3.92	2.00	-2.562	0.011
	Hayır	286	4.58	1.71		
Arkadaş	Evet	54	4.04	1.90	2.114	0.035
	Hayır	286	3.46	1.86		
Toplam Sosyal Destek	Evet	54	3.58	1.33	0.452	0.652
	Hayır	286	3.49	1.30		

Tablo 4.26'da düzenli çalışma durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklerde t-testi bulguları

görülebilir. Analiz neticesinde düzenli çalışma durumuna göre Özel insan ($t=-0.055$, $p> .05$), Aile ($t=-1.012$, $p> .05$), Arkadaş ($t=1.395$, $p> .05$) ve toplam sosyal destek ($t=0.184$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık yoktur.

Tablo 4.26: Düzenli Çalışma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Özel İnsan	Evet	19	2.46	1.76	-0.055	0.956
	Hayır	321	2.48	1.78		
Aile	Evet	19	4.08	2.23	-1.012	0.312
	Hayır	321	4.50	1.74		
Arkadaş	Evet	19	4.13	2.01	1.395	0.164
	Hayır	321	3.52	1.86		
Toplam Sosyal Destek	Evet	19	3.56	1.41	0.184	0.854
	Hayır	321	3.50	1.30		

Tablo 4.27’de eşin düzenli çalışma durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemlerde t-testi bulguları görülebilir. Analiz neticesinde eşin düzenli çalışma durumuna göre Özel insan ($t=-0.386$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Aile ($t=3.605$, $p< .05$), Arkadaş ($t=2.326$, $p< .05$) ve toplam sosyal destek ($t=2.559$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Aile, Arkadaş ve toplam sosyal destek puanlarında eşi düzenli çalışan bireylerin ortalaması eşi düzenli çalışmayan bireylerin ortalamasından anlamlı bir biçimde daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.27: Eşin Düzenli Çalışma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Özel İnsan	Evet	123	2.43	1.73	-0.386	0.699
	Hayır	217	2.51	1.80		
Aile	Evet	123	4.93	1.56	3.605	0.000
	Hayır	217	4.22	1.84		
Arkadaş	Evet	123	3.86	1.78	2.326	0.021
	Hayır	217	3.37	1.90		
Toplam Sosyal Destek	Evet	123	3.74	1.29	2.559	0.011
	Hayır	217	3.37	1.29		

Tablo 4.28’de gelir durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilir. Analiz neticesinde gelir durumuna göre Özel insan ($F=0.403$, $p> .05$), Aile ($F=1.987$, $p> .05$),

Arkadaş ($F=1.731$, $p> .05$) ve Toplam sosyal destek ($F=1.321$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.28: Gelir Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Özel İnsan	501-1500 (1)	34	2.73	1.99	0.403	0.807	-
	1501-2000 (2)	37	2.53	1.94			
	2001-3000 (3)	73	2.53	1.87			
	3001-4000 (4)	51	2.25	1.67			
	4001 ve üzeri (5)	145	2.47	1.68			
Aile	501-1500 (1)	34	4.18	1.98	1.987	0.096	-
	1501-2000 (2)	37	4.18	1.78			
	2001-3000 (3)	73	4.51	1.84			
	3001-4000 (4)	51	4.09	1.49			
	4001 ve üzeri (5)	145	4.75	1.75			
Arkadaş	501-1500 (1)	34	3.02	1.69	1.731	0.143	-
	1501-2000 (2)	37	3.28	2.00			
	2001-3000 (3)	73	3.40	1.93			
	3001-4000 (4)	51	3.56	1.89			
	4001 ve üzeri (5)	145	3.82	1.83			
Toplam Sosyal Destek	501-1500 (1)	34	3.31	1.35	1.321	0.262	-
	1501-2000 (2)	37	3.33	1.41			
	2001-3000 (3)	73	3.48	1.24			
	3001-4000 (4)	51	3.30	1.34			
	4001 ve üzeri (5)	145	3.68	1.28			

Tablo 4.29’da konut durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde konut durumuna göre Özel insan ($t=0.026$, $p> .05$), Aile ($t=-1.368$, $p> .05$), Arkadaş ($t=1.084$, $p> .05$) ve toplam sosyal destek ($t=-0.089$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık yoktur.

Tablo 4.29: Konut Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Özel İnsan	Kira	274	2.48	1.76	0.026	0.979
	Kendisinin	66	2.48	1.85		
Aile	Kira	274	4.41	1.73	-1.368	0.172
	Kendisinin	66	4.75	1.92		
Arkadaş	Kira	274	3.60	1.87	1.084	0.279
	Kendisinin	66	3.33	1.90		
Toplam Sosyal Destek	Kira	274	3.50	1.30	-0.089	0.929
	Kendisinin	66	3.52	1.34		

Tablo 4.30’da hanedeki kişi sayısına göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde hanedeki kişi sayısına göre Arkadaş ($F=0.830$, $p> .05$) ve Toplam sosyal destek ($F=0.293$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmezken; Özel insan ($F=4.862$, $p< .05$) ve Aile ($F=3.348$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Farkın kaynağını belirlemek için post-hoc testlerinden Tukey testi yapılmıştır. Analiz neticesinde hanede 2-3 kişi yaşayanların Özel insan ortalaması hanede 4-5 ve 6 kişi ve üstü yaşayanların ortalamasından daha yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte Aile puanlarında hanede 2-3 kişi yaşayanların ortalaması hanede 4-5 ve 6 kişi ve üstü yaşayanların ortalamasından daha düşük bulunmuştur.

Tablo 4.30: Hanedeki Kişi Sayısına Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Özel İnsan	2-3 kişi (1)	133	2.85	2.01	4.862	0.008	1 > 2 1 > 3
	4-5 (2)	147	2.23	1.56			
	6 kişi ve üstü (3)	60	2.28	1.56			
Aile	2-3 kişi (1)	133	4.19	1.91	3.348	0.036	1 < 2 1 < 3
	4-5 (2)	147	4.59	1.68			
	6 kişi ve üstü (3)	60	4.85	1.59			
Arkadaş	2-3 kişi (1)	133	3.67	1.95	0.830	0.437	-
	4-5 (2)	147	3.55	1.81			
	6 kişi ve üstü (3)	60	3.29	1.85			
Toplam Sosyal Destek	2-3 kişi (1)	133	3.57	1.44	0.293	0.747	-
	4-5 (2)	147	3.45	1.24			
	6 kişi ve üstü (3)	60	3.48	1.13			

Tablo 4.31’de sosyal güvenceye göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde sosyal güvenceye göre Özel insan ($F=0.865$, $p> .05$), Aile ($F=1.767$, $p> .05$), Arkadaş ($F=1.880$, $p> .05$) ve Toplam sosyal destek ($F=2.502$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4.31: Sosyal Güvenceye Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Özel İnsan	SSK (1)	172	2.48	1.78	0.865	0.459	-
	BAĞ-KUR (2)	20	2.76	1.83			
	GSS (Kendi veya Devlet) (3)	83	2.26	1.58			
	Yok (4)	65	2.68	1.97			
Aile	SSK (1)	172	4.61	1.76	1.767	0.153	-
	BAĞ-KUR (2)	20	4.50	1.90			
	GSS (Kendi veya Devlet) (3)	83	4.09	1.68			
	Yok (4)	65	4.62	1.84			
Arkadaş	SSK (1)	172	3.68	1.87	1.880	0.133	-
	BAĞ-KUR (2)	20	3.28	1.48			
	GSS (Kendi veya Devlet) (3)	83	3.17	1.74			
	Yok (4)	65	3.78	2.10			
Toplam Sosyal Destek	SSK (1)	172	3.59	1.33	2.502	0.059	-
	BAĞ-KUR (2)	20	3.51	1.26			
	GSS (Kendi veya Devlet) (3)	83	3.17	1.12			
	Yok (4)	65	3.69	1.41			

Tablo 4.32’de çocuk harici bakım sorumluluğu bulunma durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemlerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde çocuk harici bakım sorumluluğu bulunma durumuna göre Özel insan ($t=-0.765$, $p> .05$), Aile ($t=-0.014$, $p> .05$) ve toplam sosyal destek ($t=-1.621$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Arkadaş ($t=-2.661$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Arkadaş puanlarında çocuk harici bakım sorumluluğu bulunmayanların ortalaması, sorumluluğu bulunanların ortalamasından anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.32: Çocuk Harici Bakım Sorumluluğuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	p
Özel İnsan	Evet	29	2.24	1.65	-0.765	0.445
	Hayır	311	2.50	1.79		
Aile	Evet	29	4.47	2.16	-0.014	0.989
	Hayır	311	4.48	1.74		
Arkadaş	Evet	29	2.67	2.06	-2.661	0.008
	Hayır	311	3.63	1.84		
Toplam Sosyal Destek	Evet	29	3.13	1.46	-1.621	0.106
	Hayır	311	3.54	1.28		

Tablo 4.33'te bağımlılık duruma göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen Mann-Whitney U testi sonucunda bağımlılık duruma göre Özel insan (U=1296.50, p> .05), Aile (U=978.50, p> .05), Arkadaş (U=1201.00, p> .05) ve toplam sosyal destek (U=1486.00, p> .05) puanlarında anlamlı farklılık yoktur.

Tablo 4.33: Bağımlılık Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalama	Sıra Toplamı	U	P
Özel İnsan	Evet	9	191.94	1727.50	1296.50	.493
	Hayır	331	169.92	56242.50		
Aile	Evet	9	113.72	1023.50	978.50	.079
	Hayır	331	172.04	56946.50		
Arkadaş	Evet	9	202.56	1823.00	1201.00	.320
	Hayır	331	169.63	56147.00		
Toplam Sosyal Destek	Evet	9	170.11	1531.00	1486.00	.990
	Hayır	331	170.51	56439.00		

Tablo 4.34'te psikolojik duruma göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde psikolojik duruma göre Özel insan (t=-0.557, p> .05), Aile (t=-1.368, p> .05) ve toplam sosyal destek (t=-1.852, p> .05) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Arkadaş (t=-2.043, p< .05) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Arkadaş puanlarında psikolojik problemlili bulunmayanların ortalaması, psikolojik problemi bulunan bireylerin ortalamasından anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.34: Psikolojik Duruma Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	P
Özel İnsan	Evet	56	2.36	1.55	-0.557	0.578
	Hayır	284	2.51	1.82		
Aile	Evet	56	4.18	1.83	-1.368	0.172
	Hayır	284	4.54	1.76		
Arkadaş	Evet	56	3.08	1.74	-2.043	0.042
	Hayır	284	3.64	1.89		
Toplam Sosyal Destek	Evet	56	3.21	1.28	-1.852	0.065
	Hayır	284	3.56	1.30		

Tablo 4.35'te fiziksel sağlık durumuna göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen t-testi sonucunda fiziksel sağlık durumuna göre Özel insan (t=0.080, p> .05), Aile (t=-0.707, p> .05), Arkadaş (t=-0.281, p> .05) ve toplam sosyal destek (t=-0.421, p> .05) puanlarında anlamlı farklılık yoktur.

Tablo 4.35: Fiziksel Sağlık Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	P
Özel İnsan	Evet	76	2.50	1.92	0.080	0.936
	Hayır	264	2.48	1.73		
Aile	Evet	76	4.35	1.85	-0.707	0.480
	Hayır	264	4.52	1.75		
Arkadaş	Evet	76	3.50	2.11	-0.281	0.779
	Hayır	264	3.57	1.80		
Toplam Sosyal Destek	Evet	76	3.45	1.43	-0.421	0.674
	Hayır	264	3.52	1.27		

Tablo 4.36'da sosyoekonomik destek süresine göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde sosyoekonomik destek süresine göre Özel insan (F=1.774, p> .05), Arkadaş (F=0.528, p> .05) ve Toplam sosyal destek (F=1.829, p> .05) puanlarında anlamlı farklılık görülmezken; Aile (F=3.572, p< .05) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Farkın kaynağını belirlemek için post-hoc testlerinden Tukey testi yapılmıştır. Analiz neticesinde 1 yıldan az sürede yardım alanların Aile ortalaması, yılda bir kez yardım alanların ortalamasından anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.36: Sosyoekonomik Destek Süresine Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	F	p	Post-hoc
Özel İnsan	Yılda bir kez(1)	13	2.98	1.82	1.774	0.152	-
	1 yıldan az(2)	230	2.59	1.83			
	1-3 yıl arası(3)	72	2.11	1.53			
	3 yıldan fazla(4)	25	2.32	1.76			
Aile	Yılda bir kez(1)	13	4.27	1.79	3.572	0.014	1 < 2
	1 yıldan az(2)	230	4.63	1.73			
	1-3 yıl arası(3)	72	4.39	1.73			
	3 yıldan fazla(4)	25	3.45	1.96			
Arkadaş	Yılda bir kez(1)	13	4.06	2.43	0.528	0.663	-
	1 yıldan az(2)	230	3.56	1.87			
	1-3 yıl arası(3)	72	3.39	1.73			
	3 yıldan fazla(4)	25	3.65	2.02			
Toplam Sosyal Destek	Yılda bir kez(1)	13	3.77	1.63	1.829	0.142	-
	1 yıldan az(2)	230	3.59	1.31			
	1-3 yıl arası(3)	72	3.29	1.25			
	3 yıldan fazla(4)	25	3.14	1.19			

Tablo 4.37’de sosyoekonomik desteğin sorunları çözmeye yardımcı olma duruma göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde sosyoekonomik desteğin sorunları çözmeye yardımcı olma duruma göre Özel insan ($t=0.684$, $p> .05$), Arkadaş ($t=0.165$, $p> .05$) ve toplam sosyal destek ($t=1.294$, $p> .05$) puanlarında anlamlı farklılık yokken; Aile ($t=1.998$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Aile puanlarında sosyoekonomik desteğin sorunlara çözümüne yardımcı olan bireylerin ortalaması, yardımcı olmayan bireylerin ortalamasından anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.37: Sosyoekonomik Desteğin Sorunları Çözmeye Yardımcı Olma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	P
Özel İnsan	Evet	215	2.53	1.80	0.684	0.494
	Hayır	125	2.40	1.74		
Aile	Evet	215	4.62	1.79	1.998	0.047
	Hayır	125	4.23	1.72		
Arkadaş	Evet	215	3.56	1.91	0.165	0.869
	Hayır	125	3.53	1.82		
Toplam Sosyal Destek	Evet	215	3.57	1.31	1.294	0.197
	Hayır	125	3.38	1.28		

Tablo 4.38’de aileden maddi/manevi destek alma duruma göre algılanan sosyal desteğin karşılaştırılması için gerçekleştirilen bağımsız örneklemelerde t-testi bulguları görülebilmektedir. Analiz neticesinde aileden destek alma duruma göre Özel insan ($t=2.804$, $p< .05$), Aile ($t=2.593$, $p< .05$), Arkadaş ($t=3.976$, $p< .05$) ve toplam sosyal destek ($t=4.405$, $p< .05$) puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir.

Tablo 4.38: Aileden Maddi/Manevi Destek Alma Durumuna Göre Algılanan Sosyal Desteğin Karşılaştırılması

		n	Ortalama	SS	t	P
Özel İnsan	Evet	47	3.15	1.97	2.804	0.005
	Hayır	293	2.38	1.72		
Aile	Evet	47	5.10	1.56	2.593	0.010
	Hayır	293	4.38	1.79		
Arkadaş	Evet	47	4.54	1.85	3.976	0.000
	Hayır	293	3.39	1.83		
Toplam Sosyal Destek	Evet	47	4.26	1.36	4.405	0.000
	Hayır	293	3.38	1.25		

Anlamli farklilik gorulen Ozel insan, Aile, Arkadas ve toplam sosyal destek puanlarinda aileden maddi/manevi destek alanlarin ortalamasi, destek almayanlarin ortalamasindan anlamlı olarak daha yuksek bulunmustur.

4.3. Stresle Bas Etme ile Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişki

Tablo 4.39’da stresle bas etme ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan Pearson korelasyon analizi bulguları görülebilmektedir.

Tablo 4.39: Değişkenler Arasındaki İlişki

Stresle Baş Etme	Algılanan Sosyal Destek			
	Özel İnsan	Aile	Arkadaş	Toplam Sosyal Destek
Mantıksal Analiz	.183**	.283**	.332**	.371**
Pozitif Değerlendirme	.273**	.246**	.329**	.393**
Destek Arama	.329**	.384**	.519**	.572**
Problem Çözme	.235**	.237**	.299**	.357**

Analiz neticesinde ortaya çıkan bulgular şu şekildedir:

Stresle baş etme özelliklerinden Mantıksal analiz ile Özel insan ($r= 0.183$, $p< 0.01$), Aile ($r= 0.283$, $p< 0.01$), Arkadaş ($r= 0.332$, $p< 0.01$) ve Toplam sosyal destek ($r= 0,371$. $p< 0.01$) puanların arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkinin bulunduğu görülmektedir.

Stresle baş etme özelliklerinden Pozitif değerlendirme ile Özel insan ($r= 0.273$, $p< 0.01$), Aile ($r= 0.246$, $p< 0.01$), Arkadaş ($r= 0.329$, $p< 0.01$) ve Toplam sosyal destek ($r= 0.393$, $p< 0.01$) puanların arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkinin bulunduğu görülmektedir.

Stresle baş etme özelliklerinden Destek arama ile Özel insan ($r= 0.329$, $p< 0.01$), Aile ($r= 0.384$, $p< 0.01$), Arkadaş ($r= 0.519$, $p< 0.01$) ve Toplam sosyal destek ($r= 0.572$, $p< 0.01$) puanların arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkinin bulunduğu görülmektedir.

Stresle baş etme özelliklerinden Problem çözme ile Özel insan ($r= 0.235$, $p< 0.01$), Aile ($r= 0.237$, $p< 0.01$), Arkadaş ($r= 0.299$, $p< 0.01$) ve Toplam sosyal destek ($r= 0.357$, $p< 0.01$) puanların arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkinin bulunduğu görülmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

Bu araştırmada sosyal yardım alan yoksul kadınlarda algılanan sosyal desteğin stresle baş etme süreçlerine etkisinin istatistiksel olarak çeşitli yönleriyle incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca kadınların çeşitli sosyo-demografik özelliklerinin bu değişkenler bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi amaç edinilmiştir ve algılanan sosyal destek ile stresle baş etme arasındaki ilişkinin ortaya konulması hedeflenmiştir. Araştırmada Cohen ve Wills tarafından (1985) geliştirilen ve literatürde yoğun bir biçimde kabul görmüş olan Strese Karşı Tamponlama Modeli'ne dayalı olarak algılanan sosyal destek ve stresle baş etme olmak üzere iki temel değişken yer almaktadır ve bu değişkenler arası ilişkiler test edilmektedir. Bu amaçlar doğrultusunda, anket formları yoluyla Şişli Belediyesinden sosyal yardım konusunda faydalanan 340 katılımcıdan elde edilen yanıtları, araştırmanın verilerini oluşturmuştur. Elde edilen veriler SPSS istatistik paket programında çözümlenmiştir. Elde edilen bulgular ışığında erişilen sonuçlar aşağıda özetlenmiştir.

Katılımcıların stresle baş etme boyutlarına genel bir bakışta, mantıksal analiz ve pozitif değerlendirme boyutlarında ortalamaların yüksek olduğu görülmektedir. Bu, katılımcıların stresli durumları analiz etme ve olumlu bir bakış açısıyla yaklaşma konusunda daha iyi yeteneklere sahip olduğuna işaret etmektedir. Ancak, destek arama ve problem çözme boyutlarında ortalama puanlar daha düşük olmuştur. Bu, katılımcıların stresle baş etmek için destek arama ve problemleri çözme konularında daha fazla gelişme potansiyeline sahip olduklarını göstermektedir. Bu durum, katılımcıların stresle baş etme noktasında daha çok bilişsel mekanizmalara göre hareket ettiklerini ortaya koymaktadır. Ancak genel bir değerlendirme ile tüm boyutlarda ortalama değerlerin yüksek olduğu gözlenebilmektedir. Bu da sosyal yardım alan yoksul kadınların stres içerisinde oldukları ancak bunu çözümlenmek yönünde stresle baş etme mekanizmalarına yoğunlukla başvurduklarını düşündürmektedir. Sonuç olarak, katılımcıların stresle baş etme becerileri ve algıladıkları sosyal destek düzeyi konusunda bazı güçlü yönler ve gelişim gereken alanlar bulunmaktadır. Katılımcı kadınlar, mantıksal analiz ve pozitif değerlendirme konularında güçlüdürler ancak destek arama ve problem çözme konularında daha fazla çalışmaya ihtiyaçları olabilecektir.

Algılanan sosyal destek değişkenlerinde ise özel insan kategorisi diğerlerine göre düşük bir ortalamaya sahiptir (2.48). Aile desteği oldukça yüksektir (4.48), bu da katılımcının ailesi tarafından güçlü bir şekilde desteklendiğini ve bu ilişkinin olumlu olduğunu göstermektedir. Arkadaş desteği ise ortalama düzeyde (3.35) yer almaktadır. Algılanan sosyal destek değişkeninde elde edilmiş olan bu sonuçlar, kadınların ihtiyaç duyduğu dönemlerde arkadaşlarından veya aile üyelerinden aldığı desteğin daha önemli olduğunu, özellikle de aile desteğinin önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Yapılan fark testlerinde elde edilen bulgulara göre yapılan değerlendirmeleri aşağıdaki şekilde özetlemek mümkündür.

5.1. Stresle Baş Etme Değişkenine İlişkin Sonuçlar

Yaşa göre stresle başa çıkma özelliklerinin karşılaştırılması sonucunda elde edilen bulgular boyutlar bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç elde edilmediğini göstermiştir. Bu bakımdan yaş faktörü, stresle baş etme noktasında belirleyici olmamıştır.

Medeni duruma göre stresle başa çıkma ele alındığında, destek arama ve problem çözme puanlarında medeni duruma göre anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bu, medeni durumun bu iki stresle başa çıkma özelliği üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığını gösterir. Mantıksal analiz ve pozitif değerlendirme puanlarında ise anlamlı farklılıklar vardır. Boşanmış bireyler, bu iki özellikte evli ve dul bireylerden anlamlı olarak daha yüksek puan almıştır. Bu sonuç, boşanmış bireylerin stresle başa çıkmada mantıklı düşünme ve olumlu bir bakış açısına sahip olduklarını işaret edebilecektir.

Eğitim durumuna göre, eğitim düzeyinin pozitif değerlendirme üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığı görülürken, mantıksal analiz, destek arama ve problem çözme puanlarında eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar vardır. Okuryazar olmayan bireyler, bu üç özellikte diğer bireylerden anlamlı olarak daha düşük puan almıştır. Bu bulgu, düşük eğitim düzeyinin stresle başa çıkma becerilerini olumsuz etkileyebileceğine işaret etmektedir.

Çocuk durumuna ve çocuk sayısına göre hiçbir stresle başa çıkma özelliğinde anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bu, çocuk sahibi olmanın ve çocuk sayısının bu özellikler üzerinde belirgin bir etkisi olmadığını göstermektedir.

Çalışma durumuna, düzenli çalışma durumuna ve eşin düzenli çalışma durumuna göre göre hiçbir stresle başa çıkma özelliğinde anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Ayrıca gelir

durumuna göre, konut durumuna göre, hanedeki kişi sayısına göre, sosyal güvenceye göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gözlenmemiştir. Bu bulgular, çalışma, gelir, güvence ve konut sahipliğinin stres ve stresle baş etme üzerinde etken olmadığına işaret etmektedir.

Sosyoekonomik destek süresine göre mantıksal analiz, destek arama ve problem çözme puanlarında anlamlı farklılıklar vardır. Yılda 1 kez ve 3 yıldan fazla destek alan bireylerin problem çözme ortalamaları 1-3 yıl arası destek alan bireylerin ortalamalarından anlamlı olarak daha düşüktür. Bu bulgu, sosyoekonomik destek süresinin bu özellikler üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Sosyoekonomik desteğin sorunları çözmeye yardımcı olma durumuna göre pozitif değerlendirme ve problem çözme puanlarında anlamlı farklılıklar vardır. Sosyoekonomik desteği sorunları çözmeye yardımcı olan bireylerde pozitif değerlendirme ve problem çözme ortalamaları daha yüksektir. Bu, sosyoekonomik desteğin sorunları çözmeye yeteneği üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

Son olarak aileden maddi/manevi destek alma durumuna göre mantıksal analiz, pozitif değerlendirme ve problem çözme puanlarında anlamlı farklılıklar vardır. Aileden maddi/manevi destek alan bireylerde ortalama puanlar daha yüksek düzeydedir. Elde edilen bu bulgu, aileden sosyal destek alan bireylerin stresle başa çıkma becerilerinin daha iyi olduğunu göstermektedir.

5.2. Algılanan Sosyal Destek Değişkenine İlişkin Sonuçlar

Yaşa göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, özel insan, aile ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı bir fark görülmemiştir. Ancak, arkadaş puanlarında 56 yaş ve üzeri bireylerin diğer yaş gruplarına göre anlamlı olarak daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, yaşlı bireylerin arkadaşlarından daha az sosyal destek aldığını veya ihtiyacı olduğu kadar arkadaş desteği alamadığına işaret edebilecektir.

Medeni duruma göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, özel insan, arkadaş ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Ancak, aile puanlarında evli bireylerin boşanmış bireylere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, evlilik durumunun aile desteğini artırıcı bir etkiye sahip olabileceğine işaret edebilecektir.

Eğitim durumuna göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, özel insan, arkadaş ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Lisans eğitimi

almış bireylerin bu destek türlerini diğer eğitim seviyelerine göre daha yüksek değerlendirdiği görülmüştür. Bu, daha yüksek eğitim düzeyinin sosyal destek algısını olumlu etkileyebileceğini göstermektedir.

Çocuk durumuna göre ve çocuk sayısına göre boyutların hiçbirinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Dolayısıyla stresle baş etme değişkenine benzer şekilde burada da çocuk durumu ve sayısı belirleyici olmamıştır.

Çalışma durumuna göre özel insan ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Ancak, aile ve arkadaş puanlarında çalışmayan bireylerin çalışanlara göre anlamlı olarak daha düşük olduğu görülmüştür. Bu, çalışan bireylerin aile ve arkadaş desteklerini daha fazla değerlendirdiğini gösterebilecektir.

Düzenli çalışma durumuna göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Ancak bununla birlikte, eşin düzenli çalışma durumuna göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, aile, arkadaş ve toplam sosyal destek puanlarında eşi düzenli çalışan bireylerin lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu, eşin düzenli bir işte çalışmasının sosyal destek algısını artırıcı bir faktör olabileceğini gösterebilecektir.

Gelir durumuna göre ve konut sahipliği durumuna göre algılanan sosyal desteğe ilişkin olarak ele alınan hiçbir boyutta gruplar arasında istatistiksel anlamlı sonuçlar ortaya çıkmamıştır.

Hanedeki kişi sayısına göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, arkadaş ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Ancak, özel insan ve aile puanlarında 2-3 kişiyle yaşayanların puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgudan hareketle, aile desteği açısından, daha küçük hanelerde yaşayan bireylerin daha fazla destek aldığı söylenebilecektir.

Sosyal güvenceye göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, özel insan, aile, arkadaş ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Bu bulgu, sosyal güvence durumunun algılanan sosyal destek üzerinde etkili olmadığını göstermektedir.

Çocuk harici bakım sorumluluğuna göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, özel insan, aile ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Ancak, arkadaş puanlarında çocuk harici bakım sorumluluğu olmayan bireylerin

lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Arkadaş desteği açısından, çocuk harici bakım sorumluluğu bulunmayan bireylerin daha fazla destek aldığı görülmüştür.

Bağımlılık durumuna göre sosyal destek puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Fakat psikolojik duruma göre arkadaş puanlarında psikolojik problemi olmayan bireylerin lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Arkadaş desteği açısından, psikolojik problemi olmayan bireylerin daha fazla destek aldığı görülmüştür. Fiziksel sağlık durumuna göre ise herhangi bir istatistiksel anlamlı farklılık belirlenmemiştir.

Sosyoekonomik destek süresine göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, özel insan, arkadaş ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Ancak, aile puanlarında 1 yıldan az sürede yardım alan bireylerin lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Aile desteği açısından, kısa süreli sosyoekonomik destek alanların daha fazla destek aldığı görülmüştür. Sosyoekonomik destek sorunları çözmeye yardımcı olma durumuna göre aile puanlarında sosyoekonomik destek sorunlarını çözen bireylerin lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu, aileden aldığı destekle sorunları çözebilen bireylerin daha fazla destek algıladığına işaret etmektedir.

Son olarak aileden maddi/manevi destek alma durumuna göre algılanan sosyal destek değerlendirmesinde, Özel insan, aile, arkadaş ve toplam sosyal destek puanlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Aileden maddi/manevi destek alan bireylerin, destek almayanlara göre daha yüksek sosyal destek algısı olduğu görülmüştür. Aile üyeleri arasındaki bağlar, destek sağlama eğilimini ve etkisini artırabilecektir. Maddi veya manevi destek alan bireylerin aile bağları daha güçlü olabilecek ve bu da destek algısını olumlu etkileyebilecektir.

5.3. Stresle Baş Etme Değişkeni ve Algılanan Sosyal Destek Değişkeni Arasındaki İlişkiye Yönelik Elde Edilen Sonuçlar

Mantıksal analiz ile algılanan özel insan, aile, arkadaş ve toplam sosyal destek arasında pozitif-anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu, mantıklı düşünme yeteneğinin gelişmiş olduğu bireylerin daha fazla sosyal destek algısı taşıdığını gösterebilecektir. Bu destek, stresle ilgili problemleri çözüme süreçlerinde etkili olabilecektir.

Pozitif değerlendirme yeteneği ile algılanan özel insan, aile, arkadaş ve toplam sosyal destek arasında pozitif-anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu durum, daha fazla sosyal destek algısına sahip olan bireylerin bu yeteneği geliştirmek konusunda daha yetenekli olabileceğine işaret edebilecektir.

Destek arama ile algılanan özel insan, aile, arkadaş ve toplam sosyal destek arasında pozitif-anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmıştır. Bu bulgular, destek aramanın bir tür aktif baş etme stratejisi olduğunu ve bu stratejiyi kullanan bireylerin daha fazla sosyal destek algısı taşıdığını göstermektedir. İnsanlar zor zamanlarında sosyal destek arayarak destek almayı tercih edebilecektir.

Problem çözme yeteneği ile algılanan özel insan, aile, arkadaş ve toplam sosyal destek arasında pozitif-anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Stresle baş etme noktasında problem çözme yaklaşımı gelişmiş olan bireyler, daha fazla sosyal destek algısı ile ilişkilendirilebilmektedir.

Baş çıkma özellikleri arasında destek arama, algılanan sosyal destek ile en güçlü pozitif korelasyona sahiptir ve bunu olumlu değerlendirme, problem çözme ve mantıksal analiz takip etmektedir. Özel kişiye ilişkin korelasyon katsayılarının aile ve arkadaşlara göre daha düşük olması, bireylerin özel bir kişiden aile veya arkadaşlarına göre daha az destek algılayabileceklerini göstermektedir.

Toplam sosyal destek puanının tüm baş çıkma özellikleriyle pozitif bir korelasyona sahip olması, daha yüksek düzeyde sosyal destek algılayan bireylerin stresle baş çıkmak için etkili baş çıkma stratejilerini kullanma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Sonuç olarak, bu analiz sonuçları, farklı stresle baş etme stratejilerinin algılanan sosyal destek düzeyi ile önemli bir şekilde ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu durum da daha yüksek düzeyde algılanan sosyal desteğe sahip olan kadınların, stresi yönetmek için etkili baş çıkma stratejileri kullanma olasılıklarının daha yüksek olduğu anlamına gelebilecektir. Arkadaşlardan, aileden veya özel bir kişiden destek aramanın, stresle baş çıkmada etkili baş çıkma stratejisi olabilecektir. Daha destekleyici ilişkilere sahip olan yoksul kadınlar, yoksulluktan veya ilişkili faktörlerden doğan stresli durumları analiz etmek ve bu durumlar ile baş çıkmak için planlar geliştirme, stresli durumların olumlu yönlerini bulma veya bunları daha olumlu bir ışık altında yeniden değerlendirme, destek arama ve sorunu çözme konusunda daha iyi olma eğiliminde olabilecektir.

Araştırmada elde edilen bu sonuçlar, psikoloji ve sosyal bilimler alanındaki literatürde stres ve algılanan sosyal desteği ele alan çalışmalarda yer alan bilgi ve bulguları doğrular niteliktedir. Literatürde yer alan araştırmalar, yoksullukla karşı karşıya olan

kadınların orantısız bir travma sonrası stres bozukluğu gibi stres semptomlarının yarattığı psikolojik yüklere maruz kaldıklarını göstermektedir. Maddi açıdan dezavantajlı konum ve temel ihtiyaçların karşılanmasındaki zorluklar, düşük gelirli, yani yoksul durumda olan kadınların çoğu zaman stresli bir yaşam sürdürmesine yol açabilmektedir (Kuruvilla ve Jacob, 2007; Hutton, 2015; Iyela ve Ikwuakam, 2015; Holmes vd., 2021; Jones vd., 2022; Ravi vd., 2023). Diğer taraftan, literatürde yer alan stresin tamponlama etkisine ilişkin teoriye göre, bir kişinin sahip olduğu veya sahip olduğunu algıladığı daha fazla sosyal destek veya kaynak, onun stresli durum üzerinde daha fazla kontrol sahibi olduğunu hissetmesine yardımcı olabilmekte veya olumsuz olayı daha fazla duygusal olarak açığa vurmasına ve işlemesine yol açabilmekte, bu da daha sonra ilişkili durumu iyileştirebilmektedir. Bu bakımdan algılanan sosyal destek, bireylerin stresli olayları yeniden değerlendirmelerine yardımcı olan bir faktör olarak ele alınmaktadır (Cohen vd., 2000; Szkody vd., 2021: 2-3). Sosyal destek olgusunun algılanışı, bireyin strese yönelik algısı üzerinde etkili olarak stres durumunu daha hissetmesini sağlayabilmektedir (House, 1987; Yuvakgil, 2017: 24-25). Çalışmaların çoğu, güçlü sosyal destek sistemlerine sahip bireylerin, stresle baş etme noktasında daha uyumlu ve etkili başa çıkma stratejileri kullanma eğiliminde olduklarını ortaya koymuştur.

Stres, başa çıkma ve sosyal destek süreçlerine ilişkin mevcut araştırmaların gözden geçirilmesi, algılanan sosyal desteğin sağlık ve ruh sağlığı sonuçlarını etkilemedeki önemini de vurgulamaktadır (Thoits, 1995).

Karabulutlu vd. (2014), hemodiyaliz hastalarında stresle başa çıkma tarzları ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkileri tespit etmek üzere gerçekleştirdiği araştırmada anlamlı ilişkiler bulunduğu tespit edilmiş ve hastaların en fazla ailelerinden destek aldığı ortaya çıkmıştır.

Meme kanseri olan kadınların duygusal refahını öngörmede sosyal destek ve başa çıkma stratejilerinin incelendiği araştırmada sosyal destek ve başa çıkma stratejilerinin psikolojik iyi oluşu etkilemede birbirleriyle etkileşime girdiği bir ılımlılık modelini test etmiş ve hipotezleri ile tutarlı sonuçlar elde etmiştir (Kim vd., 2010).

Bınar (2011), sığınma evlerinde kalmakta olan kadınlar bağlamında algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma tarzı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu iki değişken arasında düşük seviyede, ancak pozitif-anlamlı ilişkinin olduğunu ortaya koymuştur.

Düşük gelirli topluluklarda yaşayan ergenler üzerinde yapılan bir araştırma, algılanan sosyal desteğin yüksek düzeylerinin ve problem çözmeyle başa çıkma stratejilerinin kullanımının, depresyon düzeylerinin azalmasıyla ilişkili olduğunu tespit etmiştir (Xiao, 2013).

Iranzad vd. (2014), İran Tebriz'deki sağlık ocaklarında hamile kadınlarda sosyal desteği ve bunun hamile kadınların algıladıkları stres oranıyla ilişkisini belirlemeyi amaçladığı araştırmasında, olumlu sosyal desteğe sahip kadınların, olumsuz sosyal desteğe sahip kadınlara göre önemli ölçüde daha az stres yaşadıklarını tespit etmiştir.

Taywade (2018), kanser hastalarında baş etme becerileri ile sosyal destek arasındaki ilişkiyi araştırmış ve anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur.

Bakıma muhtaç yaşlı kişilere yönelik bakım tesislerinde bakım verenler üzerinde yapılan bir araştırma, algılanan sosyal desteğin ve işlevsel başa çıkma stratejilerinin daha düşük tükenmişlik ve algılanan stres düzeyleriyle ilişkili olduğunu bulmuştur (Tonna, 2019).

Yıldız ve Dirik (2019) genç yetişkinler bağlamında algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmada ailesi, sevdikleri ve arkadaşlarından sosyal destek alan bireylerin, stresle başa çıkmak noktasında etkili yöntemleri daha fazla kullandıklarını tespit etmiştir.

Zamanian vd. (2021) kadınlarda sosyal destek, başa çıkma stratejileri ve depresif-anksiyeteli semptomatoloji arasındaki ilişkiyi incelemiş ve başa çıkma stratejilerinin sosyal destek, depresyon arasındaki ilişkiye aracılık etmede rolünün bulunduğunu ortaya koymuştur.

Covid-19 salgını sırasında asistan doktorlar üzerinde yapılan bir araştırma, algılanan sosyal desteğin ve başa çıkma stratejilerinin algılanan stresin sonucunu etkilediğini ortaya çıkarmıştır (Ghosh vd., 2022).

Çin'deki HIV/AIDS sağlık hizmeti sağlayıcıları üzerinde yürütülen bir başka araştırma, sosyal destek aramanın, sorun çözme stratejilerinin ve sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemenin stresle başa çıkmada etkili başa çıkma stratejileri olduğunu bulmuştur (Tong vd., 2022).

Button vd. (2023) Covid-19 sırasında Atlantik Kanadalı sağlık profesyoneli öğrencilerinden oluşan bir örnekleme, Covid öncesi akranlarıyla karşılaştırıldığında

algılanan sosyal desteğin stresle başa çıkmanın üzerindeki anlamlı etkisini tespit etmiştir.

Spesifik olarak yoksul kadınlar üzerinde stresle baş etme ve algılanan sosyal destek değişkenleri arasındaki ilişkileri ele alan bir çalışmaya referans vermek mümkün olmamakla beraber, yukarıda görüldüğü gibi muhtelif araştırmalarda elde edilmiş olan bu tür bulgular, algılanan sosyal desteğin yoksul kadınların stresle etkili bir şekilde başa çıkmalarına yardımcı olmada önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Yoksul kadınların yakınları tarafından sosyal olarak desteklendiklerini hissettiklerinde, psikolojik ve fiziksel sağlıklarına yardımcı olan başa çıkma stratejilerini kullanma olasılıkları daha yüksek olabilecektir.

Elbette stresle başa çıkma stratejileri ile sosyal destek arasındaki ilişkinin bireysel özelliklere, kişiliklere, içerisinde bulunulan durumlara, stres kaynağının doğasına, zamana, şartlara ve kültürel faktörlere göre değişebileceğini göz önünde bulundurmak önemlidir. Dolayısıyla çalışmaların spesifik bulguları bu faktörlere bağlı olarak farklılık gösterebilecektir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Kadınların işgücü piyasasındaki konumu, sosyal güvenliğin tasarımı ve kadınların aile içindeki rolleri, kadınların yoksulluğa karşı korunmasız kalmasına katkıda bulunmaktadır. İstihdam yoksulluğa karşı önemli bir güvence olabilmektedir. Fakat bu durum kadınlar için her zaman geçerli değildir. Kadınların işgücü piyasasına daha gevşek bağlanması, cinsiyet rollerinin ve bakım sorumluluklarını kimin üstlenmesi gerektiğine ilişkin beklentilerin bir sonucudur. Sosyal yardım sisteminin tasarımı ve ulaşım, çocuk bakımı ve sosyal bakıma yatırım yapılmaması da kadınların bakım taahhütlerini ücretli istihdamla birleştirme becerisini engellemektedir (Women's Budget Group, 2018: 5). Tüm bunlar, kadınlar için yoksulluğu tetiklemekte, derinleştirmekte, artırmaktadır.

Kadınlar için yoksulluk, kadınların toplumsal yaşamda ve hanelerinde kaynaklara erişmek konusunda sınırlılık yaşadığı, temel ihtiyaçlarını gerektiği gibi karşılayamadığı bir tablodur. Kadınların yoksulluğu ciddi bir sorundur ve hemen hemen her ülkede sıklıkla görülmektedir. Kadınlarda yoksulluğa neden olan birçok faktör bulunmaktadır (Gani, 2021: 1034). Kadınlar arasında daha fazla yoksulluğa yol açan toplumsal cinsiyet rolleri, eşitsizlikler, kaynaklara erişim zorluğu, cinsiyet ayrımcılığı gibi faktörler, gelişmekte olan dünyanın hemen her yerinde halen yaygındır. Bununla birlikte, kadın yoksulluğunun görülme sıklığı, derinliği ve kırılabilirliği, önemli kırsal-kentsel farklılıklara rağmen, gelişmekte olan ülkelerde daha belirgindir (McFerson, 2010: 50).

Modern küresel ekonomi artık bir gerçektir. Ancak dünyanın her yerinde, 21. yüzyılda artık var olmaması gereken koşullarda, ancak hayatta kalmaya yetecek gelir elde ederek çalışan kadınlar, hatta bu geliri dahi elde edemeyen kadınlar bulunmaktadır. Örneğin kırsal kesimdeki kadınlar, çoğu zaman hiçbir ücret ödemedi, aile arazilerinde yıpratıcı saatler harcamaktadır. Kentsel bölgelerde yaşayanlar denetimsiz fabrikalarda güvensiz koşullarda çalışmakta, çoğu zaman kaçak yollarla istihdam edilmektedir. Çalışan kadınların pek çoğu, çoğunlukla sağlıksız ve çoğu zaman güvensiz koşullarda, düzenlenmemiş ve güvencesiz işlerde çalışmaktadır. Ancak diğer taraftan, pek çok kadın bir biçimde istihdam piyasasına erişmek, gelir elde etmek ve diğer ilişkili haklara erişmek konusunda çok daha dezavantajlıdır. Kadınlar üzerinde önemli bir stres faktörü ve çeşitli dezavantajlar oluşturan bu durum, yoksulluğun ortadan kaldırılması ve cinsiyet eşitliğinin sağlanması da dahil olmak üzere politikalar

ve uygulamalar açısından dikkate alınmasını gerektiren ciddi bir gerçekliktir (Chen vd., 2005: 6).

Günlük yaşamda herkes bir biçimde stres hissetmiştir ancak herkes kronik stresten muzdarip değildir. Vücudumuzun strese verdiği tepki, kısa vadede fiziksel ve psikolojik zorluklarla başa çıkmamıza yardımcı olsa da uzun vadede aynı zorluklarla baş etmemizi engellemektedir. Stres tepkisinin tetikleyicisi, soğuk hava veya glikoz dengesizliği gibi fizyolojik bir sorun ya da travmatik bir olay veya yakın bir arkadaşın ölümü gibi tanımlanabilen psikolojik bir olay olabilmektedir. Ancak diğer stres kaynakları daha belirsizdir. İnsanlarda iki sınıf nedensel etken, stresi arttırmak için etkilere girmektedir. Bunlar sigara içmek, aşırı alkol veya kolesterolden zengin beslenme gibi fiziksel etkenler ve felakete sonuçlanan bir olay, ailede ölüm, yalnızlık veya iş yerinde gerginlik, ekonomik sıkıntılar gibi psikolojik etkenlerdir (Cheney ve Seyfarth, 2009: 1).

Bir ailedeki stres düzeylerinin, ailenin sahip olduğu ekonomik koşullarla yakından ilişkili olduğu gösterilmiştir. Yoksulluğun, çocuk ve yaşlı bakımında problemler, sosyal, ekonomik ve psikolojik problemler, ailedeki şiddet de dahil olmak üzere olumsuz pek çok faktörler ile ilişkili olduğu kabul edilmektedir. Yoksul aileler orta sınıf ailelere göre çok daha fazla stres yaşamaktadır. Mali belirsizliğin yanı sıra, bu ailelerin hastalık, depresyon, ev tahliyesi, iş kaybı, suç mağduriyeti dahil olmak üzere bir dizi olumsuz olaya ve duruma maruz kalma olasılıkları daha yüksektir. Ekonomik açıdan zor zamanlar geçiren ebeveynler stres altında olduklarından örneğin aşırı derecede cezalandırıcı ve kararsız davranabilmekte; hakaret, tehdit ve fiziksel cezalarla desteklenen taleplerde bulunabilmektedir. Dolayısıyla yoksul aileler ve bireyler için stres, olumsuz sonuçlar doğuran etmenlerle ilişkilidir (Cliffsnotes, 2023). Bu durum da hem yoksulluktan muzdarip olan kadınların kendisi hem de yakınları için önemli bir sorunsal doğurmaktadır. Bu nedenle stresle başa çıkma yöntemleri, stresi azaltıcı yollar ve tedbirler, yoksul kadınlar ve yakınları açısından büyük bir önem taşımaktadır.

Diğer taraftan yoksul olmayan ailelerde bile ev idaresi, günlük yaşam sorumlulukları ve geçim derdi önemli ölçüde strese neden olabilmekteyken bu durum özellikle yoksul aileler için sorun arz etmektedir. Yoksul kadınlar, yaşadıkları yoksulluktan dolayı daha fazla stres içerisinde bulunmakta ve aile yaşamının olağan stresleri yoksul kadınlarda daha da belirgin ve yoğun hale gelmektedir. Bu durumu daha da karmaşık hale getiren

şey, bu sorunlar ortaya çıktığında yoksul kadınların ve ailelerinin bu sorunlarla başa çıkmak için varlıklı ailelere göre daha az kaynağa sahip olmasıdır (University of Minnesota, 2015). Bu bakımdan yoksul kadınlar için ekonomik varlıklardan bağımsız olarak manevi bir yönü olan sosyal destek, stresle başa çıkabilmek noktasında önemli bir destek olma potansiyelini taşımaktadır.

Bu araştırmada elde edilen sonuçlar, yardım alan yoksul kadınlar bağlamında algılanan sosyal desteğin stresle baş etmede önemli olduğunu ortaya koymuştur. Bu konuda özellikle aileden alınan sosyal desteğin önemli olduğu sonucuna erişilmiştir. Elde edilen bu sonuçlar, spesifik olarak yoksul kadınlar bağlamında bu iki değişken arasındaki anlamlı ilişkiler bulunduğuna yönelik özgün değerlendirmeler ortaya çıkarmakla beraber, başka alanlarda yapılan benzer çalışmaların sonuçlarını doğrulamıştır.

Daha fazla ekonomik fırsat ve kazanç kapasitesi, kadınların şiddet içeren durumlardan kaçınmasına, ailelerine yeterli düzeyde bakmasına ve çocuklarını eğitmesine olanak tanıyarak topluluklarını güçlendirebilecektir. Bir kadının ekonomik bağımsızlığı ve gücü, onun ev içinde ve dışında itibarını arttırabilecektir. Bu nedenle kadınları yoksulluğun üstesinden gelmeleri ve hayatlarında insan onuruna yakışır şartlar, fırsatlar, olanaklar ile refahlarının yeniden kazanmaları için güçlendirilmesi büyük bir önem taşımaktadır (Bureau of International Information Programs, 2023). Bu konuda kadınların toplumsal cinsiyet eşitsizliği sebebiyle oluşan dezavantajlarının ele alınması, kayıt dışı, güvencesiz ve düşük ücretli istihdam oluşumunu engelleyici politikalar ve uygulamalar toplum içerisindeki tüm birey ve grupların olduğu kadar özellikle de kadınların yoksulluğunu azaltmak noktasında önemli olabilecektir.

Araştırmamızın sonuçlarına dayanarak politika yapıcılara ilişkin olarak şu öneriler getirilebilir:

Yoksul kadınlar için aile ve arkadaşlar gibi sosyal destek ağlarını güçlendirmenin, stresle baş etme kapasitelerini artırabileceğini ileri sürmek mümkün görülmektedir. Bu anlamda politika yapıcıların ve karar alıcıların, sosyal hizmet sağlayıcıların yoksul durumda olan kadınların algıladıkları sosyal desteği arttırmalarına yardımcı olabilecek programlar ve müdahaleler geliştirmelerinin önemli olduğunu söylemek mümkün görülmektedir.

Yoksul kadınların toplumsal kaynaklara, kamu hizmetlerine, eğitim programlarına ve iş olanaklarına daha rahat erişim sağlayacak politika ve programlar geliştirmek, maddi ve duygusal stresle baş etmelerine yardımcı olabilecektir.

Yoksul kadınlar için destek grupları oluşturmak, benzer zorluklarla karşılaşan kadınlar arasında dayanışma ve bilgi paylaşımını teşvik edebilecektir.

Kadınlara stresle baş etme becerileri kazandırmak için eğitim programları ve çeşitli etkinlikler düzenlemek, olumlu sonuçları artırabilecektir.

İhtiyaç sahibi kadınların daha geniş ölçekte maddi ve manevi yardımlar almasını sağlamak önemli olabilecektir, stresi azaltmaya yardımcı olabilecektir.

Sosyal hizmet uzmanları ve bu meslekte görevlerini yürüten profesyonellere şunlar önerilebilir:

Özellikle sosyal hizmet mesleğini yürüten profesyoneller, toplumsal cinsiyet eşitliğinin destekleyici pek çok uygulamada olduğu gibi, kadınların yoksulluğu ile mücadele noktasında mücadeleler geliştirmek, sosyal ağlarını geliştirmek, yoksul kadınların sesini duyurmak ve temsilini arttırmak noktasındaki politika atmosferini ve saha uygulamalarını desteklemesi ve teşvik etmesi, bu konuda sosyal adalet savunuculuğu rolünü üstlenmeleri gerekmektedir.

Bu çalışmanın elde ettiği sonuçlar ve sınırlılıklarından yola çıkarak gelecekteki araştırmalar için şu öneriler sunulabilir:

Bu araştırma sosyal yardım alan yoksul kadınların algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma durumlarına ilişkin olarak belirli bulgular, sonuçlar ortaya koymak suretiyle içgörüler sağlaması ve böylece hem sosyal hizmet literatürüne hem de mesleki uygulamasına dönük katkılar sunması beklenmektedir. Ancak, bu araştırmanın da her araştırmada olduğu gibi birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırma, Şişli Belediyesi'nden sosyal yardım alan 340 katılımcıdan oluşan araştırma örnekleminin anakütleyi temsil ettiği varsayımından hareketle yürütülmüştür. Araştırmada elde edilen istatistiksel bulgular ve sonuçlar bu örnekleme sınırlıdır ve genelleme yaparken bu kısıtlılık dikkate alınmalıdır.

Diğer taraftan bu araştırma kesitsel niteliktedir ve boylamsal bir yönü yoktur. Araştırmanın bu sınırlılıkları hem çıkarımlar yapmak noktasında hem de gelecekte yapılabilecek araştırmalarda göz önünde bulundurulmalıdır.

Kayıt dışı istihdamda yer alan yoksul kadınların ve bilhassa herhangi bir geliri bulunmayan yoksul kadınların toplumsal yaşam içerisinde karşılaştığı risklerin, belirsizliklerin, dezavantajların, sorunların ele alınmasını içeren her türden çalışma, kadınların bu dezavantajlarını anlamak, duyurmak, belirli içgörüler sağlamak ve bu dezavantajları gidermek noktasında önem taşımaktadır. Gelecekte yapılacak olan araştırmaların farklı örneklemlerde, farklı araştırma yöntemlerinde bu konuyu ele alması değerli katkılar sunma potansiyeli taşımaktadır.

Gelecekte yapılabilecek araştırmalar, yoksul kadınlar bağlamında bu konunun ele alınmasının ve başka örneklemlerde bulgular elde edilmesinin, tartışmayı ve içgörüler, çıkarımlar elde etmeyi mümkün kılacak katkılar sunabilecektir. Diğer taraftan araştırmalarda nitel yöntemlerin veya nicel-nitel karma yöntemlerin kullanılması, yoksul durumda olan kadınların görüşlerinin daha geniş bir perspektifte ele alınmasını mümkün kılabilceği göz önünde bulundurulmalıdır. Bu türden çalışmalar, sosyal destek ağlarının, sosyoekonomik durumun ve stresle başa çıkma mekanizmalarının nasıl keşiştiğini ve refahı nasıl etkilediğini daha derin bir biçimde anlamayı mümkün kılabilcek; literatüre ve sosyal hizmet saha uygulamasına dönük katkılar sağlayabilecektir.

KAYNAKÇA

- Aca, Z. (2021). Yoksullarla Çalışan Sosyal Hizmet Uzmanlarının Duygusal Emeği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(2): 439-457.
- Akdoğan, Y. (2002). Ulusal Soruna Yerel Çözüm: Sosyal Belediyecilik. *Eminönü Bülteni*, 2: 11-17.
- Aksüllü N. (2004). Huzurevinde ve Evde Yaşayan Yaşlılarda Algılanan Sosyal Destek Etkenleri İle Depresyon Arasındaki İlişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 5: 76-85.
- Aktan, C. C. (1992). *Türkiye Dünya'nın Neresinde?*. İzmir: EĞİAD Yayınları.
- Aktan, C. C., ve Vural, İ. Y. (2002). *Yoksulluk: Terminoloji, Temel Kavramlar ve Ölçüm Yöntemleri, Yoksullukla Mücadele Stratejileri*. Ankara: Hak-İş Konfederasyonu Yayınları.
- Anspaugh, D. J., Hamrick, M. H., & Rosato, F. D. (2003). *Wellness: Concepts and Applications*. New York: McGraw-Hill.
- Ardahan, M. (2006). Sosyal Destek ve Hemşirelik. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2): 68-75.
- Atbaşı, N. (2022). *Yetişkinlerde suça eğilim düzeyinin algılanan sosyal destek bakımından incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ballı, A. İ. K., ve Kılıç, K. C. (2016). Stresle Başa Çıkma Yöntemleri Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3): 273-286.
- Barrientos, A. (2013). *Social Assistance in Developing Countries*. United Kingdom: Cambridge University Press.
- Bassuk, E., Dawson, R., & Huntington, N. (2006). Intimate Partner Violence in Extremely Poor Women: Longitudinal Patterns and Risk Markers. *Journal of Family Violence*, 21: 387-399.
- Bastos, A., Casaca, S. F., Nunes, F., & Pereirinha, J. (2009). Women and Poverty: A Gender-Sensitive Approach. *The Journal of Socio-Economics*, 38(5): 764-778.

- Bayraktar, Ö. (2011). *Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri ile duygusal zekâları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Becker, G. S. (1993). *A Treatise on the Family*. Cambridge: Harvard University Press.
- Becker, S. (1997). *Responding to Poverty: The Politics of Cash and Care*. Longman Press.
- Bell, H. (2003). Cycles Within Cycles: Domestic Violence, Welfare, and Low-Wage Work. *Violence Against Women*, 9(10): 1245-1262.
- Bentley, K. (2004). Women's Human Rights & The Feminisation of Poverty in South Africa. *Review of African Political Economy*, 31(100): 247-261.
- Bınar, E. S. (2011). *Sığınmaevinde kalan kadınların algıladıkları sosyal destek ile stresle başa çıkma tarzları ve umut düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Blau, F., Ferber, M., Winkler, A. (2006). *The Economics of Women, Men and Work*. New Jersey: Pearson Prentice-Hall.
- Blumenthal, S., & Blumenthal, Y. (2021). Coping Strategies of Teachers: An Inventory of Approaches and Programs and Their Knowledge and Usage in German Schools. *International Journal of Educational Methodology*, 7(4): 697-713.
- Brady, D. (2019). Theories of the Causes of Poverty. *Annual Review of Sociology*, 45: 155-175.
- Bradley, H. (1998). *Gender and Power in the Workplace: Analysing the Impact of Economic Change*. New York: Macmillan.
- Broussard, C. A., Joseph, A. L., & Thompson, M. (2012). Stressors and Coping Strategies Used by Single Mothers Living in Poverty. *Affilia*, 27(2): 190-204.
- Brunsting, N. C., Zachry, C., Liu, J., Bryant, R., Fang, X., Wu, S., & Luo, Z. (2021). Sources of Perceived Social Support, Social-Emotional Experiences, and Psychological Well-Being of International Students. *The Journal of Experimental Education*, 89(1): 95-111.

- Bulman, R. J., & Wortman, C. B. (1977). Attributions of Blame and Coping in the “Real World”: Severe Accident Victims React to Their Lot. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(5): 351-363.
- Bureau of International Information Programs (2023). Global Women’s Issues: Women in the World Today, Extended Version. <https://opentextbc.ca/womenintheworld/front-matter/about-the-extended-version/> [7 Temmuz]
- Button, P., Fallon, L., & Fowler, K. (2023). The Impact of Perceived Social Support and Coping on Distress in a Sample of Atlantic Canadian Health Professional Students During COVID-19 Compared to Pre-COVID Peers. *BMC Psychology*, 11(1): 175.
- Byrne, D. (1964). Repression–Sensitization as a Dimension of Personality. In Maher, B. A. (Ed.), *Progress in Experimental Personality Research* (pp. 169-220). New York: Academic Press.
- Can, U. (2023). *Lise öğrencilerinde psikolojik iyi oluş, algılanan sosyal destek ve riskli davranışlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.
- Canbulut, T. (2017). Yoksulluk ve Yoksullukla Mücadele Alanındaki Sosyal Politikaların Sosyal Hizmet Uzmanlarınca Değerlendirilmesi: Sürdürülebilir Yoksulluk. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 28(1): 113-132.
- Cannon, W. B. (1939). *The Wisdom of the Body*. New York: W. W. Norton.
- Cannon, W. B. (1968). *The Way of an Investigator*. New York: Hafner.
- Ceren, A., ve Erdem, T. (2018). Türkiye’de Yoksulluk ve Sosyal Yardım Uygulamaları. *Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(1): 6-24.
- Chen, M., Vanek, J., Lund, F., Heintz, J., Jhabvala, R., & Bonner, C. (2005). *Women, Work & Poverty*. New York, NY: United Nations Development Fund for Women (UNIFEM).
- Cheney, D. L., & Seyfarth, R. M. (2009). Stress and Coping Mechanisms in Female Primates. *Advances in the Study of Behavior*, 39: 1-44.

- Cheng, Y., Wang, F., Wen, J., & Shi, Y. (2014). Risk Factors of post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) After Wenchuan Earthquake: A Case Control Study. *PLoS One*, 9(5): 1-7.
- Choi, S. Y., & Ting, K. F. (2008). Wife Beating in South Africa: An Imbalance Theory of Resources and Power. *Journal of Interpersonal Violence*, 23(6): 834-852.
- Chrousos, G. P. (2009). Stress and Disorders of the Stress System. *Nature Reviews Endocrinology*, 5(7): 374-381.
- Cliffsnotes (2023). Causes and Effects of Poverty. <https://www.cliffsnotes.com/study-guides/sociology/social-and-global-stratification/causes-and-effects-of-poverty> [29 Haziran]
- Cobb, S. (1976). Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5): 300-314.
- Cobb, S. (1995). Social Support as a Moderator of Life Stress. In *Toward an Integrated Medicine, Classics From Psychosomatic Medicine 1959-1979* (pp. 377-398). USA: American Psychiatric Press, Inc.
- Cohen, A. N., Hammen, C., Henry, R. M., & Daley, S. E. (2004). Effects of Stress and Social Support on Recurrence in Bipolar Disorder. *Journal of Affective Disorders*, 82(1): 143-147.
- Cohen, S., Gottlieb, B. H., & Underwood, L. G. (2000). Social Relationships and Health. In S. Cohen, L. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.), *Social Support Measurement and Intervention: A Guide for Health and Social Scientists* (pp. 3-25). New York: Oxford University Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2): 310-357.
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive Psychology The Science of Happiness and Flourishing*. Belmont, CA Wadsworth.
- Cornejo, J. (2020). *Stress and coping mechanisms among college students* (Unpublished Master's Thesis). California State University, Northridge, Los Angeles, California.

- Cutrona, C. E., & Suhr, J. A. (1992). Social Support and Mental Health: An Overview. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), *Social Support and Stress* (pp. 1-31). American Psychological Association.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Çamur Duyan, G. (2010). Yoksulluğun Kadımlaşması: Altındağ Örneği. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 11(6): 19-29.
- Çetinkaya, F. F., ve Korkmaz, F. (2019). Algılanan Sosyal Destek ile Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1): 91-103.
- Dasgupta, P., & Weale, M. (1992). On Measuring the Quality of Life. *World Development*, 20(1): 119-131.
- Davis, A., & Wainwright, S. (2005). Combating Poverty and Social Exclusion: Implications for Social Work Education. *Social Work Education*, 24(3): 259-273.
- Daz, T. B. (2023). *Farklı meslek mensubu çalışan annelerin stresle baş etme yöntemleri ve anne tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dey, N. E. Y., & Amponsah, B. (2020). Sources of Perceived Social Support on Resilience Amongst Parents Raising Children with Special Needs in Ghana. *Heliyon*, 6(11): 1-7.
- Drogomyretska, K., Fox, R., & Colbert, D. (2020). Brief Report: Stress and Perceived Social Support in Parents of Children With ASD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50: 4176-4182.
- Dumanlı, R. (1995). *Yoksullukla Mücadelede Yeni ve Etkin Bir Sistemin Kurulmasında Düzenleme Yapılması Gereği*. Ankara: Devlet Planlama Teşkilatı.
- Dyb, G., Jensen, T. K., Nygaard, E., Ekeberg, Ø., Diseths, T. H., Wentzel-Larsen, T., & Thoresen, S. (2014). Post-Traumatic Stress Reactions in Survivors of the 2011 Massacre on Utøya Island, Norway. *The British Journal of Psychiatry*, 204(5): 361-367.

- Eagle, D. E., Hybels, C. F., & Proeschold-Bell, R. J. (2019). Perceived Social Support, Received Social Support, and Depression Among Clergy. *Journal of Social and Personal Relationships, 36*(7): 2055-2073.
- Ehrenberg, R., Smith, R. (2006). *Modern Labor Economics: Theory and Public Policy*. Pearson Addison Wesley.
- Eker, D., Arkar, H., ve Yaldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi, 12*(1): 17-25.
- Eriksen, C. W. (1966). Cognitive Responses to Internally Cued Anxiety. In Spielberger, C. D. (Ed.), *Anxiety and Behavior* (pp. 327-360). New York: Academic Press.
- Equinet (2020). Women in Poverty Breaking the Cycle. Discussion Paper, <https://equineteurope.org/wp-content/uploads/2021/01/Women-in-Poverty-digital.pdf> [20 Mayıs]
- Esia-Donkoh, K., Yelkperi, D., & Esia-Donkoh, K. (2011). Coping with Stress: Strategies Adopted by Students at the Winneba Campus of University of Education, Winneba, Ghana. *US-China Education Review B 2* (2011): 290-299.
- Eslami, O., Khoshgoo, M., & Shidfar, F. (2020). Dietary Phytochemical Index and Overweight/Obesity in Children: A Cross-Sectional Study. *BMC Research Notes, 13*(1): 132.
- Feiner, S. F., & Barker, D. K. (2006). Microcredit and Women's Poverty. *Dollars and Sense, 268*: 10-11.
- Feldman, G. (2019). Towards a Relational Approach to Poverty in Social Work: Research and Practice Considerations. *British Journal of Social Work, 49*(7): 1705–1722.
- Fink, G. (2017). Stress, Definitions, Mechanisms, and Effects Outlined: Lessons From Anxiety. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior* (pp. 3-11). Academic Press.
- Folkman S., & Lazarus R. S. (1980). An Analysis of Coping in a Middle Aged Community Sample. *Journal of Health and Social Behavior, 21*: 219-239.

- Fowler Jr, F. J. (2013). *Survey Research Methods*. Sage Publications.
- Francis East, J., & Roll, S. J. (2015). Women, Poverty, and Trauma: An Empowerment Practice Approach. *Social Work, 60*(4): 279-286.
- Galea, S., Tracy, M., Norris, F., & Coffey, S. F. (2008). Financial and Social Circumstances and the Incidence and Course of PTSD in Mississippi During the first Two Years After Hurricane Katrina. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies, 21*(4): 357-368.
- Gani, I. (2021). Poverty of Women and the Covid-19 Pandemic in Indonesia. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences, 4*(1), 1034-1041.
- Garipey, G., Honkaniemi, H., & Quesnel-Vallee, A. (2016). Social Support and Protection From Depression: Systematic Review of Current Findings in Western Countries. *The British Journal of Psychiatry, 209*(4): 284-293.
- Genç, Y. (2009). Yerel Yönetimler ve Sosyal Hizmet Uygulamaları. *Kamu'da Sosyal Politika Dergisi, 9*: 60-67.
- Ghosh, S., Bandyopadhyay, K., & Das, S. (2022). Perceived Stress and Coping Strategies Among Junior Doctors During the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study in a Tertiary Care Hospital, West Bengal. *Journal of Clinical & Scientific Research, 11*(4): 245-250.
- Gornick, J. C., & Jäntti, M. (2010). *Women, Poverty, and Social Policy Regimes: A Cross-National Analysis* (No. 534). LIS Working Paper Series.
- Graham, J. E., Christian, L. M., & Kiecolt-Glaser, J. K. (2007). Close Relationships and Immunity. *Psychoneuroimmunology, 4*: 781-798.
- Groves, R. M., Fowler Jr, F. J., Couper, M. P., Lepkowski, J. M., Singer, E., & Tourangeau, R. (2011). *Survey Methodology*. John Wiley & Sons.
- Gülaçtı, F. (2010). The Effect of Perceived Social Support on Subjective Well-Being. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 2*(2): 3844-3849.
- Haber, M. G., Cohen, J. L., Lucas, T., & Baltes, B. B. (2007). The Relationship Between Self-Reported Received and Perceived Social Support: A Meta-

- Analytic Review. *American Journal of Community Psychology*, 39(1-2): 133-144.
- Hailey, V., Fisher, A., Hamer, M., & Fancourt, D. (2022). Perceived Social Support and Sustained Physical Activity During the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Behavioral Medicine*, 29: 1-12.
- Hakim, C. (1996). *Key Issues in Women's Work: Female Heterogeneity and the Polarisation of Women's Employment*. London: Athlone.
- Hare, I. (2004). Defining Social Work for the 21st Century. *International Social Work*, 47: 407-424.
- Hartberg, S., Clench-Aas, J., Raanaas, R. K., & Lundqvist, C. (2015). Coping Strategies Among Adolescents with Chronic Headache and Mental Health Problems: A Cross-Sectional Population-Based Study. *SpringerPlus*, 4: 1-11.
- Healy, L. M. (2001). *International Social Work: Professional Action in an Interdependent World*. New York: Oxford University Press.
- Hertogs, P., Van Gasse, D., Spikic, S., & Mortelmans, D. (2021). Fertility Practitioners' Coping Strategies When Faced with Intra-Role Conflict from Screening Aspiring Single Mothers by Choice. *Social Sciences*, 10(11): 438.
- Hokenstad, M. C., Khinduka, S. K., & Midgley, J. (1992). *Profiles in International Social Work*. Washington, DC: National Association of Social Workers.
- Holmes, S. C., Callinan, L., Facemire, V. C., Williams, M. T., Ciarleglio, M. M., & Smith, M. V. (2021). Material Hardship is Associated With Posttraumatic Stress Disorder Symptoms Among Low-Income Black Women. *Journal of Traumatic Stress*, 34(5): 905-916.
- Honorato-Cia, C., De Hert, S., De Robertis, E., & Grigoras, I. (2022). Who Will Take Care of Me?: The Future of Human Resources in Anaesthesiology, Critical Care, and Emergency Medicine in Europe. In *Research Anthology on Changing Dynamics of Diversity and Safety in the Workforce* (pp. 752-766). IGI Global.
- House, J. S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- House, J. S. (1987). Social Support and Social Structure. In *Sociological Forum* (Vol. 2, No. 1, pp. 135-146). Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.

- House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social Relationships and Health. *Science*, 241(4865): 540-545.
- House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social Relationships and Health. *Science*, 241(4865): 540-545.
- Hutton, M. (2015). Consuming Stress: Exploring Hidden Dimensions of Consumption-Related Strain at the Intersection of Gender and Poverty. *Journal of Marketing Management*, 31(15-16): 1695-1717.
- Iranzad, I., Bani, S., Hasanpour, S., Mohammadalizadeh, S., & Mirghafourvand, M. (2014). Perceived Social Support and Stress Among Pregnant Women at Health Centers of Iran-Tabriz. *Journal of Caring Sciences*, 3(4): 287-295.
- Iyela, A., & Ikwuakam, O. T. (2015). Poverty Coping Strategies of Rural Women Dwellers of Batagarawa Local Government Area of Katsina State, Nigeria. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(4): 296.
- İkiz, F. E., & Çakar, F. S. (2010). Perceived Social Support and Self-Esteem in Adolescence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5: 2338-2342.
- İncekar, M. Ç., Coughlm, M., ve Çiğdem, Z. (2020). Bakımda Yeni Bir Yaklaşım: Travma Bilgisi İçeren Bakım. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 3(2): 176-184.
- Janis, I. L. (1983). Stress Inoculation in Health Care: Theory and Research. In *Stress Reduction and Prevention* (pp. 67-99). Boston, MA: Springer.
- Jones, A. L., Rafferty, J., Cochran, S. D., Abelson, J., Hanna, M. R., & Mays, V. M. (2022). Prevalence, Severity and Burden of Post-Traumatic Stress Disorder in Black Men and Women Across the Adult Life Span. *Journal of Aging and Health*, 34(3): 401-412.
- Karabulutlu, E., Tan, M., Erdem, N., ve Okanlı, A. (2010). Hemodiyaliz Hastalarında Stresle Başetme ve Sosyal Destek. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3): 56-66.
- Karagöl, E. T., ve İpek, E. (2019). Gelir Dağılımı ve Sosyal Yardımlar. E. T. Karagöl ve A. Develi (Ed.), *Sosyal Politika: Teori, Politika ve Uygulamalar* içinde (ss. 75-108). Kocaeli: Umuttepe Yayınları.

- Karagöz, S. (2020). Türkiye’de Sosyal Devletin Sosyal Yardım Bağlamında Değerlendirilmesi. *Ekonomi İşletme ve Maliye Araştırmaları Dergisi*, 2(2): 146-169.
- Kavaklı, M., ve Yalçın, S. B. (2019). İnternet Bağımlılığı ve Algılanan Stres İlişkisinin Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 20(4): 175-184.
- Kehler, J. (2001). Women and Poverty: The South African Experience. *Journal of International Women’s Studies*, 3(1), 41-53.
- Kesmodel, U. S. (2018). Cross-Sectional Studies–What Are They Good For?. *Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica*, 97(4): 388-393.
- Khamida, K., Yusuf, A., Fitryasari, R., Rohmawati, R., Hasina, S. N., & Azza, A. (2021). The Effectiveness of Santri’s Life Style Management on Santri’s Coping Mechanisms. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(E): 1586-1589.
- Kim, J., Han, J. Y., Shaw, B., McTavish, F., & Gustafson, D. (2010). The Roles Of Social Support and Coping Strategies in Predicting Breast Cancer Patients’ Emotional Well-Being: Testing Mediation and Moderation Models. *Journal of Health Psychology*, 15(4): 543-552.
- Kim, J. H., & McKenzie, L. A. (2014). The Impacts of Physical Exercise on Stress Coping and Well-Being in University Students in the Context of Leisure. *Health*, 6(19): 2570.
- Kirchner, T., Forns, M., Muñoz, D., & Pereda, N. (2008). Psychometric Properties and Dimensional Structure of the Spanish Version of the Coping Responses Inventory- Adult Form. *Psicothema*, 20(4): 902-909.
- Kobak, K. (2006). *Yerel yönetimlerin yoksullukla mücadelede uyguladığı sosyal yardım ve sosyal hizmet programları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Koca Ballı, A. İ., ve Kılıç, K. C. (2016). Stresle Başa Çıkma Yöntemleri Ölçeğinin Türkçe’ye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3): 273-286.

- Kongar, E. (2002). *Toplumsal Değişme Kuramları ve Türkiye Gerçeği*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Korkmaz, S. (2023). *Yetişkinlerde algılanan sosyal destek düzeyinin problem çözme becerisi ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Krohne, H. W. (1978). Individual Differences in Coping With Stress and Anxiety. In Spielberger, C. D., & Sarason, I. G. (Eds), *Stress and Anxiety* (pp. 233-260). Washington, DC: Hemisphere.
- Krohne, H. W. (1993). Vigilance and Cognitive Avoidance as Concepts in Coping Research. In Krohne, H. W. (Ed), *Attention and Avoidance. Strategies in Coping with Aversiveness* (pp. 19-50). Seattle, WA: Hogrefe & Huber.
- Krohne, H. W. (2002). Stress and Coping Theories. In Smelser, N. J., & Baltes, P. B. (Eds), *International Encyclopedia of the Social Behavioral Sciences* (pp. 1-13). Elsevier.
- Krumer-Nevo, M., & Komem, M. (2015). Intersectionality and Critical Social Work With Girls: Theory and Practice. *British Journal of Social Work*, 45(4): 1190-1206.
- Krumer-Nevo, M., Weiss-Gal, I., & Monnickendam, M. (2009). Poverty-Aware Social Work Practice: A Conceptual Framework for Social Work Education. *Journal of Social Work Education*, 45(2): 225-243.
- Kuruçay, H. İ. (2023). *Evli genç yetişkinlerde aileden algılanan sosyal destek ve evlilikte affedicilik arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kurt, İ. (2010). Rol Stres Kaynakları ve İş Tatmini Arasındaki İlişkide Amirin Algılanan Sosyal Desteğinin Etkisi. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 2(1): 79-87.
- Kuruvilla, A., & Jacob, K. S. (2007). Poverty, Social Stress & Mental Health. *Indian Journal of Medical Research*, 126(4): 273-278.
- Langford, C. P. H., Bowsher, J., Maloney, J. P., & Lillis, P. P. (1997). Social Support: A Conceptual Analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 25(1): 95-100.

- Lavee, E., & Strier, R. (2018). Social Workers' Emotional Labor with Families in Poverty: Neoliberal Fatigue?. *Child & Family Social Work*, 23(3): 504-512.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Licitra-Kleckler, D. M., & Waas, G. A. (1993). Perceived Social Support Among High-Stress Adolescents: The Role of Peers and Family. *Journal of Adolescent Research*, 8(4): 381-402.
- Lifepersona (2023). Causes and Consequences of Poverty Outstanding, <https://www.lifepersona.com/12-causes-and-consequences-of-poverty-outstanding> [24 Haziran]
- Lindsey, D. (2009). *Child Poverty and Inequality: Securing a Better Future for America's Children*. New York, NY: Oxford University Press.
- Lovallo, W., & Thomas, T. (2000). Stress Hormones in Psychophysiological Research: Emotional, Behavioral, and Cognitive Implications. In Cacioppo, J. T., Tassinari, L. G., Berntson, G. G. (Eds.), *Handbook of Psychophysiology* (pp. 342-367). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Lucas, H., Scammell, A., & Hagelskamp, C. (2005). How do GP Registrars Feel About Dealing With Mental Health Issues in the Primary Care Setting? A Qualitative Investigation. *Primary Health Care Research & Development*, 6(1): 60-71.
- Lyyra, T.-M., & Heikkinen, R.-L. (2006). Perceived Social Support and Mortality in Older People. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 61(3): 147-152.
- Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2003). What Type of Support do They Need? Investigating Student Adjustment as Related to Emotional, Informational, Appraisal, and Instrumental Support. *School Psychology Quarterly*, 18(3): 231-252
- Mary, B. (2018). Poverty: Essay on Causes, Effects and Solutions of Poverty, <https://importantindia.com/29258/effects-of-poverty-essay/> [23 Haziran]
- May, J. (2000). *Poverty and Inequality in South Africa: Meeting the Challenge*. Cape Town: David Philip Publishers.

- May, J., Woolard, I., & Klasen, S. (2000). The Nature and Measurement of Poverty and Inequality. In: May, J. (Ed.), *Poverty and Inequality in South Africa: Meeting the Challenge*. Cape Town: David Philip Publishers.
- McFerson, H. M. (2010). Poverty Among Women in Sub-Saharan Africa: A Review of Selected Issues. *Journal of International Women's Studies*, 11(4): 50-72.
- McLeish, J., & Redshaw, M. (2021). 'She Come Like a Sister to Me': A Qualitative Study of Volunteer Social Support for Disadvantaged Women in the Transition to Motherhood in England. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 376(1827): 20200023.
- Mevzuat Bilgi Sistemi (2023a). Sosyal Hizmetler Kanunu. <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=2828&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5> [27 Temmuz]
- Mevzuat Bilgi Sistemi (2023b). Belediye Kanunu. <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=5393&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5> [29 Temmuz]
- Mickelson, K. D., & Hazlett, E. (2014). "Why Me?": Low-income Women's Poverty Attributions, Mental Health, and Social Class Perceptions. *Sex Roles*, 71: 319-332.
- Miller, S. M. (1980). When is a Little Information a Dangerous Thing? Coping With Stressful Events by Monitoring Versus Blunting. In *Coping and Health* (pp. 145-169). Boston, MA: Springer.
- Miller, S. M. (1987). Monitoring and Blunting: Validation of a Questionnaire to Assess Styles of Information Seeking Under Threat. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(2): 345-353.
- Miller, S. M., & Mangan, C. E. (1983). Interacting Effects of Information and Coping Style in Adapting to Gynecologic Stress: Should the Doctor Tell All?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1): 223-236.
- Mistry, R. S., Vandewater, E. A., Huston, A. C., & McLoyd, V. C. (2002). Economic Well-Being and Children's Social Adjustment: The Role of Family Process in an Ethnically Diverse Low-Income Sample. *Child Development*, 73(3): 935-951.

- Mood, C., & Jonsson, J. O. (2016). The Social Consequences of Poverty: An Empirical Test on Longitudinal Data. *Social Indicators Research*, 127: 633-652.
- Moore, K. A., Redd, Z., Burkhauser, M., Mbawa, K., & Collins, A. (2009). *Children in Poverty: Trends, Consequences, and Policy Options*. Washington, DC: Child Trends
- Moos, R. (1993). *Coping Responses Inventory: Professional Manual*. New York: PAR Assessment Resources.
- Moreira, J. M., de Fátima Silva, M., Moleiro, C., Aguiar, P., Andrez, M., Bernardes, S., & Afonso, H. (2003). Perceived Social Support as an Offshoot of Attachment Style. *Personality and Individual Differences*, 34(3): 485-501.
- Muchiri, S. W., & Nzisabira, S. C. (2020). Gender, Poverty Reduction and Social Work: A View from Burundi. *Southern African Journal of Social Work & Social Development*, 32(2): 1.
- Mullen, B., & Suls, J. (1982). The Effectiveness of Attention and Rejection as Coping Styles: A Meta-Analysis of Temporal Differences. *Journal of Psychosomatic Research*, 26(1): 43-49.
- Oxfam International (2018). *Raising Their Voices Against Precariousness: Women's Experiences of In-Work Poverty In Europe*. Barcelona: Oxfam International.
- Öksüz, S., ve Kryvenko, Y. (2015). Examining of Acculturative Stress Level of Foreign Students in Turkey. *Disiplinlerarası Göç ve Göç Politikaları Sempozyumu*, 29-30 Mayıs 2015, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Özbesler, C. (2001). *Çocukluk çağı lösemileri ve sosyal destek sistemlerinin aile işlevlerine etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, İ. M. (2008). *Küreselleşme sürecinde Türkiye'de sosyal devlet ve sosyal hizmetler* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Özkoçak, E. (2016). *Alzheimer hastalarına bakan kişilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin algılanan stres, sosyal destek ve demografik özelliklere göre*

- incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özkul, M., ve Var, E. Ç. (2018). İkincil Travmatik Stres ve Sosyal Destek İlişkisinin Değerlendirilmesi. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 1(2): 49-62.
- Öztürk, N., ve Öztürk Y. (2010). *Yoksullukla Mücadelede Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakıfları*. Ankara: Palme Yayıncılık.
- Pain, R. (2014). Everyday Terrorism: Connecting Domestic Violence and Global Terrorism. *Progress in Human Geography*, 38(4): 531-550.
- Patel, V., Araya, R., de Lima, M., Ludermir, A., & Todd, C. (1999). Women, Poverty and Common Mental Disorders in Four Restructuring Societies. *Social Science & Medicine*, 49(11): 1461-1471.
- Pekküçükşen, Ş. (2004). Sosyal Belediyecilik ve Selçuklu Belediyesi Şefkat Evleri Örneği. *Yerel Yönetimler Kongresi Bildiriler Kitabı*, 3: 450-459.
- Perasso, G., Boldrini, G., Maggiore, A., Allegri, C., & Camurati, G. (2021). Play Specialist-Based Intervention in the COVID-19 Era: Crisis and Opportunities of change—An Experience From Italy. In *Handbook of Research on Emerging Pedagogies for the Future of Education: Trauma-Informed, Care, and Pandemic Pedagogy* (pp. 401-420). IGI Global.
- Pietrzak, R. H., Feder, A., Singh, R., Schechter, C. B., Bromet, E. J., Katz, C. L., & Southwick, S. M. (2014). Trajectories of PTSD Risk and Resilience in World Trade Center Responders: An 8-Year Prospective Cohort Study. *Psychological Medicine*, 44(1): 205-219.
- Pressman, S. (2003). Feminist Explanations for the Feminization of Poverty. *Journal of Economic Issues* 36(2): 353-361.
- Prieto-Rodríguez, J., & Rodríguez-Gutiérrez, C. (2003). Participation of Married Women in the European Labor Markets and the “Added Worker Effect”. *The Journal of Socio-Economics*, 32(4): 429-446.
- Procidano, M. E., & Smith, W. W. (1997). Assessing Perceived Social Support: The Importance of Context. In *Sourcebook of Social Support and Personality* (pp. 93-106). Boston, MA: Springer.

- Purvin, D. M. (2007). At the Crossroads and in the Cross Chairs: Social Welfare Policy and Low-income Women's Vulnerability to Domestic Violence. *Social Problems, 54*: 188-210.
- Pyles, L. (2007). The Complexities of the Religious Response to Domestic Violence: Implications for Faith-Based Initiatives. *Affilia Journal of Women and Social Work, 22*(3): 281-291.
- Ratcliffe, C., & McKernan, S.-M. (2010). *Childhood Poverty Persistence: Facts and Consequences*. Washington, DC: Urban Institute Press.
- Ravi, M., Mekawi, Y., Blevins, E. J., Michopoulos, V., Stevens, J., Carter, S., & Powers, A. (2023). Intersections of Oppression: Examining the Interactive Effect of Racial Discrimination and Neighborhood Poverty on PTSD Symptoms in Black Women. *Journal of Psychopathology and Clinical Science, 132*(5): 567-576.
- Reevy, G. M., & Maslach, C. (2001). Use of Social Support: Gender and Personality Differences. *Sex Roles, 44*: 437-459.
- Rindfleisch, A., Malter, A. J., Ganesan, S., & Moorman, C. (2008). Cross-Sectional Versus Longitudinal Survey Research: Concepts, Findings, and Guidelines. *Journal of Marketing Research, 45*(3): 261-279.
- Roth, S., & Cohen, L. J. (1986). Approach, Avoidance, and Coping With Stress. *American Psychologist, 41*(7): 813-819.
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., Pyun, Y., Aycock, C., & Coyle, S. (2016). A Meta-Analytic Review of the Association Between Perceived Social Support and Depression in Childhood and Adolescence. *Psychological Bulletin, 142*(10): 1017-1067.
- Ruspini, E. (2000). Social Rights of Women with Children: Lone Mothers and Poverty in Italy, Germany and Great Britain. *South European Society and Politics, 4*(2): 89-121.
- Sanders, L. (2011). Neuroscience Exposes Pernicious Effects of Poverty. *Science News, 179*(3): 32.

- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1): 127-139.
- Savaş, N., & Ağrıdağ, G. (2011). The Relationship Between Women's Mental Health and Domestic Violence in Semirural Areas: A Study in Turkey. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 23(3): 399-407.
- Sayed, S., Iacoviello, B. M., & Charney, D. S. (2015). Risk Factors for the Development of Psychopathology Following Trauma. *Current Psychiatry Reports*, 17: 1-7.
- Scheidler, J. A. (2008). *Effects of perceived stress and perceived social support on marital satisfaction in doctoral students* (Unpublished Doctoral Dissertation) Walden University, Minneapolis, Minnesota, USA.
- Selye, H. (1936). A Syndrome Produced by Diverse Nocuous Agents. *The Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences*, 10(2): 230-231.
- Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill.
- Seyyar, A. (2008). *Sosyal Hizmetler Terimleri*. Sakarya: Değişim Yayınları.
- Shahsavarani, A. M., Azad Marz Abadi, E., & Hakimi Kalkhoran, M. (2015). Stress: Facts and Theories Through Literature Review. *International Journal of Medical Reviews*, 2(2): 230-241.
- Skok, A., Harvey, D., & Reddihough, D. (2006). Perceived Stress, Perceived Social Support, and Wellbeing Among Mothers of School-Aged Children with Cerebral Palsy. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 31(1): 53-57.
- Slabbert, I. (2016). Domestic Violence and Poverty: some Women's Experiences. *Research on Social Work Practice*, 27(2): 223-230.
- Sorias, O. (1988a). Sosyal Desteklerin Ruhsal Sağlığı Koruyucu Etkisinin Depresyonlu ve Sağlıklı Kontrollerde Araştırılması. *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(3): 1033-1039.
- Sorias, O. (1988b). Yaşam Stresine Karşı Koruyucu Olarak Sosyal Destekler. *Edebiyat Fakültesi Yayınları Seminer Psikoloji (Özel Sayı)*: 805-811.

- Stroebe, W., & Stroebe, M. S. (1997). The Social Psychology of Social Support. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social Psychology: Handbook of Basic Principles* (pp. 622–654). New York, NY: Guilford Press.
- Swedlow, B., Ripberger, J. T., Liu, L. Y., Silva, C. L., & Jenkins-Smith, H. C. (2016). Assessing the Validity of Different Approaches to Operationalizing Cultural Theory in Survey Research. *SSRN Electronic Journal*, SSRN 2860961.
- Swigonski, M. E. (1996). Women, Poverty, and Welfare Reform: A Challenge to Social Workers. *Affilia*, 11(1): 95-110.
- Szkody, E., Stearns, M., Stanhope, L., & McKinney, C. (2021). Stress-Buffering Role of Social Support During COVID-19. *Family Process*, 60(3): 1002-1015.
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics*. Boston: Pearson.
- Tardy, C. (1985). Social Support Measurement. *American Journal of Community Psychology*, 13(2): 187-202.
- Taşğın, N. Ş., ve Özel, H. (2011). Türkiye’de Sosyal Hizmetlerin Dönüşümü. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 22(2): 175-190.
- Taywade, A. P. (2018). Perceived Social Support and Coping Strategies Among Cancer Patients. *Indian Journal of Health and Well-Being*, 9(3): 562-565.
- Tekeli, İ. (2000). Kent Yoksulluğu ve Modernite’nin Bu Soruya Yaklaşım Seçenekleri Üzerine. A. Halis Akder ve Murat Güvenç (Ed.), *Devlet Reformu: Yoksulluk içinde*. İstanbul, TESEV Yayınları.
- Thoits, P. A. (1995). Stress, Coping, and Social Support Processes: Where Are We? What Next?. *Journal of Health and Social Behavior*, 1: 53-79.
- Tiyek, Y. (2016). Yerel Yönetimlerin Sosyal Politika Uygulamalarındaki Rolü: İstanbul Büyükşehir Belediyesi Sosyal Yardım Birimi Örneği. *Yerel Politikalar*, 2: 53-84.
- Tomiyama, A. J. (2019). Stress and Obesity. *Annual Review of Psychology*, 70: 703-718.
- Tong, H., Zhou, Y., Li, X., Qiao, S., Shen, Z., Yang, X., ... & Zeng, C. (2022). Stress Coping Strategies and Their Perceived Effectiveness Among HIV/AIDS

- Healthcare Providers in China: A Qualitative Study. *Psychology, Health & Medicine*, 27(4): 937-947.
- Tonna, S. (2019). Professional Stress and Social Support Feelings, Coping Strategies, and Burout of Caregivers in Care Facilities for Dependent Elderly People. *Gériatrie et Psychologie Neuropsychiatrie du Vieillissement*, 17(3): 327-335.
- Tucker, J. S., Sinclair, R. R., Mohr, C. D., Adler, A. B., Thomas, J. L., & Salvi, A. D. (2008). A Temporal Investigation of the Direct, Interactive, and Reverse Relations Between Demand and Control and Affective Strain. *Work & Stress*, 22(2): 81-95.
- Turner, H. A. (2007). The Significance of Employment for Chronic Stress and Psychological Distress Among Rural Single Mothers. *American Journal of Community Psychology*, 40: 181-193.
- Türkoğlu, İ. (2013). Sosyal Devlet Bağlamında Türkiye’de Sosyal Yardım ve Sosyal Güvenlik. *Akademik İncelemeler Dergisi*, 8(3): 275-305.
- TÜSİAD (2000). *Türkiye’de Bireysel Gelir Dağılımı ve Yoksulluk: AB İle Karşılaştırma*. İstanbul: Türk Sanayicileri ve İş İnsanları Derneği.
- T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı (2023). Sosyal Yardım Programlarımız. <https://www.aile.gov.tr/sygm/programlarimiz/sosyal-yardim-programlarimiz/> [14 Ağustos]
- UN Women (2022). Three Challenges for Rural Women Amid a Cost-Of-Living Crisis. United Nations, <https://www.unwomen.org/en/news-stories/feature-story/2022/10/three-challenges-for-rural-women-amid-a-cost-of-living-crisis> [9 Temmuz]
- UNDP (2000). *Poverty Report*. New York: Oxford University Press.
- United Nations (2004). *Understanding Poverty From a Gender Perspective*. Santiago, Chile: United Nations Women and Development Unit, Women and Development Unit of the Economic Commission for Latin America and the Caribbean (ECLAC).
- University of Minnesota (2015). The Consequences of Poverty. <https://open.lib.umn.edu/socialproblems/chapter/2-4-the-consequences-of-poverty/> [24 Haziran]

- University of Regina (2023). What is stress. <https://www.uregina.ca/student/counselling/assets/docs/pdf/what-is-stress.pdf> [28 Temmuz]
- Uyan, A. (2014). *Ergenlerde algılanan stres ile sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vedder, P., Boekaerts, M., & Seegers, G. (2005). Perceived Social Support and Well Being in School; The Role of Students' Ethnicity. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(3): 269-278.
- Wagle, U. (2018). Rethinking Poverty: Definition and Measurement. *International Social Science Journal*, 68(227-228): 183-193.
- Waldegrave, C. (2005). "Just therapy" With Families on Low Incomes. *Child Welfare*, 84(2): 265-276.
- Ward, R. N., Brady, A. J., Jazdzewski, R., & Yalch, M. M. (2021). Stress, Resilience, and Coping. In Pradhan, R. K., & Kumar, U. (Eds.), *Emotion, Well-Being, and Resilience: Theoretical Perspectives and Practical Applications* (pp. 3-14). CRC Press.
- Wolfe, E. L., Barger, A. C. & Benison, S. (2000). *Walter B. Cannon: Science and Society*. Cambridge: Harvard University Press.
- Women's Budget Group. (2018). The Female Face of Poverty. Examining the Cause and Consequences of Economic Deprivation for Women. <https://wbg.org.uk/wp-content/uploads/2018/08/FINAL-Female-Face-of-Poverty.pdf> [5 Haziran]
- Xiao, J. (2013). *Academic stress, test anxiety, and performance in a Chinese high school sample: The moderating effects of coping strategies and perceived social support* (Unpublished Doctoral Dissertation). Georgia State University, Atlanta, Georgia, USA.
- Yıldırım, I. (1997). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi Güvenirliği ve Geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13: 81-87.
- Yıldırım, İ. (2016). Eş Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(22): 19-26.

- Yılmaz, S. D., Bal, M. D., Beji, N. K., & Arvas, M. (2015). Ways of Coping With Stress and Perceived Social Support in Gynecologic Cancer Patients. *Cancer Nursing, 38*(2): 57-62.
- Yuvakgil, Z. (2017). *Yaşlılarda algılanan sosyal destek düzeyleri, sosyal ağ büyüklükleri ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Yücel, D. (2017). Women Poverty and Women In Secondary Labor. *Social Sciences Research Journal, 6*(3): 12-21.
- Yürür, S., ve Sarıkaya, M. (2011). Sosyal Çalışmacıların Sosyal Destek Algılarının Tükenmişliğe Etkisi. *Ege Akademik Bakış, 11*(4): 537-552.
- Zamanian, H., Amini-Tehrani, M., Jalali, Z., Daryaafzoon, M., Ala, S., Tabrizian, S., & Foroozanfar, S. (2021). Perceived Social Support, Coping Strategies, Anxiety and Depression Among Women with Breast Cancer: Evaluation of a Mediation Model. *European Journal of Oncology Nursing, 50*: 101892.
- Zengin, E., ve Öztaş, C. (2009). Yerel Yönetimler ve Sosyal Yardımlar: Üsküdar Belediyesi Örneği. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 16*(16): 19-36.
- Zengin, E., Şahin, A., ve Özcan, S. (2012). Türkiye’de Sosyal Yardım Uygulamaları. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi, 19*(2): 133-142.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment, 52*(1): 30-41.

EKLER

EK-1. Anket Formu

SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1) Yaş:

19-25 26-35 36-45 46-55 56 ve üstü

2) Medeni Durumunuz:

Evli Bekar Boşanmış Dul Eşinden ayrı yaşıyor/terk edilmiş

3) Eğitim Durumunuz:

İlkokul Ortaokul Lise Lisans Lisansüstü Okuryazar Okuryazar Değil

4) Çocuğunuz var mı?

Evet Hayır

5) Kaç çocuğunuz var?

1-3 4-6 7 ve üstü

6) Herhangi bir işte çalışıyor musunuz?

Evet Hayır

7) Düzenli bir işte çalışıyor musunuz?

Evet Hayır

8) Evli iseniz eşiniz düzeli bir işte çalışıyor mu?

Evet Hayır

9) Aylık Geliriniz?

501-1000 1001-1500 1501-2000 2001-3000 3001-4000 4001 ve üzeri

10) Oturduğunuz yer size mi ait kira mı?

Evet Hayır

11) Hanede kaç kişi yaşıyorsunuz?

2-3 4-5 6 ve üstü

12) Sosyal güvenceniz nedir?

SSK BAĞ-KUR GSS devlet ödeyen GSS kendi ödeyen yok

13) Düzenli sosyal destek aldığınız kurumlar var mı?

Hayır Belediye Sosyal Hizmet Merkezi Vakıflar Dernekler

14) Ailenizde çocuklarınız haricinde bakmakla yükümlü olduğunuz bireyler var mı?

Evet (Açıklayınız) Hayır

15) Ailenizde bağımlılığı olan birey var mı?

Evet Hayır

16) Herhangi bir psikolojik/ruhsal hastalığınız var mı?

Evet Hayır

17) Herhangi fiziksel bir sağlık sorununuz var mı?

Evet Hayır

18) Ne zamandır sosyal ve ekonomik destekten faydalanıyorsunuz?

Yılda bir kez 1 yıldan az 1-3 yıl arası 3 yıldan fazla

19) Sosyal ve ekonomik destek hizmetinin sorunlarınızı çözmede etkili olduğunu düşünüyor musunuz?

Evet Hayır

20) Ailenizden sosyal ve maddi açıdan destek alıyor musunuz?

Evet (Açıklayınız) Hayır

ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ									
Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 7'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz. Bu şekilde 12 cümlenin her birine işaret koyarak cevaplarınızı veriniz. Hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Sizce doğruya en yakın olan rakamı işaretleyiniz.		1 Kesinlikle Hayır	2	3	4	5	6	7 Kesinlikle Evet	
1.	Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.								
2.	Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.								
3.	Ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.								
4.	İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (örneğin, annemden, babamdan, eşimden, çocuklarımdan, kardeşlerimden) alırım.								
5.	Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.								
6.	Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.								
7.	İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.								
8.	Sorunlarımı ailemle (örneğin, annemle, babamla, eşimle, çocuklarımla, kardeşlerimle) konuşabilirim.								
9.	Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.								
10.	Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.								
11.	Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.								
12.	Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.								

STRESLE BAŞA ÇIKMA ÖLÇEĞİ		1. Hiçbir Zaman	2. Nadiren	3. Bazen	4. Çoğunlukla	5. Her Zaman
Lütfen belirtilen ifadeye katılma derecenizi işaretleyiniz (1) Hiçbir zaman (2) Nadiren (3) Bazen (4) Çoğunlukla (5) Her zaman						
1.	Sorunlarla başa çıkmak için farklı yollar düşünürüm.					
2.	Kendimi daha iyi hissetmek için kendi kendimi motive ederim.					
3.	Sorunlar hakkında eşim ya da diğer akrabalarım ile konuşurum.					
4.	Bir plan yapar ve onu izlerim.					
5.	Sorunlara dışarıdan bakmaya ve objektif olmaya çalışırım.					
6.	Hayatta her zaman daha kötüsünün de olabileceğini düşünürüm.					
7.	Sorunlar hakkında bir arkadaşım ile konuşurum.					
8.	Yapılması gerekenleri bilir ve onları yapmak için çok çalışırım.					
9.	Söylediklerimde ve yaptıklarım da aklıma izlerim.					
10.	Olayların iyi tarafını görmeye çalışırım.					
11.	Sorunlarla ilgili olarak profesyonel birinden yardım alırım (doktor, avukat...).					
12.	Ne istediğime karar verir ve istediğimi gerçekleştirmek için çalışırım.					
13.	Olayların nasıl sonuçlanacağını tahmin etmeye çalışırım.					
14.	Benzer problemlere sahip insanlardan, daha iyi durumda olduğumu düşünürüm.					
15.	Benzer problemler yaşamış kişi ya da gruplardan yardım alırım.					
16.	Sorunları çözmek için birden fazla bakış açısı geliştiririm.					
17.	Olaylardan ders almaya çalışırım.					
18.	Kendime her şeyin daha iyi olacağını söylerim.					
19.	Karşılaştığım sorunlarla ilgili daha fazla bilgi edinmek için çalışırım.					
20.	Kendimi sürekli geliştirmeye çalışırım.					
21.	İnsanların benden beklediklerini anlamaya çalışırım.					
22.	Yaşadığım sorunların hayatımı olumlu olarak değiştireceğini düşünürüm.					
23.	Zorlukların üstesinden gelmek için dua ederim.					
24.	Sorunları çözerken acele etmeden yavaş yavaş ilerlerim.					

EK-2. Etik Kurul Onayı



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı : E-20292139-050.01.04-20567
Konu : Etik Kurul Kararları

Sayın Nazire YÜKSEK
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Sosyal Hizmet Yüksek Lisans Öğrencisi

"Sosyal Yardım Alan Kadınlarda Sosyal Desteğin Stresle Baş Etme Süreçlerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 31.12.2021 tarihli ve 2021/12 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU
Kurul Başkanı

Ek:25-Nazire YÜKSEK Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : *BSD2L94RK* Pin Kodu : 11902
Adres:Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul
Telefon:444 97 98 Faks:+90 (212) 693 82 29
e-Posta: bilgi@izu.edu.tr Web: www.izu.edu.tr
Kep Adresi: izu@hs01.kep.tr

Belge Takip Adresi : <https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Dogrula/0N3>

Bilgi için: Zeyneb Funda TEZ
Unvanı: Yeminli Katip
Tel No: +902126929606



ÖZ GEÇMİŞ

Nazire YÜKSEK

A. EĞİTİM

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sosyal Hizmet Tezli Yüksek Lisans

Lisans: İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, 2019, İstanbul

B. MESLEKİ DENEYİM

İstanbul Büyükşehir Belediyesi, Sosyal Hizmetler Daire Başkanlığı, Sosyal Şube Hizmetler Müdürlüğü- Sosyal Hizmet Uzmanı (2019-Halen)

C. YAYINLARI

Lotfi, S., Meydan, S., ve Yüksek, N., (2021). Geçici Koruma Altında Bulunan Suriyeli Çocukların Uyum Sürecine Yönelik Bir Araştırma: İstanbul Örneği. *Ufkun Ötesi Bilim Dergisi*, 21(2): 160-187.

Yüksek, N., ve Lotfi, S. (2021). Poverty Management In *Local Governments. International Hazar Scientific Researches Conference II*. April 10-12, 2021, Khazar University, Baku, Azerbaijan.