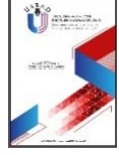




USBAD Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi - International  
Journal of Social Sciences Academy, Yıl 4, Year 4, Sayı 8, Issue 8,  
Nisan 2022, April 2022  
e issn: 2687-2641



**RUMİNASYON EĞİLİMİNE ÖĞRENİLMİŞ PASİFLİK YÖNÜNDEN BAKIŞ:  
KORUYUCU VE OTORİTER EBEVEYN TUTUMLARI İLE GELENEKSEL  
TOPLUMSAL CİNSİYET ROLÜ ALGILARININ YORDAYICI ROLLERİ**

A LOOK ON THE RUMINATION TENDENCY IN TERMS OF LEARNED PASSIVITY:  
PREDICTIVE ROLES OF THE PERCEIVED PROTECTIVE AND AUTHORITARIAN  
PARENTAL ATTITUDES AND TRADITIONAL GENDER ROLE PERCEPTIONS

**Saadet ZÜMBÜL**

Arş. Gör., Afyon Kocatepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik  
Danışmanlık Ana Bilim Dalı,  
Afyonkarahisar/Türkiye.

Res. Asst., Afyon Kocatepe University, Faculty of Education, Department of  
Guidance and Psychological Counseling,  
Afyonkarahisar/Turkey.  
szumbul@aku.edu.tr

**ORCID ID:** 0000-0002-3812-3482

**Makale bilgisi | Article Information**

**DOI:** 10.47994/usbad.988545

**Makale Türü / Article Type:** Araştırma Makalesi / Research Article

**Geliş Tarihi / Date Received:** 10.09.2021

**Kabul Tarihi / Date Accepted:** 14.04.2022

**Yayın Tarihi / Date Published:** 20.04.2022

**Yayın Sezonu / Pub Date Season:** Nisan / April

**Bu Makaleye Atıf İçin / To Cite This Article:** Zümbül, S. (2022). Ruminasyon  
Eğilimine Öğrenilmiş Pasiflik Yönünden Bakış: Koruyucu ve Otoriter Ebeveyn  
Tutumları ile Geleneksel Toplumsal Cinsiyet Rolü Algılarının Yordayıcı Rollerini.  
*USBAD Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi 4(8)*, 298-319.

**İntihal:** Bu makale intihal.net yazılımınca taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir.  
**Plagiarism:** This article has been scanned by intihal.net. No plagiarism detected.



**İletişim:** Web: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/usbad>  
mail: [usbaddergi@gmail.com](mailto:usbaddergi@gmail.com)

**Öz:** Bu araştırmanın amacı, koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel cinsiyet rolü algılarının genç yetişkinlerin ruminasyon eğilimi üzerindeki yordayıcı rollerini incelemektir. Çalışma grubunu, yaşları 18 ve 29 arasında değişen, 397'si kadın ve 116'sı erkek olmak üzere toplam 513 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Veri toplama araçları olarak Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeği, Anne-Baba Tutumları Envanteri, Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu Analizi, t-Testi ve Hiyerarşik Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Bulgulara göre kadınların ruminasyon eğiliminin erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Kadın örnekleminde, algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algıları, ruminasyon eğilimindeki varyansın %17'sini açıklamıştır. Erkek örnekleminde ise algılanan koruyucu ebeveyn tutumları ile geleneksel cinsiyet rolü algıları anlamlı bir regresyon modeli oluşturmuş ve varyansın %10'unu açıklamıştır. Bulgular ilgili literatür ışığında tartışılmış ve sınırlılıklar temelinde uygulayıcılar ve araştırmacılar için bazı öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Ruminasyon, Ruminasyon Eğilimi, Ebeveyn Tutumları, Toplumsal Cinsiyet Rolü, Genç Yetişkinler

**Abstract:** The aim of this study was to examine the predictive role of protective and authoritarian parental attitudes and traditional gender role perceptions in young adults' rumination tendencies. The study group consisted of 513 university students, 397 of whom were women and 116 were men, aged between 18 and 29. Ruminative Thought Style Questionnaire, Parental Attitude Scale, Socialization of Gender Norms Scale, and Demographic Information Form were used as data collection tools in the research. In the analysis of the data, The Pearson Product-Moment Correlation Analysis, t-Test, and Hierarchical Multiple Linear Regression Analysis were used. According to the findings, it was found that the rumination tendency of women was significantly higher than that of men. Perceived protective and authoritarian parental attitudes and traditional gender role perceptions explained 17% of the variance in rumination tendency in women. On the men, perceived protective parental attitudes and traditional gender role perceptions created a significant regression model and explained 10% of the variance in the rumination tendency. The findings were discussed in the light of the related literature and some suggestions were presented for practitioners and researchers on the basis of limitations.

**Key Words:** Rumination, Rumination Tendency, Parental Attitudes, Gender Role, Young Adults

## GİRİŞ

Bireylerin kendileri, yaşantıları ve çeşitli endişeleri hakkında tekrarlı, uzun süreli ve geri-dönümlü düşünmesi, tüm insanlar tarafından yaygın olarak kullanılan zihinsel bir süreçtir (Watkins, 2008). Diğer yandan bu düşünce tarzı, başa çıkma davranışlarını ketleyen ve olumsuz duygularla ilişkili tekrarlı düşünceleri içeren bir alışkanlık haline geliyorsa ruminasyonla sonuçlanabilir (Watkins ve Nolen-Hoeksema, 2014). Ruminasyon kavramı geniş bir tanıma sahiptir; hem patolojik olarak depresif ruminasyonu (Lyubomirsky ve Nolen-Hoeksema, 1993; Matthews ve Wells, 2004) hem de sağlıklı bireylerin zaman zaman kullandığı bir düşünme formunu yansıtmaktadır (Martin ve Tesser, 1996; Watkins, 2008). Teorilerin bir kısmı özellikle depresyona ve bireylerin negatif çıkarım yapma eğilimine odaklanırken (Nolen-Hoeksema, 1991; Robinson ve Alloy, 2003) diğer kısmı ise ruminasyonu, bireylerin iyi oluşları için önemli olarak algıladıkları hedeflere ulaşmaları için alternatifleri araştırmaya teşvik eden bir tepki olarak ele almaktadır (Martin ve Tesser, 1996).

Ruminasyonun sözü edilen farklı kavramlaştırmalarının yanında, pek çok duygusal sorunla ilişkili yapıcı olmayan bir düşünme formu olarak kabul edildiğini söylemek mümkündür. En yaygın anlamıyla, bireylerin öze odaklı-kişisel sorunları ve sosyal problemleri hakkında tekrarlayıcı şekilde düşünmesidir. Bu düşünce biçimi, zaman içinde bilinçli olmaktan çıkıp otomatikleşmekte ve farklı düşünme içeriklerine yayılmaktadır (Nolen-Hoeksema vd., 2008). Bu araştırmada ruminasyon eğilimi kavramı, depresyon başta olmak üzere çeşitli duygusal sorunlar için risk faktörü olabilecek, olumsuz ve tekrarlayıcı düşünme stiline olan yatkınlığı ifade eden bir değişken olarak ele alınmıştır.

Ruminasyon, temelde problem çözme davranışlarına müdahale etmektedir. Bu durum olumsuz ruh halinin sürmesine ve şiddetlenmesine neden olmakta ve birçok psikolojik sorunun ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır (Nolen-Hoeksema, 1991). Pek çok çalışmada ruminasyon ile depresyon arasında güçlü ilişkiler olduğu raporlanmıştır (Broderick ve Korteland, 2004; Hsu vd., 2015; Papageorgiou ve Wells, 2009). Bununla birlikte yine pek çok araştırma, depresyonun kadınlarda daha fazla görüldüğünü de ortaya çıkarmıştır (Hyde ve Mezulis, 2020; Johnson ve Whisman, 2013; Strauss vd., 1997; Wang vd., 2016). Bu bulguların neden kadınlar aleyhinde bu kadar kararlı olduğu ise uzun yıllardır devam eden bir araştırma merakıdır. Bazı araştırmacılar depresyondaki cinsiyet farklılığının, kadınların benzersiz biyolojik ve psikolojik özelliklerinin veya belirgin dezavantajlı sosyal konumlarının kanıtı olduğunu düşünmektedirler. Diğerleri ise yaygınlık oranlarını raporlamadaki önyargılara ya da kadınların yaşadıkları semptomları ifade etmede daha açık olmaları gibi diğer nedenlere dikkat çekerek cinsiyetin depresyondaki rolünü daha önemsiz görmektedir. Belirtmek gerekir ki hiçbir teorik açıklama bu varsayımlarda bir önceliğe ulaşamamış ve tüm açıklamalar eksik bulunmuştur (Strauss vd., 1997). Hormonal dengesizlik gibi biyolojik faktörlerin etkisine dair bulgular ve kadınların erkeklerden daha fazla genetik yatkınlığa sahip olduğuna dair tutarlı kanıtların bulunmadığı da vurgulanmaktadır (Lyubomirsky vd., 2015). Depresyondaki cinsiyetler arası farklılığı araştırmaya odaklanan Nolen-Hoeksema (1994) ise bu farklılığın ruminasyon düzeyinin kadınlarda daha yüksek düzeyde olmasıyla açıklanabileceği öne sürmüştür. Çocukluk dönemi örneklemeyle yapılan çalışmalarda çoğunlukla cinsiyetler arası fark görülmezken ergenliğe doğru depresyonun kadınlar lehinde değişen oranı, kadınlar için risk faktörlerini araştırma yönünde onu güdülemiştir. Çalışmaları sonucu farklılığı yaratan en önemli faktörlerden birinin ruminasyon olduğunu sonucuna varmıştır. Ruminasyon ve depresyon ilişkisini açıklamaya yönelik kapsamlı bir teori olan Tepki Stilleri Teorisi'nde depresyon sıklığında görülen cinsiyetler arası farklılıklarının önemsiz olduğunu aslında önem arz edenin, depresyona tepki verme yolu olduğunu öne sürmüştür (Nolen-Hoeksema, 1991). Yani kadınların büyük oranda biyolojik dezavantajlara sahip olduğu savının aksine, bunun bir tepki verme farklılığını yansıttığına işaret ediyor görülmektedir. Ruminasyonu pasif bir duygusal başa çıkma stratejisi olarak da ele alan Nolen-Hoeksema (1991) eğer ruminasyon birey tarafından bir başa çıkma stratejisi olarak sıklıkla kullanılıyorsa, cinsiyet fark

etmeksizin depresif duygu durumunun artıp yoğunlaşacağına da değinmiştir. Depresyondaki bu cinsiyetler arası fark, ruminasyonun kadınlar tarafından daha sık kullanılması nedeniyle ortaya çıkıyorsa ikinci önemli soru kadınlarda ruminatif düşünmenin nasıl geliştiği ve tepki verme biçiminin repertuvara yerleştiğidir.

### **ÖĞRENİLMİŞ PASİFLİK**

Araştırmacılar pasif tepki vermeyi teşvik eden gelişimsel koşulların ve sosyalleşme süreçlerinin, ruminatif düşünme eğilimini artırabileceğini öne sürmüştür. Buna yönelik açıklamalardan biri gelişimsel ve sosyalleşme sürecinde öğrenilen distal (uzak) faktörlerle işaret etmektedir (Watkins ve Nolen-Hoeksema, 2014). Gelişimsel koşullar arasında ebeveynlerin aşırı koruyucu-kontrolcü tutumları ve stereotipik kadınsı cinsiyet rolü sosyalleşmesi yer almaktadır (Watkins ve Nolen-Hoeksema, 2014). Değinildiği gibi, yapılan çalışmalar ruminatif tepki düzeylerindeki cinsiyet farkının ergenlikte ayrışmaya başladığını, genç yetişkinlik ve yetişkinlik döneminde daha da belirginleştiğini göstermiştir. Bu noktada önemli bir diğer soru, ruminasyonun sosyalleşme sürecinde öğrenilen bir tepki verme yolu olup olmadığı yani toplumsallaşma ve kültürel beklentilerin ruminasyon düzeyi ile ilişkili olup olmadığıdır.

### **EBEVEYN TUTUMLARI**

Kuşkusuzdur ki sağlıklı gelişim seyrinin en büyük belirleyicilerinden biri, ebeveynlerin tutum ve davranışlarıdır. Ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesi, optimal sosyo-duygusal gelişim ve duygusal düzenleme ile yakından ilişkidir (Sideridis ve Kafetsios, 2008). Yaygın bir görüş, aile ortamının ve çocuk mizacının etkileşiminin ruminasyonun gelişiminde etkili olabileceğidir ve yapılan bazı çalışmalar da bu görüşü desteklemektedir (Hilt vd., 2012; Spasojevic ve Alloy, 2002; Verstraeten vd., 2011). Anne-baba tutumları alanında en çok ele alınan sınıflama: demokratik, otoriter, izin verici ve ihmal edici ebeveyn tutumları ayrımıdır (Baumrind, 1991; Maccoby ve Martin, 1983). Bu tutumlardan özellikle aşırı korumacı ve otoriter ebeveyn tutumlarının ruminasyonla ilişkili olduğu öne sürülmektedir. Eğer çocuk kendi çevresi üzerinde çok az kontrole sahipse, aktif ve uyumlu baş etme stratejilerini öğrenemeyecektir (Watkins ve Nolen-Hoeksema, 2014). Otoriter ve aşırı korumacı ebeveyn tutumları, çocuklarda olumsuz deneyimlerin kontrol edilemezliği algısını teşvik edebilmekte ve özerk olarak bu deneyimlerle baş etmeyi öğrenmelerini engelleyebilmektedir (Manfredi vd., 2011). Diğer yandan genel bir eğilim olarak ebeveynler, erkek çocukları eylem odaklı deneyimlerinde daha fazla teşvik etmektedir.

### **TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİ**

Toplumsal cinsiyet rolleri, bireylerin sosyalleşme süresince kültürel bağlamda edindikleri kadın ve erkek olmaya dair sosyal olarak belirlenen beklentileri ve sorumlulukları tanımlamaktadır. Bunlar bireylerin toplum içindeki davranışlarını tanımlamanın yanında sosyal, ekonomik ve politik konumlarını da belirlemektedir (Altınova ve Duyan, 2013). Bazı araştırmacılar, ruminasyon eğiliminin geleneksel

sosyalleşme süreçleri yoluyla edinilen toplumsal cinsiyete ilişkin kalıplaşmış bir başa çıkma davranışı olduğunu varsaymıştır (Eisenberg vd., 1998).

Kadınınsı cinsiyet rolü sosyalleşmesi, duygusal ifadeyi ve kişilerarası yönelimi vurgulamaktadır. Erken yaşlarda teşvik edilmesiyle kadınlarda hem kendilerinin hem de diğerlerinin duygulara karşı daha büyük bir duyarlılık oluşmasına yol açmaktadır. Öyle ki kadınınsı cinsiyet rolü ile özdeşleşen bireyler, stresli olaylara karşı daha duygusal tepkiler verirler, bu durum da daha fazla kendine odaklanma ve olumsuz duyguların yoğunlaşmasını beraberinde getirebilir (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001). Güçlü bir kişilerarası yönelim de benzer şekilde başkalarının ihtiyaçlarına daha duyarlı olma ve duygusal uyumlanma da dahil olmak üzere diğeri odaklı davranışların erken teşvik edilmesinin olası bir ürünüdür (Simonson, Mezulis ve Davis, 2011). Daha açık bir ifadeyle, kadınlar cinsiyet rolü beklentisi gereği duygusal olmayla özdeşleştirildiği için ilişkilerdeki duygusal dengeyi korumak ve sürdürmek konusunda daha fazla sorumluluk hissedebilir (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001).

Özetle cinsiyet rolü sosyalleşmesinin duygular üzerinde odaklanma, ifade etme ve ilişkilerdeki duygusal dengeden sorumlu olma gibi beklentileri de ruminasyon üzerindeki cinsiyet farklılığına bir açıklama sunabilir. Ek olarak, kadınların toplumsal cinsiyet temelindeki daha düşük görülen sosyal statüleri ve erkeklere göre kontrol edilemeyen stres faktörlerinin daha fazla olması, onlara durumlarını iyileştirmek için yapacakları her türlü eylemin başarısız olacağını öğretebilir (Lyubomirsky vd., 2015).

Genç yetişkin ve yetişkin örneklemeler üzerinde yapılan çalışmalar, ruminasyon düzeyinin kadınlarda daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Nolen-Hoeksema vd., 1999). Bu bağlamda, tepki verme repertuarına yerleştikten sonra etki etmesi daha zor olan ruminasyonun, kadınlarda yüksek olmasını açıklayabilecek faktörleri araştırmak oldukça önemlidir. Bu farkın kadın ve erkeklerin sosyalleşme süreçlerindeki bazı farklılıkları yansıttığı görüşü anlamlı görülmektedir. Bu çalışma, bu faktörleri incelemesiyle kritik bir noktaya ışık tutabilir. Araştırmanın önemli bir diğeri yönü, gençlerin kendilerine en çok odaklandıkları dönem olan dolayısıyla ruminatif düşünmenin daha fazla olabileceği genç yetişkin bireylerle yürütülmesidir. Genç yetişkinlerle yürütülmesinin bir diğeri nedeni, toplumsal cinsiyet tutumlarının ergenlikte sabitlenmeye başlayıp genç yetişkinlikte kararlı bir şekilde sürdürüldüğü görüşlerinin dikkate alınmasıdır. Genç yetişkinlik, ergenlik ve yetişkinliğe geçiş arasındaki döneme işaret etmektedir. Bu dönemdeki gençler meslek seçimi, eğitimini tamamlama ve iş aramaya başlama, aileden ayrı yaşayabilme ve yaşamlarını yönetme, özerk kararlar alma, sağlıklı romantik ilişkiler kurma gibi pek çok alanda yeni adımlar, denemeler ve planlar yapmaktadır (Arnett, 2000; Atak ve Çok, 2010). Bu dönemde bireylerin karşılaştığı değişimler ile yaşadığı sorunlar üzerinde tekrarlı ve endişeli düşünmesi muhtemel görülebilir.

Dolayısıyla bu araştırmanın temel amacı, cinsiyetler arası farklı açıklayan değişkenlere dair ortaya atılmış olan öğrenilmiş pasiflik hipotezini incelemektir.

Temelde kadınlardaki ruminasyon eğilimini açıklamaya yönelik öne sürülmüş olan bu değişkenlerin, ayrıca erkek örnekleminde de incelenip yordayıcı faktörler olup olmadığını incelemek hedeflenmektedir. Hem kadın hem erkekler için kurulan modellerin nedensel bir çıkarım sağlamasa da gelecekte yapılabilecek araştırmalar için bazı fikirler sunabileceğine inanılmaktadır. Bu doğrultuda öncelikle ebeveyn tutumları ve toplumsal cinsiyet rolü algılarının ruminasyon eğilimi ile ilişkisi incelenmiş ardından kadın ve erkeklerin ruminasyon düzeyi arasında fark olup olmadığı araştırılmıştır. Son olarak cinsiyetler temelinde iki ayrı regresyon modeli kurulmuştur. Bu doğrultuda araştırmada şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Ruminasyon eğilimi puanları ile demokratik, koruyucu ve otoriter anne-baba tutumları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
2. Ruminasyon eğilimi puanları ile eşitlikçi ve geleneksel toplumsal cinsiyet algısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
3. Kadın üniversite öğrencileri ile erkek üniversite öğrencilerinin ruminasyon eğilimi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark var mıdır?
4. Algılanan koruyucu anne-baba tutumları ve otoriter anne-baba tutumları puanı ile geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algısı puanlarının kadın üniversite öğrencilerin ruminasyon eğilimi puanlarını yordamakta mıdır?
5. Algılanan koruyucu anne-baba tutumları ve otoriter anne-baba tutumları puanı ile geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algısı puanlarının erkek üniversite öğrencilerin ruminasyon eğilimi puanlarını yordamakta mıdır?

## YÖNTEM

### ÇALIŞMA GRUBU

Araştırmanın çalışma grubu, 2018-2019 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Ege bölgesinde yer alan bir devlet üniversitesinde öğrenim gören 397 (%77)'si kadın 116 (%23)'sü erkek olmak üzere toplam 513 üniversite öğrencisinden oluşmuştur. Katılımcıların yaşları 18 ve 29 arasında değişmektedir. Bölüm düzeylerine göre katılımcıların %17,2'si Fen Bilgisi Öğretmenliği, %23,6'sı Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, %11,9'u Türkçe Öğretmenliği, %10,5'i Sınıf Öğretmenliği, %14,6'sı Matematik Öğretmenliği, %16,8'i Okul Öncesi Öğretmenliği ve %5,5'i ise Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği bölümünde öğrenim görmektedir. Sınıf düzeylerine göre ise %30,2'si birinci sınıf, %32'si ikinci sınıf, %22,2'si üçüncü sınıf, %15,6'sı dördüncü sınıfa devam etmektedir.

### VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

#### Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeği (RDBÖ)

Brinker ve Dozois tarafından 2009 yılında geliştirilen RDBÖ, belirli bir içerikten bağımsız olarak depresyona ek diğer sıkıntılı duygu durumları da kapsayan kontrol edilemeyen, geri-dönüslü (recurrent) ve tekrarlayıcı özellikleri içeren genel bir ruminasyon eğilimini ölçmektedir. Türkçeye uyarlaması Karatepe (2010)

tarafından uzmanlık tezi kapsamında, 350 sağlıklı gönüllü katılımcıdan oluşan bir örnekleme gerçekleştirilmiştir. Güvenirlik çalışmasında ölçeğin orijinal formu ile benzer şekilde, 20 maddeden oluştuğu ve tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. Her madde 1 = *Beni Hiç Tanımlamıyor* ile 7 = *Beni Çok İyi Tanımlıyor* arasında 7'li dereceleme ile puanlanmaktadır. Uyarılama çalışmasında ölçeğin iç tutarlılık katsayısının .90 olduğu tespit edilmiştir. Test tekrar test yöntemi ile 30 gün arayla 32 kişi üzerinde incelenen güvenirlik katsayısı ise .84 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bu araştırma örneklemindeki güvenirlik katsayısı hem kadın hem erkek örnekleminde .92 olarak hesaplanmıştır.

### **Anne-Baba Tutumları Envanteri (ABTÖ)**

Kuzgun tarafından 1972 yılında geliştirilmiş ABTÖ, 1993 yılında Eldeleklioğlu tarafından ilk formunun bazı maddeleri kullanılarak yeniden geliştirilmiştir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 2005). Ölçek bireyin algıladığı ebeveyn tutumlarını belirlemeyi amaçlamaktadır. Yeniden geliştirilen formun geçerlilik ve güvenirlik çalışması 100 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Ölçek toplam 40 maddeden oluşmuştur ve faktör analizi sonuçlarına göre ölçeğin Demokratik, Koruyucu-İstekçi ve Otoriter olarak adlandırılan 3 alt boyutu ortaya çıkmıştır. Her madde, 5 = *Tamamen Uygun* ve 1 = *Hiç Uygun Değil* arasında değişen 5'li dereceleme ile puanlanmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları, Demokratik alt ölçeğinin için .89, Koruyucu alt ölçeğinin için .82, Otoriter alt ölçeğinin için ise .78 olarak tespit edilmiştir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 2005). Bu araştırmadaki güvenirlik katsayıları demokratik, koruyucu ve otoriter anne-baba tutumları alt ölçekleri için sırasıyla kadın örnekleminde .92, .84, .78, erkek örnekleminde ise .90, .84, .81 olarak hesaplanmıştır.

### **Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği (TCOÖ)**

Epstein tarafından 2008 yılında geliştirilen TCOÖ, üniversite öğrencilerinin sosyalleşme süreçlerinde anne baba, arkadaşları ve yakın çevresinden duydukları cinsiyet rolü odaklı mesajları belirlemeyi hedeflemektedir. Bu araştırma, ruminasyon eğilimindeki gelişimsel faktörlere ilişkin bir hipotezi incelediği için TCOÖ'nin incelenmek istenen yapıyı daha iyi karşılayacağı düşünülmüştür. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenirlik çalışması 2011 yılında Arıcı tarafından gerçekleştirilmiştir. TCOÖ Geleneksel Cinsiyet Rollerini ve Eşitlikçi Cinsiyet Rollerini olarak iki boyut ve toplam 19 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin her biri, katılımcıların ilgili maddeyi ne kadar sıklıkla duyduğu ya da bu mesajı aldığına yönelik olarak *Hiç*, *Çok Az*, *Biraz* ve *Çok* şeklinde dörtlü derecelendirme ile puanlanmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı Geleneksel Cinsiyet Rollerini alt boyutu için .79 ve Eşitlikçi Cinsiyet Rollerini alt boyutu için ise .63 olarak belirlenmiştir. Bu araştırmadaki güvenirlik katsayıları ise Eşitlikçi Cinsiyet Rolü Algıları alt ölçeği için kadın örnekleminde .70, erkek örnekleminde .64 olarak hesaplanırken Geleneksel Cinsiyet Rolü Algıları alt ölçeği kadın örnekleminde .80, erkek örnekleminde .83 olarak hesaplanmıştır.

## Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, yaş, bölüm ve sınıf bilgilerini öğrenmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

## İŞLEM

Veriler araştırmacı tarafından 2018-2019 akademik döneminde, sorumlu öğretim üyelerinin izni doğrultusunda örneklemde yer alan sınıflarda ders öncesi toplanmıştır. Öğrencilere çalışma hakkında bilgi verildikten sonra gönüllülüğün esas olduğu belirtilmiş, gönüllü olan ve ölçeklerin başında yer alan bilgilendirilmiş onam formunu kabul eden katılımcılarla ölçek uygulaması gerçekleştirilmiştir. Ölçeklerin cevaplama süresi 20-30 dakika arasında tamamlanmıştır.

## VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmada, değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu Analizi, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin ruminasyon eğilimlerine göre farklılaşp farklılaşmadıklarını incelemek için Bağımsız Örneklem İçin t-Testi ve algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumu ile geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algısının ruminasyon eğilimini yordama gücünü incelemek amacıyla da Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Analize başlamadan önce gerekli koşulların karşılanıp karşılanmadığı incelenmiştir. Öncelikle regresyon analizinde doğrusallık ve normallik varsayımlarını güçleştiren uç değerler olup olmadığı Mahalanobis Distance değerleri kullanılarak incelenmiştir. Bu değerleri belirlemek için Kay-Kare dağılım tablosu kullanılmıştır (Can, 2014) ve tabloya göre bağımsız değişken sayısı 3 olan bir regresyon modeli için .05 anlamlılık düzeyinde Mahalanobis değeri 7.815'dir. Uç değerler mevcut regresyon modelinin olması gereken kuramsal modele uyumunu bozduğu için bu değerler üzerinde yer alan 31 veri analizden çıkarılmıştır. Bu adımdan sonra verilerin normal dağılımı merkezi eğilim ölçüleri ile incelenmiştir. Araştırmada kadın ve erkekler için iki regresyon modeli kurulacağı için normal dağılıma uygunluk, kadın ve erkek örneklemelerinde ayrı ayrı incelenmiştir. Kadın örneklemesinde çarpıklık katsayılarının -.857 ile .620 arasında; basıklık katsayılarının ise -.376 ile .144 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Erkek örneklemesinde ise çarpıklık katsayıları -.626 ile .255 arasındayken basıklık katsayıları -.570 ile -.014 arasında olduğu görülmüştür. Değerlerin  $\pm 1$  aralığında olmasıyla verilerin normal dağılıma uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çoklu regresyon için gerekli sayıltılardan bir diğeri olan çoklu bağlantılık sayıltısını incelemek için yapılan Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu Analizi sonucunda değişkenler arasında çoklu bağlantılık sorunu teşkil eden bir korelasyon değerine rastlanmamıştır (bkz. Tablo 2). Bu sayıltı ayrıca Varyans Büyütme Faktörü (VIF) ve Tolerans (Tolerance) ile kontrol edilmiştir. Kadın örneklemesinde Tolerans değerleri .522 ile .881 arasında, VIF değerleri ise 1.135 ile 1.961 arasında değişirken, erkek örneklemesinde ise Tolerans değerleri .403 ile .957 arasında, VIF değerleri ise 1.045 ile 2.484 arasında değişmektedir. VIF değerinin 10'dan küçük, Tolerans değerinin de .2'den büyük



olduğu için (Can, 2014) sorun teşkil edecek bir çoklu korelasyon olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Verilerin analizinde anlamlılık değeri  $p < .05$  olarak kabul edilmiştir.

## BULGULAR

### BETİMLEYİCİ İSTATİSTİKLER

Bu araştırmada bağımlı değişken olarak ruminasyon eğilimi, bağımsız değişkenler olarak ise algılanan ebeveyn tutumları ve toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin algılar ele alınmıştır. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenlerine ilişkin aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler, kadın ve erkek örneklimi özelinde Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

	$\bar{X}$	SS.	min.	max.
<b>Kadınlar</b>				
1.Ruminasyon Eğilimi	104.5	20.97	42	140
2.Algılanan Demokratik Ebeveyn Tutumu	59.21	11.13	22	75
3.Algılanan Koruyucu Ebeveyn Tutumu	36.63	10.01	17	64
4.Algılanan Otoriter Ebeveyn Tutumu	20.76	6.68	10	41
5.Eşitlikçi Cinsiyet Rolü Algısı	16.42	3.13	6	20
6.Geleneksel Cinsiyet Rolü Algısı	37.35	7.27	17	55
	$\bar{X}$	SS.	min.	max.
<b>Erkekler</b>				
1.Ruminasyon Eğilimi	97.36	22.62	35	135
2.Algılanan Demokratik Ebeveyn Tutumu	56.73	10.45	25	75
3.Algılanan Koruyucu Ebeveyn Tutumu	40.81	10.18	21	69
4.Algılanan Otoriter Ebeveyn Tutumu	24.47	7.59	10	43
5.Eşitlikçi Cinsiyet Rolü Algısı	16.24	2.72	8	20
6.Geleneksel Cinsiyet Rolü Algısı	40.34	7.69	19	55

### Ruminasyon Eğilimi ile Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmanın ilk iki problemi doğrultusunda, ruminasyon eğilimi ile algılanan ebeveyn tutumları ve toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin inançlar arasında ilişkiler Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu Analizi ile incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri

	1	2	3	4	5	6
<b>Kadınlar</b>						
1.Ruminasyon Eğilimi	---					
2.Algılanan Demokratik E. T.	-.068	---				

Saadet Zümbül

3.Algılanan Koruyucu E. T.	.348**	-.334**	---			
4.Algılanan Otoriter E. T.	.186**	-.677**	.670**	---		
5.Eşitlikçi Cinsiyet Rolü A.	-.077	.242**	-.140**	-.227**	---	
6.Geleneksel Cinsiyet Rolü A.	.315**	-.049	.345**	.217**	-.011	---
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>Erkekler</b>						
1.Ruminasyon Eğilimi	---					
2.Algılanan Demokratik E. T.	.045	---				
3.Algılanan Koruyucu E. T.	.198*	-.314**	---			
4.Algılanan Otoriter E. T.	.174	-.498**	.710**	---		
5.Eşitlikçi Cinsiyet Rolü A.	.023	.120	-.067	.009	---	
6.Geleneksel Cinsiyet Rolü A.	.272**	.005	.153	.206*	.292**	---

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

Tablo 2’de görüldüğü gibi, kadınlarda ruminasyon eğilimi ile algılanan koruyucu ebeveyn tutumu arasında pozitif yönlü orta düzeyde ( $r = .348$ ,  $p < .01$ ); algılanan otoriter ebeveyn tutumu arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ( $r = .186$ ,  $p < .01$ ) anlamlı bir ilişki vardır. Kadınlarda ruminasyon eğilimi ile geleneksel cinsiyet rollerine ilişkin algılar arasında ise pozitif yönlü orta düzeyde ( $r = .315$ ,  $p < .01$ ) anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Erkek örnekleminde ise ruminasyon eğilimi ile koruyucu ebeveyn tutumu arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ( $r = .198$ ,  $p < .05$ ); geleneksel cinsiyet rollerine ilişkin algılar arasında ise pozitif yönlü düşük düzeyde ( $r = .272$ ,  $p < .01$ ) anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

### Kadın ve Erkeklerin Ruminasyon Eğilimleri Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmanın üçüncü alt problemi doğrultusunda, kadın üniversite öğrencileri ile erkek üniversite öğrencilerinin ruminasyon eğilimi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığı Bağımsız Örneklem İÇİN t-Testi ile incelenmiştir. Tablo 3’te analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 3: Ruminasyon Eğilimi Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Karşılaştırmasını İçeren t-Test Sonuçları

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	sd	t	p
Kadın	397	104.50	20.97	511	3.169	.002**
Erkek	116	97.36	22.62			

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

Tablo 3'e göre ruminasyon eğilimi puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır ( $t_{(511)} = 3.169, p < .01$ ). Kadınların ruminasyon eğilimi puan ortalamaları ( $K = 104.50, SS = 20.97$ ) erkeklerin ruminasyon eğilimi puan ortalamalarından ( $E = 97.36, SS = 22.62$ ) anlamlı düzeyde yüksektir.

### Ruminasyon Eğilimini Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi

Araştırmada, öğrenilmiş pasiflik hipotezi doğrultusunda öne sürülen ayrıca anlamlı korelasyonlar gösteren algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel cinsiyet rolü algısı puanlarının kadın ve erkek öğrencilerin ruminasyon eğilimi puanlarını yordama güçlerinin incelenmesi için Hiyerarşik Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçları kadınlar için Tablo 4, erkekler için Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 4: Algılanan Koruyucu ve Otoriter Ebeveyn Tutumları ile Geleneksel Cinsiyet Rolü Algısı Puanlarının Kadınların Ruminasyon Eğilimi Puanlarını Yordama Güçlerine İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değişkenler	B	SH <sub>B</sub>	B	T	R	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>	F
1	(Sabit)	78.992	3.849	-	20.524*	.354	.125	.125	28.135*
	A.K.E.T.	.847	.133	.405	6.378*				
	A.O.E.T.	-.266	.199	-.085	-1.337				
2	(Sabit)	60.993	5.492	-	11.105*	.410	.168	.043	26.402*
	A.K.E.T.	.681	.135	.325	5.044*				
	A.O.E.T.	-.249	.195	-.079	-1.281				
	G.C.R.A.	.636	.141	.220	4.494*				

\* $p < .01$ .

**Not:** A.K.E.T.: Algılanan Koruyucu Ebeveyn Tutumu; A.O.E.T: Algılanan Otoriter Ebeveyn Tutumu, G.C.R.A.: Geleneksel Cinsiyet Rolü Algısı

Tablo 4'te verilen sonuçlara göre, kadın örnekleminde kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuş ( $F_{(1-393)} = 26.402, p < .01$ ); algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algıları, ruminasyon eğilimindeki varyansın % 17'sini açıklamıştır. Daha detaylı incelendiğinde, ilk blokta regresyon modeline, algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları dahil edilmiştir ve bu adımda model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $F_{(2-394)} = 28.135, p < .01$ ). İki değişken birlikte, kadınlardaki ruminasyon eğilimindeki varyansın %12'sini açıklamıştır ( $R = .354, R^2 = .125$ ). Bu aşamada modele anlamlı katkı yapan değişken ise algılanan koruyucu ebeveyn tutumları olmuştur ( $\beta = .405, p < .01$ ). İkinci blokta modele dahil edilen geleneksel toplumsal cinsiyet rolü

algıları değişkeninin de anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüş ( $\beta = .220, p < .01$ ) ve açıklanan varyansa % 4'lük bir katkı sağlamıştır.

Tablo 5: Algılanan Koruyucu Ebeveyn Tutumları ile Geleneksel Cinsiyet Rolü Algısı Puanlarının Erkeklerin Ruminasyon Eğilimi Puanlarını Yordama Güçlerine İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değişkenler	B	SH <sub>B</sub>	$\beta$	T	R	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
1	(Sabit)	79.416	8.573	-	9.264**	.198	.039	.039	4.653*
	A.K.E.T.	.440	.204	.198	2.157*				
2	(Sabit)	53.489	12.617	-	4.240**	.315	.099	.060	6.208**
	A.K.E.T.	.355	.201	.160	1.771				
	G.C.R.A.	.728	.266	.247	2.738**				

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

**Not:** A.K.E.T.: Algılanan Koruyucu Ebeveyn Tutumu; G.C.R.A.: Geleneksel Cinsiyet Rolü Algısı

Erkek örnekleminde otoriter ebeveyn tutumu ile ruminasyon eğilimi arasında anlamlı bir korelasyon olmadığı için ( $r > .05$ ) için kurulan regresyon modelinden çıkarılmıştır. Bulgulara göre kurulan algılanan koruyucu ebeveyn tutumu ve geleneksel cinsiyet rolü algılarını içeren model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $F_{(2-113)} = 6.208, p < .01$ ). Algılanan koruyucu ebeveyn tutumları ile geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algıları, erkeklerin ruminasyon eğilimi varyansının %10'unu açıklamıştır. İlk blokta algılanan koruyucu ebeveyn tutumlarının dahil edildiği regresyon modeli, istatistiksel olarak anlamlı bulunurken ( $F_{(1-114)} = 4.653, p < .05$ ) varyansın % 4'ünü açıklamıştır. İkinci blokta modele dahil edilen geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algısı değişkeni de erkeklerdeki ruminasyon eğiliminin anlamlı bir yordayıcısı olarak ortaya çıkmış ( $\beta = .247, p < .01$ ) ve açıklanan varyansa % 6'lık bir katkı sağladığı görülmüştür.

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı, koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel cinsiyet rolü algılarının ruminasyon eğilimini yordama güçlerini incelemektir. Araştırmanın ilk bulgularına göre, kadınlarda ruminasyon eğilimi ile algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Erkek örnekleminde ise ruminasyon eğilimi ile koruyucu ebeveyn tutumu arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Yapılan çalışmalar bu bulguları destekler niteliktedir. Örneğin yapılan bir çalışmada, ruminasyon düzeyi yüksek üniversite öğrencileri, aşırı kontrolcü ebeveynler tarafından yetiştirildiklerini bildirmiştir (Spasojevic ve Alloy, 2002). Benzer şekilde hem yetişkin örneklemlerle yapılan kesitsel çalışmalarla (Manfredi

vd., 2011) hem de okul öncesi ve ergenlik dönemi örneklemeyle yapılan boylamsal çalışmalarda (Hilt vd., 2012) algılanan aşırı kontrolcü ebeveynlik tutumunun, yüksek ruminasyon düzeyi ile anlamlı ilişkilere sahip olduğu raporlanmıştır.

Bulgulara göre hem kadınlar hem de erkeklerde ruminasyon eğilimi ile geleneksel cinsiyet rollerine ilişkin algılar arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler vardır. Yapılan çalışmalarda çoğunlukla cinsiyet rolü sınıflaması (örn. kadınsı, erkeksi, androjen ve belirsiz) kullanılmaktadır. Ancak bu çalışmadaki ayırım temel alan bazı çalışmalarda geleneksel-kadınsı cinsiyet rolü yönelimine sahip olan kadın ve erkeklerin daha fazla ruminasyon eğilimi gösterdiği raporlanmıştır (Broderick ve Korteland, 2002; Simonson vd., 2011). Yani tersi de doğru olmakla birlikte, cinsiyet fark etmeksizin geleneksel cinsiyet rolü sosyalleşmesini daha yüksek algılayan gençlerin ruminasyon eğilimi puanları da yüksektir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre kadınlarda ruminasyon eğilimi, erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Bu bulguyu destekleyen yüklü bir alanyazın olduğunu söylemek mümkündür. Örneğin yapılan meta-analiz çalışmaları, çocuk örnekleminde ruminasyon eğiliminin kızlarda erkeklere kıyasla daha yüksek olduğunu, ergenlikte ise etki büyüklüğünün arttığına işaret etmektedir (Rood vd., 2009). Yetişkin örneklemlerinde yürütülen ve ruminasyondaki cinsiyet farklılıklarını inceleyen bir meta-analiz çalışmasında ise kadınların ruminasyon eğiliminin erkeklerden daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Johnson ve Whisman, 2013). Ülkemizde yürütülen bir araştırmada ise yaşa göre ruminasyon düzeyinin farklılaşmadığını ve kadın öğrencilerin ruminasyon düzeyinin erkek öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulunmuştur (Bugay ve Erdur-Baker, 2011). Bu farka ilişkin pek çok etken tartışılabilir. Örneğin bu etkenlerden biri kadınların erkeklere göre daha olumsuz ve kontrol edilemez olaylar yaşamaları olabilir. Bunlardan bazıları, iş ve ev yaşamı arasındaki rol yükü hem meslek hem de ev yaşamındaki kadın-erkek eşitsizliğine dayalı zorluklar, kadınlar arasında erkeklere kıyasla yaşam boyu cinsel ve fiziksel saldırı yaygınlığının daha fazla olması sayılabilir. Bu zorluklar, kadınların tehlikeler için daha uyanık olmaları ve çevrelerini kontrol edebilmelerinin bir yolu olarak ruminasyona daha fazla eğilimli olmalarını açıklayabilir (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001).

Bu araştırmanın varsayımlarının da temelini oluşturan bir diğer açıklama, öğrenilmiş pasiflik hipotezi olarak da ele alınan (Lyubomirsky vd., 2015) koruyucu ve müdahale edici ebeveyn tutumları ile toplumsal cinsiyet rolleri olabilir. Bu doğrultuda incelenen son araştırma sorusunun bulgularına göre, kadın örnekleminde kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuş; algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algıları ruminasyon eğilimindeki varyansın %17'sini açıklamıştır. Doğrudan kadınlarla yürütülme de yapılan çalışmalar hem ebeveyn tutumlarının hem de toplumsal cinsiyetin ruminasyonla güçlü bir ilişkisi olduğunu göstermektedir. Üniversite öğrencileri yürütülen geriye dönük bir araştırmada, aşırı ebeveyn kontrolü ve ebeveyn reddi ile fiziksel, duygusal ve cinsel istismarın ruminasyonun gelişimsel öncülleri olduğunu tespit edilmiştir (Spasojević ve Alloy, 2002).

Yetişkinler üzerinde yürütülen bir çalışmada ise algılanan aşırı kontrolcü ebeveyn tutumlarının ruminasyon düzeyini yordadığı bulunmuştur (Manfredi vd., 2011). Aşırı kontrolcü ve koruyucu tutumlar, özerkliği kısıtlayan ve aktif başa çıkma yerine pasif başa çıkma yöntemlerini pekiştiren ebeveyn tutumlarıdır. Çevresi üzerindeki kontrolü az olan çocukların, aktif ve uyumlu baş etme stratejilerini öğrenmesi de zor olacaktır. Özerkliği kısıtlayan, farklı yaklaşımları denemeye teşvik etmeyen ve sürekli ne yapılması gerektiğini dikte eden ebeveyn tutumları, çocukları sıkıntı verici bir durumla karşılaştıklarında problem çözmede daha pasif ve çaresiz hale getirebilir (Watkins ve Nolen-Hoeksema, 2014). Daha aktif başa çıkma stratejileri öğretilmemesi ya da keşfetmeye ortam verilmemesi ile bağlantılı olarak öğrenilen pasiflik veya çaresizlik, ruminatif yanıtlar geliştirme olasılığını artıracak şekilde olumsuz duygulara pasif yanıt vermeye neden olabilir (Shawa vd., 2019). Dahası yapılan araştırmalar destek, olumlu duyguların ifadesi ve kaliteli ebeveyn-çocuk ilişkisi gibi olumlu ebeveynlik davranışlarının ruminasyonla negatif yönde ilişkili olduğunu da göstermiştir (Gaté vd., 2013; Schweizer vd., 2018). Nolen-Hoeksema ve Jackson (2001), genç, orta ve ileri yaş olarak üç farklı yaş grubuyla yürüttükleri araştırmada, kadınların erkeklere göre anlamlı düzeyde daha fazla ruminasyon yaptıkları ortaya çıkmıştır. Ayrıca, üzüntü korku ve öfke gibi olumsuz duyguları kontrol etmenin zor olduğuna dair inançlar, ilişkilerdeki duygusal yönünden sorumlu olduklarını hissetmeleri ve hayatlarındaki önemli olaylar üzerinde erkeklere kıyasla daha az kontrole sahip oldukları duygusunun ruminasyondaki cinsiyetler arasındaki farka aracılık ettiğini ortaya koymuşlardır (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001).

Geleneksel cinsiyet rolü sosyalleşmesi de kadınlarda ruminatif düşünme eğilimini açıklayan önemli bir faktör ortaya çıkmaktadır. Bu sosyalleşme türü kadınlarda olumsuz duygulara odaklanmayı, duyguları aşırı şekilde ifade etmeyi, pasif başa çıkma stilleri kullanmayı ve kendini feda etme pahasına ilişkileri sürdürme yönelimini teşvik etmektedir. Tüm bunlar ruminatif düşünme eğilimiyle yakından ilişkili olan durumlardır. Ebeveynler, erkek çocuklarının üzüntü veya korku gibi duyguları bastırmaya ve erkek çocuklarını bu duyguların kaynaklarını aşmak için harekete geçmeye cesaretlendirirken; kızları, üzüntü ve korku gibi duygularını ifade etmeleri yönünde daha fazla cesaretlendirirler. Bu teşvik, esasen kız çocuklarında kendisinin ve diğerlerinin duygularına karşı daha büyük bir duyarlılık oluşmasını sağlamaktadır (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001). Elbette duyguların ifade edilmesi, bastırmadan daha sağlıklıdır; çünkü duygusal ifadeleri kontrol etme çabaları, duygu düzenleme güçlüğü için risk faktörlerini yükseltir (Gratz ve Roemer, 2004). Özellikle diğerlerinden yardım arama ve sıkıntının çözümü için ilk adımları atmaya teşvik ediyorsa, duyguları ifade etme uyumlu bir duygusal başa çıkma yolu olabilir (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001). Öyle ki duygusal yaklaşımla başa çıkma, sadece pasif değil; duygu tanımlama, ifade etme ve düzenlemeye yardımcı olan uyumlu stilleri de içermektedir. Ancak duyguların sadece olumsuzluğuna ve verdiği sıkıntıya odaklanmak duygu düzenlemede güçlüklerle ve ruminatif bir döngüye neden olmaktadır. Kadınsı cinsiyet rolü ile

özdeşleşen bireyler, stresli olaylara karşı daha duygusal tepkiler verirler; bu da daha fazla kendine odaklanma ve olumsuz duyguların yoğunlaşmasını beraberinde getirebilir. Daha da önemlisi duyguya odaklanma eğilimi, özellikle duyguların kontrol edilmez olduğu inancına sahip bireyler için en uygun seçenek olarak ya da bir başa çıkma yolu olarak görülebilmektedir (Stanton vd., 2000).

Tüm bunların yanında, kadınların ruminasyona daha yatkın olmaları basit bir şekilde, öz bildirim ölçeklerinde daha açık yanıtlar vermeleri ile ilişkili de olabilir. Kadınların üzüntü ve endişe gibi olumsuz duygularını kabul etme ve keşfetme konusunda daha rahat olmaları, yapılan çoğu tarama çalışmasında ruminasyonu ölçen maddeleri kabul etmedeki rahatlıklarının bir uzantısı olabilir (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001).

Araştırmanın son bulgularına göre, algılanan koruyucu ebeveyn tutumları ve geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algıları değişkenleri, erkeklerdeki ruminasyon eğilimindeki varyansın %10'unu açıklamıştır. Bu çalışmada toplumsal cinsiyet rolü algılarını ölçmede kullanılan Toplumsal Cinsiyet Rolü Oluşumu Ölçeği (TCOÖ) düşünüldüğünde, erkeklerin yakın çevresinden geleneksel toplumsal cinsiyet rolü mesajları almalarının, ruminasyon eğilimi yordadığı söylenebilir. Bu doğrultuda sosyalleşme sürecinde, geleneksel kadınsı ve erkeksi cinsiyet rolü kalıp yargılarının fazla ve keskin olması hem kadın hem de erkeklerin ruminasyon eğilimini açıklayan faktörlerdir. Toplumsal cinsiyet, sadece kadınlar yönünde değil erkekler için de bir baskı ve stres unsurudur. Özellikle kültürümüzde vurgulanan duygularını belli etmeme, her koşulda dayanıklı olma ve eşinden fazla kazanıp evini geçindirebilme gibi beklentiler, erkekler üzerinde de oldukça stres yaratıcı unsurlardır (Bayar vd., 2018). Öyle görülmektedir ki özerkliği kısıtlayan ve pasif tepki vermeyi teşvik eden koruyucu ebeveyn tutumu ile geleneksel cinsiyet rolü algıları sadece kadınların değil erkeklerin ruminasyon eğilimini de yordamaktadır.

Bu çalışmada ele alınan değişkenlerin hem kadın hem erkek örneklemelerinde bir arada incelendiği başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda kadınlardaki ruminasyon eğilimini açıklayan değişkenlere dair modelin, bu çalışmanın örneğinde anlamlı olduğu söylenebilir. Diğer yandan modelin kısmen erkek örneğinde de anlamlı olması, öne sürülen değişkenlerin sadece kadınlardaki ruminasyon eğilimini açıklayan değişkenler olmadığını göstermektedir. Bu çalışmanın değişkenleri içeren diğer araştırmaların çoğu, BEM Cinsiyet Rolü Envanteriyle sınıflandırılan kadınsı-erkeksi cinsiyet rolü ayrımı kullanılarak yapılmıştır. Bu çalışmada kullanılan TCOÖ, belirtildiği gibi sosyalleşme sürecinde yakın çevreden alınan toplumsal cinsiyet kalıp yargılarını ölçmektedir. Temelde araştırmanın geriye dönük bir perspektif içermesi nedeniyle bu ölçek kullanılmıştır. Diğer yandan kendini bildirim ölçeklerinde bireylerin sosyal beğenirlik nedeniyle daha uygun olduğunu düşündükleri cinsiyet rolü sınıflamasına yönelebileme ihtimalleri vardır. Bu ihtimal de hesaba katılarak, cinsiyet rolü kalıp yargılarının yakın çevreden duyulma sıklığını ölçen bir araç tercih edilmiştir. Böylece örtük de olsa bu yargıların dayatılmasının, ruminasyonla ilişkisi ortaya konmuştur. Ancak gelecekte yapılacak araştırmalarda hem BEM Cinsiyet Rolü

Envanterinin hem de TCOÖ'nün kullanılması çok daha ayrıntılı bilgiler verebilir. Örneğin ergenlerle yapılan bir çalışmada, kadınsı cinsiyet rolünde tanımlanan hem erkek hem de kızların, erkeksi cinsiyet rolünde tanımlanan bireylere göre daha yüksek ruminasyon eğilimi gösterdikleri raporlanmıştır (Broderick ve Korteland, 2002). Bazı araştırmacılar da ruminasyonun yordayıcılığında özellikle kadınsı cinsiyet rolünün biyolojik cinsiyetten daha iyi bir yordayıcı olabileceğini öne sürmektedir (Simonson vd., 2011).

Sonuç olarak bu araştırma, öğrenilmiş pasiflik hipotezinin genel olarak ruminasyon eğilimini açıklamada anlamlı bir hipotez olduğunu göstermekte ve geleneksel-kadınsı cinsiyet rolünde sosyalleşen bireylerin cinsiyet fark etmeksizin ruminasyona daha fazla eğilimli olabileceğini düşündürmektedir. Bu tıpkı Nolen-Hoeksema'nın (1991), eğer ruminasyon bir başa çıkma mekanizması olarak kullanılırsa cinsiyet fark etmeksizin depresif duygu durumunu artıracağına yönelik varsayımıyla paraleldir. Elbette çıkarımların daha ayrıntılı planlanan araştırmalarla desteklenmesi önemlidir.

Araştırmanın sonuçları yorumlanırken bazı sınırlılıkları göz önünde bulundurmak gerekmektedir. Öncelikle bu çalışma, kesitsel ve korelasyonel bir araştırmadır. Bu nedenle sonuçlara dair nedensel değil ilişkisel çıkarımlar yapılabilir. Diğer yandan araştırmada kadın katılımcı sayısı erkek katılımcı sayısından oldukça fazladır ve bu araştırma sonuçlarının erkekler üzerine ne kadar genellenebileceği sorusunu ortaya koymaktadır. Bu araştırma, ülkemizde kadınlarda ruminasyonu yordayan değişkenlerin incelendiği nadir çalışmalardan biridir. Ruminasyonun olumsuz sonuçları ve cinsiyetler arasındaki farkını raporlayan geniş bir literatür varken ruminasyonu yordayan faktörler ve cinsiyetler arasındaki farkı incelemeye yönelik sınırlı açıklama ve araştırma mevcuttur. Çalışmanın bu yönüyle alanyazına katkı sağlar nitelikte olduğu söylenebilir. Ancak farklı yaş gruplarıyla ve farklı özellikteki katılımcı gruplarıyla araştırmanın tekrarlanması, daha doğru çıkarımlar yapmayı kolaylaştırabilir. Çalışmanın bulguları bireylerin ruminatif düşünme eğilimlerinde koruyucu ebeveyn tutumlarının ve toplumsal cinsiyet sosyalleşmesinin önemini ortaya koyduğu için, özellikle çocuklarla çalışan ruh sağlığı uygulayıcılarının ebeveynleriyle çocuk yetiştirme tutumları üzerinde çalışmaları, bununla birlikte cinsiyet rolü kalıp yargılarını fark etmelerine yardım etmelerinin önemini göstermektedir. Cinsiyete göre çocuklarını nasıl farklı şekillerde davranmaya teşvik ettiklerini fark etmeleri, aileler için kıymetli bir kazanımdır; çünkü anne ve babalar da kültürümüzün kadına ve erkeğe yüklediği öğretilerle yetişmiştir. Bu araştırma gibi birikmiş pek çok araştırma bulgusunu da ailelere sunmak bilimsel veriler temelinde bir bakış açısı oluşturmalarına yardım edebilir. Anne ve babalarla yapılacak psiko-eğitsel müdahalelerde özerkliği destekleyen bir ortam sağlayabilmeleri, sağlıklı başa çıkma yöntemlerinde çocuklarına model olabilmeleri, kız ve erkek çocuklarına yükledikleri zarar verici cinsiyet rolü beklentilerini fark edip düzenleyebilmelerine yardım eden modüller eklenmesi oldukça değerli olacaktır.



## KAYNAKÇA

- Altınova, H. H. & Duyan, V. (2013). Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeğinin Geçerlik Güvenirlik Çalışması. *Journal of Society & Social Work* 24(2), 9-22.
- Atak, H. & Çok, F. (2010). A New Period in Human Life: Emerging Adulthood. *Journal of Childhood and Adolescence Mental Health* 17(1), 39-50.
- Arıcı, F. (2011). *Üniversite Öğrencilerinde Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Algılar ve Psikolojik İyi Oluş*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Arnett, J.J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist* 55, 469-480.
- Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *The Journal of Early Adolescence* 11(1), 56-95. <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>
- Bayar, Ö., Haskan Avcı, Ö. & Koç, M. (2018). Erkek Toplumsal Cinsiyet Rolü Stresi Ölçeği'nin (ETCRSÖ) Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Fakültesi Dergisi* 18(1), 57-76.
- Bugay, A. & Erdur-Baker, Ö. (2011). Ruminasyon Düzeyinin Toplumsal Cinsiyet ve Yaşa Göre İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4(36), 191-201.
- Brinker, J. K., & Dozois, D. J. (2009). Ruminative Thought Style and Depressed Mood. *Journal of Clinical Psychology* 65(1), 1-19. <https://doi.org/10.1002/jclp.20542>
- Broderick, P., C., & Korteland, C. (2002). Coping Style and Depression in Early Adolescence: Relationships to Gender, Gender Role, and Implicit Beliefs. *Sex Roles* 46, 201-213. <https://doi.org/10.1023/A:1019946714220>
- Broderick, P. C., & Korteland, C. (2004). A Prospective Study of Rumination and Depression in Early Adolescence. *Clinical Child Psychology and Psychiatry* 9(3), 383-394. <https://doi.org/10.1177/1359104504043920>
- Can, A. (2014). *Spss ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*. (2. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental Socialization of Emotion. *Psychological Inquiry* 9, 241-273. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1)
- Gaté, M. A., Watkins, E. R., Simmons, J. G., Byrne, M. L., Schwartz, O. S., Whittle S., & Allen N. B. (2013). Maternal Parenting Behaviors and Adolescent Depression: The Mediating Role of Rumination. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology* 42(3), 348-357. <https://doi.org/10.1080/15374416.2012.755927>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 26(1), 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>.
- Hilt, L. M., Armstrong, J. M. & Essex, M. J. (2012). Early Family Context and Development of Adolescent Ruminative Style: Moderation by Temperament. *Cognition and Emotion*, 26(5), 916-926. <https://doi.org/10.1080/02699931.2011.621932>
- Hsu, K. J., Beard, C., Rifkin, L., Dillon, D. G. Pizzagalli, D. A & Björgvinsson, T. (2015). Transdiagnostic Mechanisms in Depression and Anxiety: The role of Rumination and attentional control. *Journal of Affective Disorders Volume* 188(1), 22-27. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.08.008>

- Hyde, J. S. & Mezulis, A. H. (2020). Gender Differences in Depression: Biological, Affective, Cognitive, and Sociocultural Factors. *Harvard Review of Psychiatry* 28(1), 4-13. <https://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000230>
- Johnson, D. P., & Whisman, M. A. (2013). Gender Differences in Rumination: A Meta-Analysis. *Personality and Individual Differences* 55, 367-374. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.03.019>
- Jose, P., & Brown, I. (2008). When Does the Gender Difference in Rumination Begin? Gender and Age Differences in the Use of Rumination by Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence* 37(2), 180-192. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9166-y>
- Karatepe, H., D. (2010). *Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği'nin Türkçe Uyarlaması, Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması*. Psikiyatri Uzmanlık Tezi, T.C. Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 13. Psikiyatri Kliniği, İstanbul.
- Kuzgun, Y. & Eldeleklioğlu, J. (2005). Ana Baba Tutumları Ölçeği (Ergenler ve Yetişkinler İçin). İçinde Y. Kuzgun, & F. Bacanlı (Ed.) *Rehberlik ve Psikolojik Danışmada Kullanılan Ölçme Araçları ve Programları Dizisi: 1, PDR'de Kullanılan Ölçekler* (53-70). Ankara: Nobel Yayınları.
- Lyubomirsky, S., Layous, K., Chancellor, J., & Nelson, S. K. (2015). Thinking About Rumination: The Scholarly Contributions and Intellectual Legacy of Susan Nolen-Hoeksema. *Annual Review of Clinical Psychology* 11, 1-22. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032814-112733>
- Lyubomirsky, S. & Nolen-Hoeksema, S. (1993). Self-Perpetuating Properties of Dysphoric Rumination. *Journal of Personality and Social Psychology* 65(2), 339-349. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.65.2.339>
- Maccoby, E. E. & Martin, J. A. (1983). Socialization in the Context of Family: Parent Child Interaction. In P. Mussen & E. M Hetherington (Eds.) *Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality and Social Development*, (pp. 1-101). New York: Willey.
- Manfredi, C., Caselli, G., Rebecchi, D., Rovetto, F., Ruggiero, G. M., Sassaroli, S., & Spada, M. M. (2011). Temperament and Parental Styles as Predictors of Ruminative Brooding and Worry. *Personality and Individual Differences* 50, 186-191. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.023>
- Martin, L. L., & Tesser, A. (1996). Some Ruminative Thoughts. In R. S. Wyer, Jr. (Ed.), *Advances in Social Cognition* 9. *Ruminative Thoughts* (pp. 1-47). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Matthews, G., & Wells, A. (2004) Rumination, Depression, and Metacognition: The S-REF Model. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Rumination: Nature, Theory, and Treatment* (pp. 125-151). Chichester: Wiley.
- Nolen-Hoeksema S. (1991). Responses to Depression and Their Effects on the Duration of Depressive Episodes. *Journal of Abnormal Psychology* 100(4), 569-582. <https://doi.org/10.1037//0021-843x.100.4.569>
- Nolen-Hoeksema, S. (1994). An Interactive Model for the Emergence of Gender Differences in Depression in Adolescence. *Journal of Research on Adolescence* 4(4), 519-534. [https://doi.org/10.1207/s15327795jra0404\\_5](https://doi.org/10.1207/s15327795jra0404_5)

- Nolen-Hoeksema, S., Larson, J., & Grayson, C. (1999). Explaining the Gender Difference in Depressive Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology* 77, 1061–1072. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.5.1061>
- Nolen-Hoeksema, S. & Jackson, B. (2001). Mediators of the Gender Difference in Rumination. *Psychology of Women Quarterly* 25, 37–47. <https://doi.org/10.1111/1471-6402.00005>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E. & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking Rumination Association for Psychological Science. *Journal of Abnormal Psychology* 3(5), 400–424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2009). A Prospective Test of the Clinical Metacognitive Model of Rumination and Depression. *International Journal of Cognitive Therapy* 2(2), 123–131. <https://doi.org/10.1521/ijct.2009.2.2.123>
- Robinson, M., & Alloy, L. (2003). Negative Cognitive Styles and Stress-Reactive Rumination Interact to Predict Depression: A Prospective Study. *Cognitive Therapy and Research* 27, 275–292. <https://doi.org/10.1023/A:1023914416469>
- Rood, L., Roelofs, J., Bögels, S. M., Nolen-Hoeksema, S., & Schouten, E. (2009). The Influence of Emotion-Focused Rumination and Distraction on Depressive Symptoms in Non-Clinical Youth: A Meta-Analytic Review. *Clinical Psychology Review* 29, 607–616. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.07.001>
- Schweizer, T. H., Olino, T. M., Dyson, M. W., Lappock, R. S. & Klein, D. N. (2018). Developmental Origins of Rumination in Middle Childhood: The Roles of Early Temperament and Positive Parenting. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 47, 409–420. <https://doi.org/10.1080/15374416.2017.1359787>
- Shawa, Z. A., Hiltb, L. M., & Starra, L. R. (2019). The Developmental Origins of Ruminative Response Style: An Integrative Review. *Clinical Psychology Review* 74, <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101780>
- Sideridis, G. D., & Kafetsios, K. (2008). Perceived Parental Bonding, Fear of Failure and Stress During Class Presentations. *International Journal of Behavioral Development* 32(2), 119–130. <https://doi.org/10.1177/0165025407087210>
- Simonson, J., Mezulis, A., & Davis, K. (2011). Socialized to Ruminant? Gender role Mediates the Sex Difference in Rumination for Interpersonal Events. *Journal of Social and Clinical Psychology* 30(9), 937–959. <https://doi.org/10.1521/jscp.2011.30.9.937>
- Spasojević, J., & Alloy, L. B. (2002). Who Becomes a Depressive Ruminator? Developmental Antecedents of Ruminative Response Style. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly* 16, 405–418. <http://dx.doi.org/10.1891/088983902780935713>
- Stanton, A. L., Kirk, S. B., Cameron, C. L., & Danoff-Burg, S. (2000). Coping Through Emotional Approach: Scale construction and Validation. *Journal of Personality and Social Psychology* 78(6), 1150–1169. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.78.6.1150>
- Strauss, J., Muday, T., McNall, K & Wong, M. (1997). Response Style Theory Revisited: Gender Differences And Stereotypes in Rumination and Distraction. *Sex Roles* 36, 771–792. <https://doi.org/10.1023/A:1025679223514>
- Verstraeten, K., Bijttebier, P., Vasey, M. W., & Raes, F. (2011). Specificity of Worry and Rumination in the Development of Anxiety and Depressive Symptoms in Children. *The*

*British journal of Clinical Psychology* 50(4), 364–378.  
<https://doi.org/10.1348/014466510X532715>

Watkins E. R. (2008). Constructive and Unconstructive Repetitive Thought. *Psychological Bulletin* 134(2), 163–206. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.2.163>

Watkins, E. R., & Nolen-Hoeksema, S. (2014). A Habit-Goal Framework of Depressive Rumination. *Journal of Abnormal Psychology* 123(1), 24–34. <https://doi.org/10.1037/a0035540>

Wang, K., Lu, H., Cheung, E. F. C., Neumann, D. L., Shum, D. H. K., & Chan, R. C. K. (2016). "Female Preponderance" of Depression in Non-Clinical Populations: A Meta-Analytic Study. *Frontiers in Psychology* 7, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01398>

## GENİŞLETİLMİŞ ÖZET

**Giriş:** Ruminasyon, olumsuz kişisel problemlerin veya olumsuz duygusal durumların nedenleri ve sonuçları hakkında tekrarlayıcı ve kendine odaklı bir düşünme tarzıdır. Ruminasyonun en ilişkili olduğu duygusal sorunun ise depresyon olduğu pek çok çalışmada raporlanmıştır (Broderick ve Korteland, 2004; Hsu vd, 2015; Papageorgiou ve Wells, 2009). Bazı araştırmacılar depresyondaki cinsiyet farklılığının, kadınların benzersiz biyolojik ve psikolojik özelliklerinin veya belirgin dezavantajlı sosyal konumlarının kanıt olduğunu düşünmektedir. Diğerleri ise yaygınlık oranlarını raporlamadaki önyargılara ya da kadınların yaşadıkları semptomları ifade etmede daha açık olmaları gibi diğer nedenlere dikkat çekerek cinsiyetin depresyondaki rolünü daha önemsiz görmektedir. Belirtmek gerekir ki hiçbir teorik açıklama bu varsayımlarda bir önceliğe ulaşmamış ve tüm açıklamalar eksik bulunmuştur (Strauss vd., 1997). Depresyondaki cinsiyetler arası farklılığı araştırmaya odaklanan Nolen-Hoeksema (1994) ise bu farklılığın ruminasyon düzeyinin kadınlarda daha yüksek düzeyde olmasıyla açıklanabileceği öne sürmüştür. Nitekim pek çok araştırmada da depresyonun kadınlarda daha fazla görüldüğü de ortaya çıkarmıştır (Hyde ve Mezulis, 2020; Johnson ve Whisman, 2013; Strauss vd., 1997; Wang vd., 2016). Bu doğrultuda önemli soru, ruminasyonda cinsiyet farklılığını açıklayan faktörlerin neler olduğudur. Öne sürülen varsayımlardan biri, aşırı koruyucu ve kontrolcü ebeveyn tutumları ve geleneksel kadınsı cinsiyet rolü sosyalleşmesinin, pasif tepki verme stilini teşvik ederek ruminasyon eğilimine zemin hazırlayabileceği yönündedir (Watkins ve Nolen-Hoeksema, 2014). Bu faktörler, sosyalleşme süreçlerindeki öğrenmelerine işaret ettiği için bazı araştırmacılar tarafından öğrenilmiş pasiflik hipotezi olarak da ele alınmıştır (Lyubomirsky vd., 2015). Bu çalışmanın amacı, genç yetişkinlerin ruminasyon eğilimlerinde aşırı koruyucu ve kontrol edici/otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel cinsiyet rolü algılarının yordayıcı gücünü incelemektir. Temel olarak, bu değişkenlerin kadınlarda ruminasyon eğilimini açıklamaları önerilmiştir. Ancak daha detaylı incelemek için bu değişkenlerin erkek örnekleme de incelenmesi hedeflenmiştir.

**Yöntem:** Bu çalışma, korelasyonel bir araştırmadır. Araştırmanın çalışma grubu, 397'si kadın 116'sı erkek olmak üzere toplam 513 üniversite öğrencisinden oluşmuştur. Veri toplama araçları olarak Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeği, Anne-Baba Tutumları Envanteri, Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu Analizi, Bağımsız Örneklemeler İçin t-Testi ve Hiyerarşik Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

**Bulgular:** Araştırmanın ilk bulgularına göre, kadınlarda ruminasyon eğilimi ile algılanan koruyucu ebeveyn tutumları ( $r = .348, p < .01$ ) ve otoriter ebeveyn tutumları ( $r = .186, p < .01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Erkek örnekleminde ise ruminasyon eğilimi ile koruyucu ebeveyn tutumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r = .198, p < .05$ ). Ayrıca, hem kadınlar ( $r = .315, p < .01$ ) hem de erkeklerde ( $r = .272, p < .01$ ) ruminasyon eğilimi ile geleneksel cinsiyet rollerine ilişkin algılar arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler vardır. Yapılan t-testi sonuçlarına göre kadınların ruminasyon eğiliminin erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür ( $t_{(511)} = 3.169, p < .01$ ). Son olarak, kadın örnekleminde kurulan model

istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Algılanan koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel toplumsal cinsiyet rolü algıları ruminasyon eğilimindeki varyansın %17'sini açıklamıştır. Erkek örneklemini üzerinde anlamlı ilişki gösteren algılanan koruyucu ebeveyn tutumları ile geleneksel cinsiyet rolü algıları da anlamlı bir regresyon modeli oluşmuş ve ruminasyon eğilimindeki varyansın %10'unu açıklamıştır.

**Tartışma:** Bu araştırmanın amacı, koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları ile geleneksel cinsiyet rolü algılarının ruminasyon eğilimini yordama güçlerini incelemektir. Elde edilen bulgulara göre, kadınların ruminasyon eğilimlerinin erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulguyu destekleyen geniş bir literatürün olduğunu söylemek mümkündür (Bugay ve Erdur-Baker, 2011; meta analiz için bkz. Johnson ve Whisman, 2013). Ruminasyonda cinsiyete dayalı farklılaşmayı açıklamak için bazı faktörler önerilmiştir. Bu araştırmanın varsayımlarının temelini oluşturan bir açıklama, aşırı kontrolcü ve koruyucu ebeveyn tutumları ve geleneksel-kadınınsı cinsiyet rolleridir. Bu faktörler temelinde kadın örneklem ile kurulan regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aşırı kontrolcü ve koruyucu ebeveyn tutumları, özerkliği kısıtlayan ve aktif başa çıkma yerine pasif başa çıkma yöntemlerini pekiştiren ebeveyn tutumlarıdır. Çevreleri üzerinde kontrolü az olan çocukların aktif ve uyumlu başa çıkma stratejilerini öğrenmeleri de zor olacaktır. Ek olarak, geleneksel cinsiyet rolü sosyalleşmesi özellikle kadınlarda ruminasyon eğilimini artırabilir. Çünkü geleneksel cinsiyet rolü sosyalleşmesi temelde kadınlarda olumsuz duygulara odaklanmayı ve bu olumsuz duyguları aşırı şekilde ifade etmeyi, pasif başa çıkmayı ve ilişkileri koruma ve sürdürme yönelimi vurgulayan kadınınsı bir cinsiyet rolünü teşvik etmektedir (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001). Tüm bunlar ruminatif düşünme eğilimiyle yakından ilişkili olan durumlardır. Ayrıca algılanan koruyucu ebeveyn tutumları ve geleneksel cinsiyet rolü algısı değişkenleri de erkeklerde ruminasyon eğiliminin önemli yordayıcılarıdır. Buna göre, toplumsallaşma sürecinde geleneksel kadınınsı ve erkeksi cinsiyet rolü kalıp yargılarının aşırı ve keskin olması hem kadınların hem de erkeklerin ruminasyon eğilimini açıklayabilir. Hem erkekler hem de kadınlar için oluşturulan bu modeller nedensel çıkarım sağlamasa da gelecekte yapılacak araştırmalar için bazı fikirler sunabilir.

### EXTENDED ABSTRACT

**Introduction:** Rumination is a repetitive, recurrent, uncontrollable, and self-focused thinking style about the possible causes and consequences of negative personal problems or negative emotional states. Many studies have shown that the emotional distress that rumination is most associated with is depression (Broderick & Korteland, 2004; Hsu et al., 2015; Papageorgiou & Wells, 2009). Some researchers have considered the gender difference in depression to be evidence of women's unique biological and psychological characteristics or their distinctly disadvantaged social position. It should be noted that no theoretical explanation has reached a priority in these assumptions and all explanations have been missing (Strauss et al., 1997). Focusing on the gender difference in depression, Nolen-Hoeksema (1994) has suggested that this difference can be explained by the higher level of rumination in women. Indeed, studies reported that the rumination tendency was higher in women (Hyde & Mezulis, 2020; Johnson & Whisman, 2013; Wang et al, 2016). Accordingly, another important question is what are the factors that explain the gender difference in rumination. One of the assumptions put forward is that overprotective and authoritarian parent attitudes and socialization of traditional feminine gender roles could increase the rumination tendency by promoting a passive reaction style (Watkins & Nolen-Hoeksema, 2014). These factors were addressed as a learned passivity hypothesis by some researchers because of pointing to learnings in socialization processes (Lyubomirsky et al., 2015). The aim of this study was to examine the predictive power of overprotective and authoritarian parental attitudes and traditional gender role perceptions in young adults' rumination tendencies. Basically, it has been suggested that these variables explain the rumination tendency in women. However, in order to examine these variables in more detail, it was aimed to examine the male sample as well.

**Method:** This study is a correlational research. The study group of the research consisted of a total of 513 university students, of which 397 (77%) were female and 116 (23%) were male. Ruminative Thought Style Questionnaire, Parental Attitude Scale, Socialization of Gender Norms Scale, and Demographic Information Form were used as data collection tools in the research. In the analysis of the data, The Pearson Product-Moment Correlation Analysis, Independent Samples t-Test, and Multiple Linear Regression Analysis were used.

**Results:** According to the first findings of the study, a positive relationship was found between the rumination tendency and perceived protective parental attitudes ( $r = .348, p < .01$ ) and authoritarian parental attitudes ( $r = .186, p < .01$ ) in women. In the men, a positive relationship was found between rumination tendency and perceived protective parental attitudes ( $r = .198, p < .05$ ). Also in both women ( $r = .315, p < .01$ ) and men ( $r = .272, p < .01$ ), there were positive positive relationships between rumination tendency and perceptions of traditional gender roles. According to the t-Test results, it was found that rumination tendency of women was significantly higher than men ( $t_{(511)} = 3.169, p < .01$ ). Lastly, the model established in the women was found statistically significant. Perceived protective and authoritarian parental attitudes and traditional gender role perceptions explained 17% of the variance in rumination tendency. On the men, perceived protective parental attitudes and traditional gender role perceptions created significant regression model and explained 10% of the variance in the rumination tendency.

**Discussion:** This study aimed to examine the predictive role of protective and authoritarian parental attitudes and traditional gender role perceptions in young adults' rumination tendencies. According to the findings, rumination tendency of women were significantly higher than men. It is possible to say that there is a large literature supporting this finding (Bugay and Erdur-Baker, 2011; for meta analysis see. Johnson and Whisman, 2013). Over-controlling/authoritarian and protective parental attitudes and traditional-feminine gender roles can be put forward as factors explaining gender-based differentiation in rumination. With these factors, the regression model established with the female sample was found to be statistically significant. Authoritarian and protective attitudes are parental attitudes that restrict autonomy and reinforce passive coping methods instead of active coping. It will also be difficult for children with little control over their environment to learn active and adaptive coping strategies. Additionally, traditional gender role socialization can increase rumination tendency, especially in women. Because traditional gender role socialization promotes a feminine gender role that emphasizes focusing on negative emotions, expressing emotions excessively, passive coping, responsible of maintaining relationships (Nolen-Hoeksema and Jackson, 2001). All these are situations that are closely related to ruminative thinking tendency. Also, perceived protective parent attitudes and traditional gender role perceptions variables are also significant predictors of rumination tendency in men. Accordingly, if the traditional feminine and masculine gender role stereotypes are excessive and sharp in the socialization process, it can explain the rumination tendency of both women and men. Even if these models established for both men and women don't provide causal inference, they may offer some ideas for future research.