



**TC ACIBADEM MEHMET ALİ AYDINLAR ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**DOKUNMA YOKSUNLUĞU VE DUYGULARI SÖZELLEŞTİRME ZORLUĞUNUN**  
**HEYKELTİRAŞ OLAN VE OLMAYAN BİREYLERDE KİŞİLERARASI**  
**DOKUNMA İHTİYACI ÜZERİNDEKİ YORDAYICI ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

**ELVAN DOĞAN**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**DANIŞMAN**

**Dr. Öğr. Üyesi Ayşenur Aktaş**

**İSTANBUL | 2022**

## BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışılması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını beyan ederim.

Elvan Dogan

İstanbul, 2022

## ÖNSÖZ

Öncelikle tez konumu çalışabilmeme olanak sağlayan, yeni ve özgün fikirlere açık değerli bölüm hocalarıma, tüm süreçte her konuda bana yol gösteren değerli danışmanım Dr. Ayşenur Aktaş'a, tez öneri sunumunda bana olan inancını göstererek motivasyonumu korumama yardımcı olan Nilay Pekel Uludağlı'ya, istatistik noktasında bilgisini ve önerilerini paylaştan değerli hocam Mukadder Okuyan'a, ölçeklerimin çeviri ve geri çevirisinin yapılması kısmında yardımlarını esirgemeyen çok değerli arkadaşlarım Ayşe Taşdemir, Can Eren, Fırat Demir, Furkan Günay, Hasan Yetim, Işık Önal, Melike Işıldağ, Oğuzhan Kısaaadam, Ömer Kökçok, Özkan Memiş, Sinem Bayındır, Taylan Çiftçi, Zeynep Gürbener'e, tez sürecimde daima danışabileceğimi bildiğim sevgili arkadaşlarım Dorukhan Açıl, Zeynep Taşdemir, Uğur Özlav ve Beyza Kırca'ya, tez jürimde yer alan değerli hocalarım Dr. Meral Bozdemir, Doç. Dr. Nilay Pekel Uludağlı, Dr. Aslı Eyrenci, Dr. Fatma Kahraman'a, tez yazım sürecimi maddi ve manevi olarak destekleyen, kolaylaştıran aileme içten teşekkürlerimi sunarım.

## İÇİNDEKİLER

|                   |     |
|-------------------|-----|
| BEYAN .....       | iv  |
| ÖNSÖZ .....       | iii |
| İÇİNDEKİLER ..... | iv  |
| TABLolar .....    | vi  |
| KISALTMALAR ..... | vii |
| ÖZET.....         | 1   |
| ABSTRACT.....     | 3   |
| GİRİŞ .....       | 5   |

### BÖLÜM I

#### ALANYAZIN

|                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------|----|
| 1. Dokunma .....                                              | 8  |
| 1.1. Dokunma biçimleri. ....                                  | 8  |
| 1.2. Dokunmanın önemi ve işlevi .....                         | 10 |
| 1.3. Dokunma yoksunluğu. ....                                 | 19 |
| 1.4. Dokunma ihtiyacı.....                                    | 23 |
| 2. Duyguları İfade Etme .....                                 | 27 |
| 2.1. Duyguların sözel ifadesi. ....                           | 28 |
| 2.2. Aleksitimi.....                                          | 29 |
| 2.3. Duyguların sözel olmayan kanallarla ifade edilmesi. .... | 33 |
| 3. Duygu İfade Aracı Olarak Sanat .....                       | 34 |
| 3.1. Sanatsal dışavurumun işlevi.....                         | 35 |
| 3.2. Heykel sanatının psikolojik işlevi.....                  | 37 |
| 4. Amaç ve Hipotezler.....                                    | 38 |

## BÖLÜM II

### YÖNTEM I

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| 5. İlk Aşama: Ölçeklerin Geçerlik ve Güvenirlik Analizleri..... | 42 |
| 5.1. Örneklem. ....                                             | 42 |
| 5.2. Veri toplama araçları. ....                                | 43 |
| 5.3. İşlem.....                                                 | 44 |
| 5.4. Analiz.....                                                | 45 |

### BULGULAR I

|                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| 6. İlk Aşama: Ölçeklerin Geçerlik ve Güvenirlik Analizlerinin Sonuçları ..... | 46 |
| 6.1. Betimsel istatistikler. ....                                             | 46 |
| 6.2. Geçerlik analizleri.....                                                 | 46 |
| 6.3. Güvenirlik analizleri. ....                                              | 54 |

### YÖNTEM II

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| 7. İkinci Aşama: Temel ve Yan Hipotezlerin İncelenmesi..... | 55 |
| 7.1. Örneklem .....                                         | 55 |
| 7.2. Veri toplama araçları. ....                            | 58 |
| 7.3. İşlem.....                                             | 61 |
| 7.4. Analiz.....                                            | 61 |

### BULGULAR II

|                                                                                                                |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 8. İkinci Aşama: Betimleyici ve Yordayıcı Analizler .....                                                      | 63 |
| 8.1. Ölçeklere ait betimleyici bulgular.....                                                                   | 63 |
| 8.2. Sosyodemografik değişkenlerin Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı ile İlişkisinin incelenmesi ..... | 65 |
| 8.3. Yordayıcı ve yordanan değişkenlerin ilişkisi.....                                                         | 66 |

## BÖLÜM III

|                            |    |
|----------------------------|----|
| SONUÇLAR VE TARTIŞMA ..... | 72 |
|----------------------------|----|

|               |    |
|---------------|----|
| KAYNAKÇA..... | 81 |
|---------------|----|

|            |     |
|------------|-----|
| EKLER..... | 109 |
|------------|-----|

## TABLÖLAR

|                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tablo 1.</b> Dokunma Yoksunluğu ölçeği, maddeler, faktörleri ve yükleri.....       | 50 |
| <b>Tablo 2.</b> NFİPT ölçeği, maddeler, faktörleri ve yükleri.....                    | 53 |
| <b>Tablo 3.</b> Katılımcılara dair betimsel bulgular.....                             | 58 |
| <b>Tablo 4.</b> Değişkenlerin birbirleriyle korelasyonları .....                      | 67 |
| <b>Tablo 5.</b> Dokunma Yoksunluğu alt ölçekleri ile NFİPT ilişkisi.....              | 68 |
| <b>Tablo 6.</b> Ölçeklerin puan ortalamalarının iki grup için karşılaştırılması ..... | 70 |

## KISALTMALAR

**AFA:** Açımlayıcı Faktör Analizi

**DFA:** Doğrulayıcı Faktör Analizi

**GDİZ:** Genel – Duyguları İfade Zorluğu

**NFT:** Need For Touch / Dokunma İhtiyacı

**NFIPT:** Need For Interpersonal Touch / Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı



## ÖZET

Dokunma, dil öncesi dönemde gelişmeye başlayan temel bir duyumuz ve iletişim kanalımız olmasına rağmen dokunma üzerine yapılan çalışmalar kısıtlıdır. Bu araştırma kişilerarası ilişkilerdeki dokunma ihtiyacının (NFIPT) kaynaklarını anlamayı amaçlamakta; heykeltıraş olma, dokunma yoksunluğu ve duygu sözelleştirme zorluğunun bu ihtiyaçla ilişkisini incelemektedir. Bu amaç doğrultusunda Dokunma Yoksunluğu Ölçeği ve Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği Türkçeye uyarlanarak geçerlilik ve güvenilirlik açısından test edilmiştir. Ölçeklerin Türkçeye uyarlanmış formları, üniversite düzeyindeki bireylerde geçerli ve güvenilir bulunmuştur. Araştırma kapsamında bu iki ölçeğin yanı sıra Demografik Bilgi Formu ve Perth Aleksitimi Ölçeği de kullanılmıştır. Verileri analiz etmek amacıyla açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi, korelasyon ve regresyon analizleri, t-testi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre dokunma yoksunluğu, duygu sözelleştirme zorluğu ve heykeltıraş olma, genel kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı puanını anlamlı olarak yordamamıştır. Ancak alt ölçekler incelendiğinde bireyin deneyimlediği dokunma yokluğunun kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını negatif yönde yordarken, dokunmaya duyulan özlemin kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Duyguları ifade zorluğu ve heykeltıraş olmanın ise yalnızca dokunmaya dair negatif algıyı pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Buna ek olarak, terapi hizmeti almış olan bireylerin kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı terapi almamış olan bireylerden anlamlı derecede yüksektir. Ayrıca, heykeltıraş olan bireylerin duygu ifade zorlantısı heykeltıraş olmayan bireylerden yüksektir. Yan amaçlar

doğrultusunda yapılan analizlere göre ise dokunma yoksunluğu duygu sözelleştirme zorluğunu pozitif olarak yordamaktadır.

Çalışmanın sonuçlarına göre dokunma durumunun yokluğu genel dokunma ihtiyacını negatif yönde, dokunmaya duyulan özlem genel dokunma ihtiyacını pozitif yönde; duygu ifade zorluğu ve heykeltıraş olmak ise yalnızca dokunmaya dair negatif algıyı pozitif yönde yordamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Dokunma Yoksunluğu, Dokunma İhtiyacı, Duygu Sözelleştirme, Heykeltıraş

## ABSTRACT

Even though touch is a fundamental sense developing in preverbal stage, there is a limited number of studies on touch. This research aims at finding out the sources of *need for interpersonal touch* (NFIPT) and investigating the relations of being sculptor, touch deprivation and emotion verbalization difficulty with that need. In accordance with this purpose, Touch Deprivation Scale and NFIPT Scale were adapted to Turkish and tested in terms of reliability- validity criteria. Turkish versions of the scales were found valid and reliable for the people with university degree. The data of this study were collected through Demographic Information Form, Touch Deprivation Scale, NFIPT and Perth Alexithymia Scale. Then, explanatory and confirmatory factor analyses, correlation and regression analyses, t-tests were performed to analyze the data. The results revealed that touch deprivation, emotion verbalization difficulty and being sculptor did not predict the NFIPT. However subscale analyses indicate that *absence of touch* predicts NFIPT in a negative way and *longing for touch* predicts NFIPT in a positive way. Emotion verbalization difficulty and being sculptor only predict *negative attitude through touch*. In addition to this, people who get therapy statistically have higher scores on NFIPT than people who don't get therapy. It was also revealed that sculptors' emotion verbalization difficulty is higher than other people. Additional analyses further indicate that touch deprivation predicts emotion verbalization difficulty in a positive way.

The findings of the present study show that absence of touch predicts NFIPT in a negative way, longing for touch predicts NFIPT in a positive way; also emotion

verbalization difficulty and being sculptor only predicts negative attitude through touch in a positive way.

**Keywords:** Touch Deprivation, Need for Touch, Emotion Verbalization, Sculptor



## GİRİŞ

Dokunma beş temel duyumuzdan biri ve aynı zamanda dil öncesi dönemden itibaren gelişmeye başlayan en temel iletişim biçimimizdir (Barnett, 1972). Anne karnında tüylerimizin oluşmasıyla birlikte başlayan bu temas hali, bebeklik döneminde bakım verenle bağ kurmamızı, bakım verenden duygusal ihtiyaçlarımızı alabilmemizi sağlayan birincil iletişim kanalına dönüşür (Field, 2001). Öyle ki dil gelişimi dahi dokunma ve dokunulmaya duyulan ihtiyacı tamamıyla ortadan kaldıramaz. Dokunma bir yandan sıcaklık, güven ve sevgi almaya dair ihtiyacımızı gidermeye devam ederken bir diğer yandan ise sözel iletişimin yetersiz kaldığı, engellendiği, kullanılamadığı, tercih edilmediği noktalarda duygu ve düşüncelerimizi aktarabildiğimiz bir iletişim kanalı olarak önemini korumaya devam eder (App ve ark., 2011; Harlow, 1958). Hatta yoksunluğu birey için ciddi sorunlara yol açabilir. Dokunma yoksunluğunun fiziksel ve bilişsel gelişimde gerilemeye sebep olduğu, çocukluk döneminde konuşmayı öğrenmede güçlük çekmeye, uyku sorunlarına, davranım bozukluklarına; yetişkinlikte ise depresyon ve kaygı semptomlarına yol açtığı bilinir (Beßler ve arkadaşları, 2020; Field, 2002; Hart ve ark., 1998; Punyanunt-Carter, 2009). Bu sebeple dokunmaya duyduğumuz ihtiyaç sosyal ilişkilerde ve ortamlarda varlığını sürdürür.

Dokunma ihtiyacı geniş bir kavram olmakla beraber literatürde nesnelere dokunma ihtiyacıyla (Need for Touch-NFT) kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı (Need for Interpersonal Touch-NFIPT) birbirinden ayrı kavramlar olarak ele alınır (Nuszbaum ve ark., 2014). Kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı yüksek olan bireyler dokunuldukları durumda daha güvende hisseder ve dokunulma hali

değerlendirmelerine olumlu yansır (Nuszbaum ve ark., 2014). Dokunma yoksunluğu ile dokunma ihtiyacı ilk bakışta birbiriyle doğrudan pozitif yönde ilişkili gibi görülse de bu konuda yapılan çalışmalar kısıtlıdır. Yoksunluk ile ihtiyacın ilişkisi düşündüğümüzden daha karmaşık olabilir. Beßler ve arkadaşları (2020) güncel bir çalışmalarında; dokunma isteği (yoksunluk ölçeklerinde alt boyut olarak ele alınır) ile dokunma sıklığı arasında pozitif korelasyon bulmuştur. Bu bulgu dokunma isteği olan bireyin daha dokunsal olacağına dair bir beklentiyi doğursa da yoksunluk hisseden bireyin kişilerarası ilişkilerinde daha dokunsal olup olmadığına ilişkin nesnel bir bulgu bulunmaz.

Bir diğer yandan dokunma yoksunluğunun konuşmayı öğrenmede güçlük ve iletişim problemlerine yol açtığı bilinmekle birlikte bu kavramın aleksitimi ile ilişkisi de henüz araştırılmamıştır (Field, 2002). Aleksitimi duygular için söz yokluğu olarak bilinen bir kavramdır (Dereboy, 1990). Aleksitimik bireyler duygularını sözel olarak ifade etmede zorlanırlar (Sifneos, Apfel ve Frankel, 1977). Dokunma yoksunluğu ve aleksitimi ortak bir biçimde konuşma güçlüğü, kaygı, depresif belirtiler, somatizasyon, yeme bozukluğu, cilt ve deri hastalıkları ile ilişkilidir (Bankier, 2001; Beßler ve ark., 2020; Gallace ve Spence, 2010; Horton ve ark., 1995; Kuzucu, 2011; Sifneos, Apfel ve Frankel, 1977; Punyanunt-Carter, 2009; Willemsen, Roseeuw ve Vanderlinden, 2008; Zabcı, çev. 2008). Dokunma yoksunluğu yaşayan bireylerde dil gelişiminin geciktiği, aleksitimik bireylerde ise duygunun dilsel olarak işlemlenemediği bilinir (Field, 2002; Taylor, 1984). Aleksitiminin duygu düzenlemeyi negatif etkilediği, güvenli dokunmanın ise kan basıncı ve kaygıyı düzenleyen, bağışıklığı arttıran rolüyle duygu düzenlemeye yardımcı olduğu bilinir (Bankier, 2001; Harrison, 2001). Ancak bu iki kavramın ilişkisini direkt olarak

odağına alan çalışma bulunmamaktadır. Algılanan dokunma yoksunluğunun, duyguya erişme, duyguyu anlama ve sözelleştirmede etken bir rolü olup olmadığına ilişkin noktalar araştırılmayı ve aydınlatılmayı bekleyen noktalardır.

Dokunma ihtiyacının ve duyguyu ifade edebilmenin ilişkisini göz önüne aldığımızda duygularını dokunma yoluyla ifade eden özel gruplar dikkati çeker. Her ne kadar günlük yaşamda dokunmaya dayalı çokça meslek grubu veya etkinlik olsa da “bir ifade biçimi ve aracı olarak” dokunmanın tercih edilmesi farklı bir yerde konumlandırılabilir. Bu bağlamda düşünüldüğünde heykeltıraşlar, seramik sanatçıları dokunmayı bir ifade aracı olarak kullanan en belirgin gruplar olarak öne çıkacaktır. Heykeltıraşların dokunma davranışını ele alan akademik bir çalışma bulunmamaktadır. Ancak genel anlamda sanat üretiminin, dar anlamda ise şekil vermek üzere malzemeye (kil, ahşap, kum, mermer, demir vb.) dokunmanın sağaltıcı etkisi olduğuna ilişkin çokça çalışma ve görüş mevcuttur (Eren, 1998; Malchiodi, 2007; Naumburg, 1950; Sholt ve Gavron, 2006). Öyle ki günümüzde sanat terapi yaklaşımları da bu perspektiften beslenir (Malchiodi, 2011).

Sonuç olarak kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacının kaynaklarını düşündüğümüzde; dokunma yoksunluğu, duyguları sözelleştirmede zorlantı yaşama ve gündelik yaşam içerisinde duyguları sanatsal malzemeye dokunarak ifade etme araştırılması gereken faktörler olarak karşımıza çıkar. Duygularını sözelleştiremeyen, dokunma yoksunluğu yaşayan bireylerle terapi ortamında dokunsal malzemenin kullanılmasının işlevlerini düşündürmesi açısından da bu araştırma önem taşımaktadır.

## BÖLÜM I

### ALANYAZIN

#### 1. Dokunma

Dokunma beş duyumuzdan biri olmanın ötesinde, fetal dönemde en erken gelişen duyudur ve dil öncesi dönemdeki en temel iletişim aracımızdır (Barnett, 1972; Burgoon, Walther ve Baesler, 1996). İnsanlar duygularını sözel kanallar kadar yüz ifadeleri, beden duruşu veya dokunma gibi sözel olmayan kanallarla da gösterirler (Buck, 1984). Özellikle erken bebeklikte, dokunma dünyayla kurduğumuz etkileşimde merkezi bir rol oynar (Barnett, 1972).

##### 1.1. Dokunma biçimleri.

Dokunma farklı anlamlara gelebilen, çeşitli işlevlere sahip birçok davranışı tanımlayan genel bir adlandırma olduğu için dokunma türlerinin tanımlanmasına ihtiyaç duyulmuştur. McGlone, Wessberg ve Olausson (2014) ayırıcı (discriminative) ve duygusal (affective) dokunma olmak üzere iki tür dokunma tarifler. Ayırıcı dokunma çevremizdeki cansız şeylerin şeklini, dokusunu, ağırlığını, ısını vb. anlamamızı sağlarken, duygusal dokunma sosyal dokunma olarak açıklanmaktadır (McGlone ve ark., 2014). Sosyal dokunma da dokunmanın şekline bağlı olarak birtakım kategorilere ayrılabilir. Hall (1963) okşayarak tutma, hafifçe dokunma, uzunca tutma, bastırma, kısa dokunma, değme, tokalaşma, hafifçe vurma, sıkma, sertçe bastırma, çimdikleme gibi pozitif veya negatif olarak adlandırabileceğimiz dokunma biçimlerinden bahseder. Edwards (1981) ise bilgi

alma amaçlı, hareket sağlama amaçlı, duygusuz, saldırgan, bakım verici, tebrik içeren, cinsel, katartik ve oyun amaçlı olmak üzere dokuz tip dokunma tarifler.

Dokunma biçimleri pozitif ya da negatif olarak gruplandırılrsa ve pozitif dokunma biçimleri de kendi içinde amacına göre alt kategorilere ayrıştırılrsa dahi dokunma davranışının nasıl algılanacağı öznelliğini korumayı sürdürür. Bağlam, dokunan kişinin kim olduğu, dokunulananın öznel algısı, beklentisi ve motivasyonu dokunmanın değerini ve etkisini belirleyebilir (Ellingsen, 2015; Gazzola ve ark.,2012; Suvilehto ve ark., 2015). Pozitif olarak tanımlanan, zarar verici niteliği olmayan bir dokunma şeklinin bile toplumun dinamiklerine bağlı olarak uygunsuz görülme ihtimali daima vardır (akt. Bonitz, 2008). Örneğin dokunma, statü farkından kaynaklı maruz kalınan bir temas gibi algılanırsa kaygı verici olabilir (Henley, 1973). Ayrıca dokunan ya da dokunulan olmayı toplumsal cinsiyet ve statünün etkilediği; kadınların istenmeyen dokunmalara daha fazla maruz kaldığı da bilinir. Bu ve bunun gibi sebeplere bağlı olarak dokunma, kişinin cinsiyetine göre farklı algılanabilir (Alagna ve ark., 1979; Fisher, Rytting ve Heslin, 1976; Ngujen, Heslin ve Ngujen, 1975). Yapılan bir araştırmada heteroseksüel erkeklerin kadın biri tarafından dokunulduğunda daha keyifli, erkek biri tarafından dokunulduğunda ise daha rahatsız hissettikleri bulgulanmıştır (Gazzola ve ark., 2012).

Dokunma kavramının göreceliliğine rağmen, pozitif dokunmaya dair birtakım ortak kriterler belirlemek mümkün olabilir. Fisher ve arkadaşları (1976) çalışmalarında dokunma davranışının; uygun durumda, dokunulan kişinin rızası varsa, negatif herhangi bir mesaj içermiyorsa pozitif algılanabileceğini göstermiştir. Bu bağlamda güvenli, şefkatli, duygusal, bakım verici nitelikteki dokunmanın olumlu etkilerinden bahsedilebilir.

## 1.2. Dokunmanın önemi ve işlevi

Dokunma ve dokunulma, sağladığı farklı işlevler dolayısıyla insan canlısı için büyük bir önem taşır. Ayırıcı dokunma (discriminant touch) bağlamında düşünüldüğünde; dokunmanın görme veya işitme duyularına kıyasla daha az yanılma payı olan bir duyu olduğunu ve bu sayede dışsal gerçeklik algımızı doğru bir biçimde kurabilmemizi sağladığını söyleyebiliriz (Heller ve Clark, 2008). Dokunma yoluyla, görme duyusunun sağlayamadığı ek bilgilere ulaşırız ve böylece adaptasyonumuz kolaylaşır (McCabe ve Nowlis, 2003).

Sosyal, duygusal dokunmanın (affective touch) işlevine baktığımızda ise birçok farklı araştırmayla karşılaşırız (Örn. Harlow, 1958; Harrison, 2001). Harlow'un (1958) maymun deneylerinde yavrunun anneye tutunması ve güvenle bağlanmasında; derinin ve kürkün sağladığı yumuşaklık ve bu yumuşaklığın getirdiği rahatlamanın büyük bir etken olduğu gözlemlenir. Sonraki yıllarda güvenli temas ve bağlanma açısından bu gözlemi ve görüşü destekleyen çokça kuram ve araştırma gündeme gelir (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1969; Hermann, 1930). Mahler'e (1982) göre insan yavruları bakım verenden aldıkları duyular ve bu duyuların içsel temsilleri üzerinden kendilik algısı oluştururlar. Dolayısıyla bakım verenin bebekle güvenli fiziksel teması, ona kapsayıcı çevre (holding environment) sunabilmesi, bebeğin iyi oluş halini ve oluşturacağı kendilik algısını etkiler (Winnicott, 1945). Field (2001) da güvenli dokunmanın yenidoğanın fiziksel, sosyal ve bilişsel gelişiminde hayati öneme sahip oluşunu sıklıkla vurgular. Güvenli temas bebeğin stres hormonlarının düzeyini azaltır, serotonin seviyesini ve bağışıklığı artırır, kan basıncının dengelenmesine ve kaygı düzeyinin düşmesine yardımcı olur (Harrison,

2001; Moyer, Rounds ve Hannum, 2004). Prematüre bebeklerde annenin bebeğe dokunmasının bebeğin duygu ve davranışlarını düzenlemesinde kolaylaştırıcı bir rol oynadığı, duygusal gelişiminde önemli bir yer tuttuğu, bebeğin hastalık riskini azalttığı ve iyileşme sürecini hızlandığı gözlemlenmiştir (Moyer, Rounds ve Hannum, 2004; Jean ve Stack, 2012). Benzer şekilde Feldman ve arkadaşları (2002) da araştırmalarında kanguru bakımı adı verilen, annenin bebeğe ten tene temas ettiği bakım yönteminin bebeğin zihinsel ve motor aktivitelerini artırdığını göstermiştir. Dokunmanın bebeği rahatlattığı, uyku-uyanıklık örüntüsünü düzenlediği, harcadığı enerji miktarını ve motor aktivitelerini azalttığı, ağrı kontrolüne etki ettiği çalışmalarda bulgulanmıştır (Herrington, 2014).

Yetişkinlikte dokunma flörtleşme, güç gösterme, sakinleştirme, bakım veren olarak yetişkinin çocukla yakınlığını kurması ve koruması noktasında önemli işlevlere sahip olabilir (Eibl-Eibesfeldt, 1989; Gallace ve Spence, 2010). Debrot ve arkadaşları (2020) güncel bir çalışmalarında romantik ilişkilerde dokunma sıklığı ile psikolojik iyi oluş halinin olumlu olarak ilişkili olduğunu göstermiştir.

Dokunmanın; kişilerin hoşnutluk, uyum ve istekliliğini artırdığına dair de birçok deneysel araştırmayla karşılaşırız (Erceau ve Guguen, 2007; Fisher ve ark., 1976; Hornik, 1992; Kleinke, 1977). Örneğin bir araştırmada kütüphaneci tarafından hafifçe koluna dokunulan bireyler kütüphanede geçirdikleri vakti daha pozitif değerlendirmişlerdir (Fisher ve ark., 1976). Benzer şekilde garson tarafından koluna hafifçe dokunulan müşteriler daha fazla bahşiş bırakma eğilimi göstermiştir (Crusco ve Wetzel, 1984). Dokunmanın yetişkinlikte de güven duygusunu güçlendirdiğine (Sung ve ark., 2007), stres ve kaygıyı azalttığına (Kraus ve ark., 2010), romantik ilişkilerde pozitif etki ettiğine (Grewen ve ark., 2003), açıklık ve paylaşımı

kolaylaştırdığına (Jourard ve Rubin, 1968; Pederson, 1973; Rogers, 1942) dair çokça çalışma mevcuttur. Bir tehlikeyle karşı karşıya kalındığında güvenli birine dokunuyor olmak tehlike hissini azaltabilir, hissedilen acı ve negatif duygunun giderilmesini kolaylaştırabilir (Coan, Schaefer ve Davidson, 2006; Mancini ve ark., 2015). Ayrıca dokunmanın, sosyal bir canlı olan insanın iş birliği kurmasını, grup içinde farklı duyguları aktarabilmesini, gruba güven duyabilmesini kolaylaştırıcı bir yanı olduğu da gözlemlenmiştir (Kraus, Huang ve Keltner, 2010). Tüm bu araştırmalar göz önüne alındığında gerek bebeklikte gerek yetişkinlikte fizyolojik, psikolojik ve sosyal açılarından dokunmanın önem taşıdığı söylenebilir.

### ***1.2.1. Dokunmanın terapötik işlevi***

Literatür, dokunmanın en az sosyal ilişkilerdeki işlevi kadar terapi sürecindeki önemi ve işlevini vurgulayan çalışmaları da kapsar (Örn. Aguilera, 1967, Pattison, 1973). Bu çalışmalar, bireylerin dokunmaya dair algı, tutum ve tercihlerini anlamamızda önem taşır.

18. ve 19. yüzyıllarda ‘dokunma’nın psikolojik bozuklukların tedavisinde önemli bir rolü vardır: histerinin doktorlar tarafından tedavi edilmesi ve Mesmer’in manyetizma tedavisi bunun iki açık örneğidir (Bonitz, 2008). Psikanalitik ekolün kurucusu kabul edilen Freud’un da mesleğinin ilk yıllarında hastalarının anılarını açığa çıkarabilmek amacıyla başlarının ön kısmına baskılı şekilde dokunduğu; hastaların omuz ve baş bölgesine fiziksel olarak temas ettiği, görüşme başlangıcında ve bitişinde hastalarıyla tokalaştığı bilinir (Breuer ve Freud, 1957; Burton ve Heller, 1964). Ancak sonrasında Freud dokunmanın hastanın ihtiyaçlarını doyurarak regrese olmasına sebebiyet verdiği, aktarım ve karşı aktarım süreçlerini riske attığı ve

duygusal olarak zorlanti yaratan konuları çalışmayı engellediği düşünceleriyle psikanalizde dokunmanın kullanımını katı bir biçimde reddeder ve nötralite kuralını geliştirir (Bonitz, 2008; Mintz, 1969; Older, 1977). Hatta öğrencilerinden Ferenczi'yi, hastalarına hiçbir şekilde dokunmaması konusunda uyardığı da aktarılır (Burton ve Heller, 1964). Ancak Ferenczi bu görüşe katılmaz ve Freudyen bakış açısından bu bağlamda ayrılır: nötralitenin hastayı daha fazla hayal kırıklığına uğratan bir yapısı olduğunu düşünür. Bu sebeple dokunmayı ve sarılmayı kullanır (Balint, 1968; Bonitz, 2008). Benzer şekilde Balint (1968) de hastayı regrese etmediği sürece dokunmanın değerli bir araç olabileceğini savunur. Ferenczi ve Freud'un öğrencisi olan Reich (1945) da dönemin kültürel normlarını reddeder ve dokunmanın insanın temel bir ihtiyacını karşıladığını vurgular.

Diğer yandan Freudyen öğretilerin katı bir savunucusu olan Mintz (1969) terapide fiziksel temas kurmayı talep edecek kadar kendine güvenen bir danışanın, terapi dışındaki ilişkilerinde bu ihtiyacı giderecek kadar güçlü olduğunu savunur. Benzer şekilde terapide dokunmanın; danışanın cinselliğini veya saldırganlığını tetikleyebileceğini, bu bağlamda aktarım ve karşı aktarımı negatif etkileyebileceğini ve zarar verici olabileceğini düşünen, dokunmayı tabu olarak gören analistler vardır (Menninger, 1958; Wolberg, 1954).

Her ne kadar Ferenczi, Balint, Reich, Fromm-Reichmann gibi isimler dokunmayı bir araç olarak faydalı bulan görüşler öne sürseler de psikoterapi dünyasında nötralite kuralının ve dokunmayı reddeden duruşun etkileri uzun yıllar devam etmiştir (Bonitz, 2008; Fromm –Reichmann, 1950; Mintz, 1969). Foshhage'a göre (2000) dokunmanın cinsel olarak algılanmasında Freudyen doktrinlerin etkisi büyüktür; çünkü analitik ekolde dokunma cinsellikle ilişkilendirilir ve bu sebeple hala tabudur.

1960'lara gelindiğinde bağlanma kuramları terapistin pozisyonuna dair yeni bakış açıları sunar (Bowlby, 1969; Harlow, 1958). Bu kuramlar terapisti, dünyayı keşfetmesi için çocuğa güvenli alan yaratabilen bir anneye benzeterek danışan için nötr olmaktan ziyade güven verici, ilgili, empatik olma fikrini ortaya çıkarır (Winnicott, 1965).

Analitik kuramsal tartışmalar ve söylemlerin ardından 60'ların sonunda terapide dokunmaya dair ilk deneysel araştırmalar gerçekleşir ve dokunma çalışmaları açısından bir kırılım noktası oluşur (Aguilera, 1967; Jourard ve Rubin, 1968). Altı hemşireyle sekiz hafta boyunca sürdürülen bir araştırmada, dokunulan hastaların yaklaşma davranışının arttığı ve görevliye tutumunun iyileştiği görülür (Aguilera, 1967). Jourard ve Rubin (1968) dokunma ve kendini açma davranışının ilişkisine baktıkları bir araştırmada, iki değişkenin kuvvetli olmamakla birlikte pozitif olarak ilişkili olduğunu tespit eder. Terapi ortamında dokunmanın etkisine bakan ilk deneysel araştırmada Pattison (1973) terapistin dokunmasının danışanın kendini açma (self exploration) davranışına ve ilişkiyi değerlendirme biçimine etkisini gözlemler. Bu araştırmaya göre terapi sürecinde dokunulan katılımcılar, kendini daha fazla açma eğilimi gösterir ancak terapistle kurulan ilişkiye dair bakış açıları herhangi bir değişiklik göstermez. Pattison'un bu araştırması gerçek terapi ortamının yaratılması, kullanılacak yöntemin yapılandırılarak her katılımcıya aynı şekilde müdahale edilmiş olması, verilerin videoyla kaydedilmesi gibi açılardan bu alandaki ilk önemli deneysel çalışmalardan biridir (Pattison, 1973).

70'lerin sonuna doğru dokunmanın dokunan ve dokunulan açısından farklı algılanabileceğine, cinsiyetin dokunmanın algılanma biçimini etkileyebileceğine dair çalışmalar gündeme gelmiştir ve danışanların dokunmaya dair görüşlerine yer veren

araştırmalara alan açılmıştır (Alagna ve ark., 1979; Gurman, 1977; Whitcher ve Fisher, 1979). Alagna ve arkadaşları (1979) bir üniversite danışmanlık merkezinde karma bir grupta dokunmanın olduğu ve olmadığı koşullar yaratarak terapi sürecine etkilerini araştırmışlardır. Araştırma; öznel algının dokunmanın pozitif ya da negatif olarak değerlendirilmesini etkilediğini, dokunulan kişilerin kendilerini daha derin açabildiklerini, terapi sürecini daha pozitif değerlendirdiklerini ancak karşı cinsin dokunmasının bu pozitif değerlendirmeyi artırdığını göstermiştir. Danışanların görüşlerine yer veren çalışmalardan birinde, dokunmayı kullanan terapistlerin daha uzman olarak algılandığı görülmüştür (Hubble, Noble ve Robinson, 1981). Danışan görüşlerine yer veren önemli bir diğer araştırmada ise dokunmanın sınırlarına dair netliğin, teması başlatma ve sürdürme kontrolünün danışanda olmasının, temasın o ana uygun olmasının ve danışanın dokunmayı kendi yararına olarak algılamasının dokunmanın pozitif değerlendirilmesinde dört önemli faktör olduğu saptanmıştır (Geib, 1982). Horton ve arkadaşları (1995) danışanların terapide dokunmaya ilişkin yorumlarını alarak Geib'in (1982) faktörlerini test ettikleri bir anket araştırmasında katılımcıların çoğunun; o an ki duygu durumlarına iyi gelecekse, danışan dokunulmayı kendi talep ettiyse, terapistle duygularını zaten açıkça konuşabildiği bir ilişkisi varsa pozitif algıladığını göstermiştir. Bu araştırmaya göre cinsel fobileri olan kişiler ve iş birliği duygusu yüksek kişiler dokunmayı daha pozitif algılamıştır; katılımcılar terapide dokunmayı genel olarak yakınlık, ilgi, güven, bağ, açıklık, kabul ve öz saygı gibi kavramlarla açıklamışlardır. Aynı araştırmada terapötik ittifakın güçlü olması dokunmanın pozitif olarak değerlendirilmesine etki ederken, cinsel çekim potansiyeli pozitif değerlendirmeye anlamlı bir ilişki göstermemiştir (Horton ve ark., 1995)

Danışanlarla yapılan anket çalışmalarını, terapistlerle yapılan anket çalışmaları ve dokunmanın farklı klinik vakalara etkilerini gözlemleyen araştırmalar takip etmiştir. Bu çalışmalar terapistlerin çocuklara ve yaşlılara daha fazla dokunma eğiliminde olduğunu, dokunan terapistlerin çoğunlukla kadın ve hümanistik yaklaşıma sahip olduğunu, iyileştirici olduğunu düşünerek dokunduklarını, olumlu deneyimlere sahip olduklarını ortaya çıkarır (Milakovich, 1998; Strozier, Krizek ve Sale, 2003). Ruh sağlığı profesyonelleriyle yapılan kapsamlı bir anket çalışmasında hümanistik terapistlerin %30'unun, psikodinamik terapistlerin %6'sının erotik olmayan sarılma, öpme ve duygusal dokunmayı olumlu değerlendirdiklerini göstermiştir (Holroyd ve Broadsky, 1977). Aynı araştırmaya göre erotik olmayan sarılma, öpme ve dokunmanın hümanistik terapilerdeki oranı %25-30, psikodinamik ve bilişsel davranışçı terapilerdeki oranı %5 olmasına rağmen; cinsel olayların gerçekleşme sayısı terapi yaklaşımına göre değişim göstermemiştir.

Terapide dokunmanın yeri ve işlevine ilişkin çalışmalar farklı grupları kapsar. Wilson (1982) çocuklarını fiziksel ya da duygusal olarak istismar etmiş olan ebeveynlerle çalışırken dokunmayı kullanmıştır ve genelde kendilerine de kötü davranan bu danışanların terapötik fiziksel temasa olumlu tepki verdiklerini, dokunmanın güven duygusunu ve öz kabulü arttırdığını gözlemlemiştir. Glickauf-Hughes ve Chance (1998) dokunmanın şizoidlerde teröpotik bağ kurmayı kolaylaştırdığını, yüksek işlevselliği olan, yakınlığı utanç olarak gören veya akut stresi olan hastalarda olumlu etki ettiğini göstermiştir. Aynı araştırma yutulma korkusu olan, sınır problemi olan, baştan çıkarıcı davranışları olan hastalarda ise dokunmayı önermez. Robertiello (1974) şizoid kişilik bozukluğuna sahip danışanlarla çalışırken dokunmanın, danışanların kopukluğuna ve yakınlık korkusuna

iyi geldiğini görmüştür. Fuchs (1975) ise terapistin danışanı tutması ve dokunmasının intihar krizlerinde ve psikotik bozukluklarda etkin olabileceğini bulgulamıştır.

Erotik olmayan dokunmanın sözel etkileşimle, danışanın açıklığıyla, paylaşım miktarının artmasıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu ve danışanın kendi otantikliğiyle iletişim kurmasında güçlü bir araç olabileceğini gösteren birtakım çalışmalar bulunur (Aguilera, 1967; Stennzel ve Rupert, 2004; Willison ve Masson, 1986). Dokunma birçok araştırmaya göre danışanın gerçeklik duygusunu güçlendirir, terapötik sürece daha fazla dahil olmasını sağlar, ötekilere dair hislerini fark etmesini kolaylaştırır, akut stres durumlarında genel duygusal destek, güven ve bakım verme açısından önem taşır, psikoterapötik anlamda iyileştirici bulunur (Kertay ve Reviere, 1993; Satir, 1972; Spotnitz, 1972). Durana (1994) dokunmanın, danışanı daha erken bir döneme geriletiyor olsa bile, çözölememiş çatışmaların açığa çıkmasını sağlayarak karşılanmamış ihtiyaçların giderilmesine olanak yarattığını söyler ve analitik ekolün eleştirilerine farklı bir bakış getirir. Durana'ya (1994) göre dokunma, danışanın acıyı tolere etmesine ve daha derin seviyede konuşurken utanç duygusunu kovuşturabilmesine yardımcı olur. Dokunmayı sıcaklık ve güven verme gibi amaçlarla kullanan terapistler ve ekoller olduğu da bilinir (Kardener, Füller ve Mensch., 1973; Milakovich, 1998). Beden odaklı terapi yaklaşımı, Gestalt Terapi, İnsan Potansiyeli Hareketi terapide erotik olmayan dokunmayı destekleyen yaklaşımlardır (Levy, 1973; Perls, 1973; Reich, 1945). Dokunmayı faydalı bulan bu görüşlerde, dokunma libidinal dürtülerin doyurulmasıyla analize bir engel olarak görülmez. Sembolik bir annelik ve kabul sağlayan, kişinin gerçeklikle bağ kurmasını kolaylaştıran bir direnç çözücü olarak değerlendirilir (Durana, 1998; Fosshage,

2000). Bu yaklaşımlarda dokunma, özellikle sözel iletişimin kırıldığı noktalarda terapistle danışan arasında bir iletişim kanalı olarak görülür (Bonitz, 2008).

Her ne kadar dokunma birçok araştırma ve kuramcıya göre etkili ve faydalı görülse de terapide dokunma konusu kendi içinde etik ihlal riskleri taşır. Keith-Spiegel ve Koocher'e (1985) göre bir terapist dokunma kararını yalnızca etkili oluşuna bakarak vermemelidir. Erotik olmayan dokunmadan bahsedilse dahi bu kararı verirken doğruluk, algılar, dürtüler, dokunmanın yorumlanması gibi açılar daima göz önünde bulundurulmalıdır ve psikologlar daima danışanın istismarına karşı dikkatli olmalıdır (Keith-Spiegel ve Koocher, 1985). Öyle ki terapide danışana dokunmak bazen terapistin kendi kaygısını azaltmak için başvurduğu bir yöntem bile olabilir (Bacorn ve Dixon, 1984). Erkek terapistlerin %95'nin, kadın terapistlerinse %76'sının meslek yaşamında en az bir defa danışanlarından cinsel olarak etkilendiğini söylediği anket araştırmaları dikkate alındığında terapide dokunma, cinsel istismar gibi farklı suistimallere sebebiyet verme riskini taşımayı sürdürür (Pope ve Bouthousos, 1986; Stake ve Oliver, 1991). Ensest mağdurları için, istismara uğramış bireyler için fiziksel temas hiçbir şekilde uygun olmayabilir (Imes, 1998; Vasquez, 1988). Bu ve bunun gibi sebepler dolayısıyla Alyn (1988), dokunmanın terapideki olumlu etkisi araştırmalarla tutarlı bir şekilde görülene dek, terapide dokunmanın kullanılmasının erken olduğunu söyler. Terapide erotik olmayan dokunmanın etkilerine dair empirik araştırmalar sınırlıdır ve erotik olmayan dokunmaya dair ortak bir etik standart belirlemek de güçtür (Holub ve Lee, 1990; Pope, 1990).

Dokunmanın terapötik işlevi ve önemine dair bu araştırmalar (Örn. Aguilera, 1967; Fosshage, 2000; Stennzel ve Rupert, 2004) dokunma davranışını, bu

davranışın işlevini ve dokunmaya dair ihtiyacımızı anlama noktasında aydınlatıcı bilgiler taşımaktadır. Her ne kadar bu araştırmalar terapist ve danışan arasındaki dokunma üzerine yoğunlaşmış olsa da bireylerin dokunmayı algılama biçimlerini (Alagna ve ark., 1979, dışsal faktörlerin buna etkisini (Geib, 1982), dokunmanın sözel iletişimin kısıtlı kaldığı anlarda bir duygu aktarım aracı olabileceğini (Bonitz, 2008) bizlere göstermesi açısından önem taşır.

### **1.3. Dokunma yoksunluğu.**

Yoksunluk veya yoksun olma durumu bir şeyin olmayışına, bireyin bir şeyden mahrum kalışına işaret eder. Yoksunluk kavramının İngilizcesi 'deprivation'dır. Bu sözcük latin kökenli deprivare kelimesinden gelir ve deprivare birşeyi birinden alma, uzaklaştırma, kişinin sahip olduğu şeyi ondan ayırma gibi anlamlara tekabül eder (Harper, 2022). Kavramın hem Türkçesi hem de İngilizcesi kişinin bir şeyin eksikliğinde, yokluğunda içinde bulunduğu durumu tariflediği için bu kavram ihtiyaç (need) kavramıyla karıştırılmamalıdır.

Dokunma yoksunluğu kavramı literatürde farklı tanımlamalara sahiptir. Punyanunt-Carter (2009) dokunma yoksunluğunu "haptik (dokunsal) iletişimin yokluğu" olarak tanımlar. Bu tanımlama temel alındığında, dokunma yoksunluğu kavramı fiziksel temas üzerinden kurulan iletişimin kurulamaması, bir canlıya dokunmama ve bir canlı tarafından dokunulmama anlamlarına gelir. Beßler ve arkadaşları (2020) ise dokunma yoksunluğunu arzulanan dokunmadan daha az dokunma olarak tanımlar ve "longing for touch" olarak ifade eder. Bu açıklamaya göre; günlük dokunma sıklığı, istenen dokunma miktarından az olduğunda dokunma

özlemi/arzusu yaşanır. Dokunma yoksunluğu ve dokunmaya duyulan özlem / arzu kavramları birbirinin yerine kullanılan kavramlar olarak karşımıza çıkabilir.

Erken bebeklikte dokunma yoksunluğuna ilişkin bildiklerimiz 1900'lerin ortalarında yapılan anne yokluğu ve duygusal yoksunluk çalışmalarına dek dayanır. Winnicott (1945) bebekliğin ilk yıllarında anne yokluğu ve yetersizliğine ilişkin çalışmalar gerçekleştirmiş; erken dönemde bakım verene dair yetersizliklerin ciddi psikolojik bozukluklara yol açabileceğini ileri sürmüştür. Benzer şekilde Spitz (1946) annesiz bebeklerle yaptığı gözlem çalışmalarında, bakım veren yokluğunun ve duygusal yoksunluğun yol açtığı bedensel, zihinsel ve psikolojik gerilemeleri incelemiştir. Harlow (1958) maymunlarla yaptığı çalışmasında duygusal yoksunluk gözlemlerini bir adım daha öteye taşıyarak; dokunmaya ve sıcaklığa duyulan ihtiyacın beslenme ihtiyacından çok daha önemli olabileceğini göstermiştir. Bu deneyde tel ve tahta kullanılarak üretilen temsili anne maketlerin bir kısmı bezle kaplanırken bir kısmı çıplak bırakılır. Deney süresince maymunların hangi temsili anneyle daha fazla bağ kurabildiği farklı koşullar yaratılarak gözlemlenir. Yavru maymunlar sarılabilecekleri yumuşak temsili anneyi, süt veren ancak metal ve soğuk anneye tercih etmişlerdir.

1960'ların sonlarına doğru Romanya'da kürtaj ve doğum kontrol yöntemlerinin yasaklanmasına bağlı olarak çok sayıda bebek dünyaya gelmiş ve ardından kimsesiz bırakılmıştır. Çocuk esirgeme kurumlarında yalnızca fiziksel olarak bakılan ancak hiçbir şekilde duygusal ve dokunsal temas alamayan bu çocukların fiziksel gelişimleri açısından yaşıtlarına oranla ciddi anlamda geride kaldığı gözlemlenmiştir (Rutter, 1998). Field ve arkadaşları (1986) da çalışmalarında, bebeklikte yaşanan dokunma yoksunluğunun bebeğin büyümesini olumsuz anlamda etkilediğini

göstermişlerdir. 2002’de yaptığı deneysel araştırmalarda Field, doğumdan sonraki ilk dört ay dokunulan bebeklerin kontrol gruba göre daha fazla gülüp daha fazla ses çıkardığını ve daha az ağladığını gözlemlemiştir. Dokunma yoksunluğu çocuğun fiziksel gelişiminde gerilemeye yol açabileceği gibi birtakım fiziksel bozulmalara da sebebiyet verebilir. Bu konuya ilişkin Pierre Marty’nin analiz ve yorumlamaları dikkat çekicidir. Pierre Marty (1980) çocuktaki egzama benzeri cilt hastalıklarını çocuğun yeterince kucağa alınmamasından kaynaklı uyarılım eksikliğine bağlı dokunsal bir telafi olarak yorumlar (akt. Zabcı, çev. 2008).

Birçok kültürde, kişilerarası duyarlılığa dair kültürel tabular, dokunma davranışını kontrol etmeye çalıştığı için bebekler büyüdükçe fiziksel temasın azaldığı görülebilir. Edwards (1981) kültürel tabuların her tür dokunmayı örtük bir cinsellikle ilişkilendirdiğini ancak cinsel dokunma ile şefkatli/bakım veren dokunmanın birbirinden farklı olduğunu vurgular. Nitekim bazı araştırmalarda cinsel arzu ölçekleriyle dokunma yoksunluğu ölçekleri anlamlı bir ilişki göstermez (Beßler ve ark., 2020). Bu durum cinsel istek ve dokunma yoksunluğunun birbirinden farklı kavramlar olduğunu, birbirlerini kapsayıcı yapıda olmadıklarını gösterir.

Field’a (2019) göre de dokunma, çocukların fiziksel ve psikolojik iyi oluş hali için çok önemli bir faktördür. Araştırmalara göre dokunma yoksunluğu yaşayan çocuklar konuşmayı öğrenmekte güçlük çekebilir (akt. Field, 2002; Punyanunt-Carter, 2009), uyku problemleri yaşayabilir, okulla ilgili görevlerde zorlanabilir (Hart ve ark., 1998) ve davranım bozukluğu gösterebilirler (Field, 2002). Rogeness, Javors ve Pliska (1992) bir araştırmalarında, saldırganlık düzeyi yüksek çocuklarda yüksek dopamin ve dürtüsellik, düşük düzeyde nöropinefrin ve serotonin tespit etmişlerdir (akt. Field, 2002). Field’a (2002) göre bu durum anne yokluğu ve bir

anlamda dokunma yoksunluğu ile ilişkili olabilir. Cigales ve arkadaşlarına göre (1997) masaj terapisi gibi yöntemlerle telafi edici dokunmalar yaratılarak, yeni doğan bebeklerin kilo alması ve gelişimi sağlanabilir, daha büyük bebeklerinse uyku sorunu ve huzursuzluğu hafifletilebilir.

Yetişkinlerle gerçekleştirilen çalışmalara bakıldığında ise Beßler ve arkadaşları (2020) dokunma yoksunluğunun depresif belirtiler, anksiyete ve somatizasyonla ilişkili olduğunu ancak ilişki durumu ve cinsiyetin dokunma yoksunluğu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını saptamıştır. Dokunma yoksunluğunun yetişkinlikte saldırganlık, antisosyal davranışlar ve depresyon benzeri sorunlara sebebiyet verebileceğini öne süren çalışmalar mevcuttur (Gallace ve Spence, 2010; Hunter ve Struve, 1998; Stein ve Sanfilipo, 1985). Ayrıca öz saygı ile dokunma yoksunluğu arasında negatif ilişki olduğu da gözlemlenmiştir (Punyanunt-Carter, 2009). Literatürde çocukluğunda dokunma yoksunluğu deneyimlemiş olan kadınların çoğunun yetişkinlikte bir yeme bozukluğu geliştirme eğilimlerinin yüksek olduğunu gösteren çalışmalar da yer alır (Horton ve ark., 1995).

Beßler ve arkadaşları (2020) dokunma yoksunluğu çalışmalarında kişilerin dokunma sıklığı ile dokunma isteğinin ilişkili çıktığını göstermiştir. Bir insanın çevresine çok sık dokunuyor olması bundan doyum sağladığı ve yoksunluğunun azaldığı anlamına gelmeyebilir. Beßler ve arkadaşları'nın (2020) bu araştırması göz önüne alındığında çok sık temas ettiğini söyleyen biri için bile dokunma arzusu (longing for touch) yüksek olabilir. İlişki durumunun yoksunluk ile anlamlı ilişki göstermemesi de bu açıdan düşünüldüğünde daha anlamlı olur. Bir kişinin partnerinin olması, dokunma yoksunluğunun giderilebildiği anlamına gelmeyebilir.

Bu sebeple dokunma ihtiyacı ve dokunma yoksunluğu kavramları literatürde iki ayrı kavram olarak karşımıza çıkar.

#### **1.4. Dokunma ihtiyacı.**

Dokunma insan iletişimindeki en temel araçlardan biridir (Knapp, Hall ve Horgan, 2013). Günlük yaşamda nesnelerin dokunsal bilgisine ulaşma ve kişilerarası ilişkilerde duygu aktarımı sağlama amacıyla dokunmaya ihtiyaç duyabiliriz. Dokunma biçimleri başlığında da değinildiği üzere ayırıcı ve duygusal dokunma birbirinden farklıdır (McGlone ve ark., 2014). Dolayısıyla dokunma ihtiyacı ve kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı da literatürde ayrıştırılmış iki ayrı kavram olarak karşımıza çıkar (Nuszbaum, Voss ve Klauer, 2014).

##### **1.4.1. Dokunma ihtiyacı.**

Dokunma ihtiyacı (need for touch) ibaresi, dokunmanın önemi ve işlevi bağlamında sıkça karşımıza çıksa da literatürde tüketici davranışlarının araştırıldığı çalışmalar üzerinden kavramsallaştırılmıştır (Peck ve Childers, 2003; Workman, 2009). Bir değerlendirme yapmadan önce nesnenin dokunsal bilgisine erişmeye duyulan ihtiyaç olarak tanımlanabilir (Peck ve Childers, 2003). Peck ve Childers (2003) bireylerin satın alma ve ürünü değerlendirme davranışlarında dokunmaya ne derece ihtiyaç duyduklarının gözlemlenmesini kapsayan bir dizi laboratuvar çalışması sonucunda bu kavramı ölçen “Dokunma İhtiyacı (Need For Touch)” ölçeğini oluşturmuştur.

Nuszbaum ve ark. (2014) ise yaptıkları bir araştırmada katılımcılardan bir ürünü değerlendirmelerini isterler; ancak ürün şeffaf bir kutunun içindedir ve

değerlendirme öncesinde dokunulması mümkün değildir. Dokunma ihtiyacı yüksek olan bireyler ürünü değerlendirirken, dokunma ihtiyacı düşük olan bireylere göre daha fazla hayal kırıklığı tarifler. Bu araştırmada, bireylerin nesnelerin haptik bilgisine duydukları ihtiyaç Dokunma İhtiyacı Ölçeği (*Need For Touch Questionnaire*) ile ölçülmüştür. Bu ölçeğin Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı (*Need For Interpersonal Touch*) Ölçeği ile örtüşmesi beklenir; ancak yapılan araştırmada iki ölçeğin farklı şeyleri ölçümlediği görülür. Öyle ki kişilerin nesneleri değerlendirirken hayal kırıklığı yaşıyor olup olmamaları, kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyaçlarının yüksek ya da düşük olmasından etkilenmez, yalnızca dokunma ihtiyacı puanlarından etkilenir. Buna dayanarak dokunmaya dair bu iki temel ihtiyacın birbirinden farklı olduğu anlaşılmaktadır (Nuszbaum ve ark., 2014). Dokunma ihtiyacı kavramının anlaşılması, kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı kavramıyla karıştırılmaması açısından büyük önem taşır.

#### ***1.4.2. Kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı.***

“Kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı”; nesnelere dokunma, dokunarak nesnelerin bilgisini ve özelliklerini değerlendirebilme ve ona göre bir yargıya varabilme ihtiyacından farklıdır ve daha çok sosyal dokunmayla ilişkilidir (Ebisch ve ark., 2014; Nuszbaum ve ark., 2014). Dokunmanın “sosyal” bir olgu olarak değerlendirilmesinde CT liflerinin (CT fibers) anlaşılması büyük önem taşır. İnsan vücudunda bulunan C-Taktil lifleri (CT fibers) yalnızca yumuşak, yavaş, bakım verici nitelikte olan ve insanın vücut ısısına (Ackerley ve ark., 2014) yakın dokunmalara tepki gösterir (Olausson ve ark., 2010; Wessberg ve ark., 2003). Düşük eşikli miyelinsiz bu lifler çevreden aldıkları girdiyi merkeze ileterek, yakın ilişkilerde kurulan teması anlamaya ve ona tepki vermeye yararlar (Olausson ve ark., 2010).

Ayrıca CT iletkenlerinin yalnızca tüylü deride bulunduğu (Georgopoulos, 1976); aktivasyonunun oksitosin salınımıyla ve pozitif duygulanımla ilişkili olduğu da bilinmektedir (Essick ve ark., 2010; Walker ve ark., 2017). Dolayısıyla tüylü derideki CT iletkenleri ayırıcı dokunma (discriminative touch) olarak bildiğimiz dokunmanın dışında duygu odaklı bir dokunma biçimi olduğunu ve bunun nesnelerin ne olduğunu anlama ve anlamlandırma ötesinde, duygu alışverişinde önemli bir rol oynadığını anlamamızı sağlar (McGlone, Wessberg ve Olausson, 2014).

CT lifleri araştırmaları göz önüne alındığında kişilerarası iletişimde dokunmanın duygusal bir iletişim aracı olduğu söylenebilir. İnsanlar duygularını yüzleri, sesleri, beden hareketleriyle olduğu kadar dokunarak da gösterirler (App ve ark., 2011). Dokunma bilgiyi alma ve işlemlenin ötesinde, karşımızdaki kişiyle duygusal olarak iletişime geçmemizi sağlayan bir araçtır (App ve ark., 2011). App ve arkadaşları (2011) hangi duyguların hangi kanallarla daha iyi aktarıldığını araştırdıkları deneysel bir çalışmada bazı duyguların bazı kanallarla daha iyi ifade edildiklerini, sevgi ve sempati duygularının dokunsal yolla daha iyi aktarılıp anlaşılabildiğini gözlemlemişlerdir. Bu araştırmaya göre sosyal statü ile ilgili duygular bedenle, hayatta kalmaya ilişkin duygular yüzle ve yakınlaşmaya dair duygular dokunmayla daha iyi aktarılır. Hertenstein ve arkadaşları (2009) da dokunma kanalıyla duyguların ifade edilip edilemediğine ilişkin yaptıkları deneysel çalışmalarda öfke, korku, rahatsızlık, sevgi, memnuniyet, sempati, mutluluk ve üzüntü duygularının dokunma yoluyla aktarılabildiğini anlamlı bulgularla desteklemişlerdir (Hertenstein ve ark., 2006, 2009). Dolayısıyla duygularımızı aktarmak, karşımızdaki kişinin duygularını anlamak, duygusal yakınlık kurmak için dokunmaya ihtiyaç duyarız (App ve ark., 2011; Hertenstein ve ark., 2006; McGlone,

Wessberg ve Olausson, 2014). Ancak bu ihtiyaç her birey için aynı düzeyde deneyimlenmez. Bireylerin dokunmaya dair tutum ve davranışlarının ortama, dokunan kişinin yakınlık seviyesine, dokunulananın önceki dokunma deneyimlerine (Suvilehto ve ark., 2015), dokunan ve dokunulananın statü farkına (Henley, 1973), karşıdaki kişinin cinsiyetine (Alagna ve ark., 1979), dokunulananın psikolojik iyi oluş haline (Kaiser ve ark.,2016; Badura Brack ve ark.,2015) vb. bağlı olarak değiştiği çalışmalarda gözlemlenmiştir. Dokunmaya dair tutum ve davranışlardaki bu değişiklik son on yıldır farklı öz bildirim ölçekleriyle ölçümlenmeye çalışılmıştır (Örn. Trotter ve ark., 2018; Wilhelm ve ark., 2011). Wilhelm ve arkadaşları (2001) tarafından geliştirilen Sosyal Dokunma Ölçeği (STQ), Trotter ve arkadaşları (2018) tarafından geliştirilen Dokunma Deneyimleri ve Tutumları Ölçeği (TEAQ), Nuszbaum ve arkadaşları (2014) tarafından geliştirilen Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı (NFIPT) Ölçeği bireylerin kişilerarası dokunmaya dair tutumlarını ölçen, bilginiz dahilindeki, üç ölçektir. Bu ölçeklerden ilki sosyal ortamlarda dokunmaya dair kişinin pozitif veya negatif tutumunu ölçmeye yarayan 20 maddeyi içerir (Wilhelm ve ark., 2001). Diğer ölçek ise bireyin dokunma deneyimleri ve dokunmaya dair pozitif tutumunu ölçen 57 maddeyi içerir (Trotter ve ark.,2018). NFIPT ölçeği ise bireyin hem dokunma deneyimlerine ve dokunsallığına, hem de dokunmaya dair pozitif ve negatif tutumuna yer vermesi açısından daha kapsayıcı bir nitelik taşır (Nuszbaum ve ark., 2014). Bu ölçeklerin de literatüre kazandırılmasıyla dokunma tutumu, davranışı ve ihtiyacına yönelik çalışmalar artmaya başlamış olsa da; doğrudan dokunma ihtiyacının kaynaklarına ilişkin yapılan çalışmalar bir hayli kısıtlıdır (Nuszbaum ve ark., 2014).

## 2. Duyguları İfade Etme

Duygular; organizmanın, ihtiyacı, amaçları, hayatta kalması ve çevreyle uyum sağlayabilmesi için gerekli olan, olaylara karşı gösterdiği düzenli ve kısa süreli uyumsal tepkiler olarak ele alınır (Watson ve Clark, 1994).

Bulunduğumuz çevreye veya ortama adapte olabilmek için diğer canlıların duygu ifadelerini anlayabilmeye ihtiyaç duyarız. Çünkü duygu ifadeleri, sosyal bir canlı olan insana, yaklaşmakta olan olayları tahmin edebilme imkanı sağlar (Weisbuch ve Adams, 2012). Bu sebeple insan canlısı için diğerlerinin duygularını anlamak ve kendi duygularını aktarabilmek daima hayati önem taşır. (Parr, Waller ve Fugate, 2005). Rime ve arkadaşları (1998) ‘duyguları ifade etme’yi bireyin yaşadığı duygusal olayları sosyal olarak paylaşılan bir dilde tanımlayabilmesi olarak açıklar.

Erken dönemde duygu ifade becerilerinin kullanılmaya başlanması yaşamsal önemde bir stratejidir. Duyguyu ifade etmek, o duygunun ne olduğunu bilmeyi ve o duygu hakkında ne yapılması gerektiğine karar verebilmeyi sağlar. Bununla bağlantılı olarak duygu ifadesi; duygusal farkındalık, duyguların anlaşılması, duygu düzenleme gibi duygu ile alakalı süreçlere zemin hazırlar (Gratz ve Roemer, 2004; Werner ve Gross, 2010).

Duyguların ifade edilebilmesinin iyi oluşa ve akıl-beden sağlığına olumlu etki ettiğini gösteren çokça çalışma mevcuttur (Örn. Flannery, 1993; King ve Emmons, 1990; Thimm ve Lenelis, 1993). Diğer yandan bireylerin duygularını ifade etmede zorlanıyor olması ise çalışmalarda psikopatolojiyle ilişkilendirilir (Nolen-Hoeksama, Morrow ve Fredrickson, 1993). King ve Emmons (1990) duygu ifadesinde kararsızlık yaşama halini obsesif kompulsif eğilim, depresyon, paranoid

düşünce ve kaygıyla ilişkilendirir (akt. Kuzucu, 2011). Duyguları aktarabilmenin travmatik yaşantıların etkisini azalttığı da bu konuya dair öne çıkan görüşler arasındadır (Bolton, Glenn ve Orsillo, 2003; Hemenover, 2003; Kennedy-Moore ve Watson, 2001; Lepore, Fernandez-Berrocal ve Ragan, 2004; Mendolia ve Kleck, 1993).

Her ne kadar duyguları ifade ederken sözel veya sözel olmayan birden çok kanal kullanılabildiğini gösteren çalışmalar olsa da Lesser'a (1981) göre batı felsefesi “duyguların sözel olarak ifade edilmesini sağlıklı ve olgun” bularak duygu ifade etme konusuna uzun bir dönem yalnızca dil ve sözel ifade üzerinden yaklaşılmasını etkilemiştir (App ve ark., 2011).

### **2.1. Duyguların sözel ifadesi.**

Duyguların sözel ifadesi, duyguların dil ve kelimeler aracılığıyla ifade edilmesidir. Çevreye ve uyaranlara ilişkin bilişsel değerlendirmelerimiz, basit olandan karmaşık olan süreçlere doğru bir yol izler (Lazarus, 1991). Lazarus'a (1991) göre bilişsel değerlendirme sürecinin en ilkel biçimi dil öncesi bilinç ve bilinçdışında deneyimlenirken, gelişmiş olan bilişsel değerlendirme bilinçte yer alır ve bilinç düşünce, duygu, imgelerin sözel ve simgesel ifadelerini kapsar.

Duyguların sözel olarak ifade edilebilmesi, kişiye duygu regülasyonu sağlar (Torre ve Lieberman, 2018). Torre ve Lieberman (2018) duygu etiketlemenin kişiye etkilerini inceledikleri araştırmalarında, pozitif ya da negatif duygu açığa çıkaran bir olay karşısında duyguyu sözel olarak etiketlemenin kişilerin otonom tepkilerini ve stres seviyesini azalttığını, duygu yoğunluğunu hafıflettiğini gözlemlemişlerdir. Benzer başka bir araştırmada ise olumsuz bir uyarıcının ardından hissedilen öfkenin

sözel olarak derecelendirilmesinin kişilerde kalp atış hızını azalttığı, kardiyak hareketleri hafiflettiği görülmüştür (Kassam ve Mendes, 2013). Bu araştırmaların yanı sıra, duyguların sözel olarak ifade edilmesine ilişkin birçok temel araştırma aleksitimi kavramının literatüre girmesiyle başlamış ve bu kavram altında devam ettirilmiştir (Sifneos, 1973).

## **2.2. Aleksitimi.**

Aleksitimi (a-lexi-thymia) Türkçeye “duygular için söz yokluğu” olarak çevrilmiştir (Dereboy, 1990). Sifneos tarafından kullanılan bu kavram sonrasında kuramsal bir çerçeveye oturtulur (Nemiah, Freyberger ve Sifneos, 1976). Freyberger (1977) birincil ve ikincil olmak üzere iki tür aleksitimi tanımı yapar. Birincil aleksitimi yaşam boyu süren sabit bir kişilik özelliği gibi düşünülürken, ikincil aleksitiminin bir duruma bağlı olarak ortaya çıktığı ve geçici olabileceği düşünülür. Aleksitiminin tedavi sonrasında devam edip etmediğine ilişkin zıt bulgular mevcut olduğundan bu konuya dair araştırma bulguları tartışmalıdır (Honkalampi ve ark., 2000; Luminet, Bagby ve Taylor, 2001; Sayar, Köse ve Ebrinç, 2001). Yine de aleksitiminin yalnızca klinik vakalarda değil sağlıklı bireylerde de görüldüğü bilinmektedir (Taylor, Bagby ve Parker, 2003). Bu sebeple boyutsal bir kişilik özelliği gibi de düşünülebilir (Bagby, Parker ve Taylor, 1994; Honkalampi ve ark., 2004). Bir araştırmaya göre kadınlarda sıklığı %5-10, erkeklerde ise %9-17 arasında değişim göstermektedir (Mattila ve ark., 2009).

### **2.2.1. Aleksitiminin tarihçesi**

20.yy ortalarında bazı psikanalistler psikosomatik hastaların çoğunun çocuksu bir takım kişilik özelliklerine sahip olduğunu, gelişimsel olarak olgunlaşamadıklarını ve

bu yüzden sözel-sembolik dışavurumda geri olduklarını, içsel gerilimlerini sözel veya sembolik anlamlara dönüştüremedikleri için o gerilimi boşaltmalarının tek yolunun somatik kanallar olduğunu öne sürmüştür (Ruesch, 1948). Sifneos ve arkadaşları da psikosomatik belirtileri olan hastaların duygularını kelimelere dökmekte zorlandığını ve işlemsel düşünme şekline sahip olduklarını fark etmiştir (Nemiah ve Sifneos, 1970). Bu gözlemler ve araştırmalar sonucunda, somatik belirtili hastaların duygu ifade zorluğuna ilişkin bu ortak özelliğini tanımlama amacıyla ilk kez aleksitimi kavramı kullanılmıştır (Sifneos, 1973).

### ***2.2.2. Aleksitiminin tanı kriterleri***

Aleksitimik bireylerdeki temel özellikler ilk etapta duyguları tanımada güçlük, duyguların sözel olarak ifade edilmesinde yetersizlik, hayal kurmada zorlanma, işlemsel düşünme ve çatışma durumlarında bedensel belirti gösterme olarak tanımlanmıştır (Sifneos, Apfel ve Frankel, 1977). Sonrasında aleksitimi için klinik kıstaslar yeniden oluşturulmuştur (Apfel ve Sifneos, 1979). Nihai olarak bu kavram: duyguları anlama ve ayırt etmede güçlük, duyguları sözel olarak ifade etmede güçlük, hayal kurmada zorlanma ve işlemsel (faydacı) düşünme olmak üzere dört boyutla açıklanır (Taylor ve Bagby, 2000). Kavramı açıklayan alt boyutlar dışında, nadir rüya görme, rüya içeriklerinin günlük somut olaylardan oluşması, tekrar eden detaylarla dolu konuşmalar, faydacı ve mekanik düşünmeye bağlı olarak problemlere yüzeysel çözümler üretme ve uyumlanma, empati yoksunluğu aleksitimik bireylerdeki diğer belirgin ortak özellikler arasındadır (Apfel ve Sifneos, 1979; Lesser, 1981; Lesser, 1985; Nemiah, 2000).

Aleksitiminin duygu düzenlemeyi engellediği düşünülür ve birçok medikal, psikiyatrik hastalık için risk faktörü olarak değerlendirilir (Bankier, 2001; Picardi ve ark., 2003). Somatizasyon (Türk, 1992; Yemez, 1991), kaygı (Bankier, 2001), depresyon (Bankier, 2001; Güleç, Sayar ve Özkorumak, 2005), madde bağımlılığı (Speranza ve ark., 2004), travmatik yaşantı (Hyer, 1986; Krystal, 1979), cinsel istismar öyküsü (Moorman ve ark., 1997), yeme bozukluğu (Carano ve ark., 2006; Espina, 2003), panik bozukluk (akt. Solmaz ve ark., 2000), obsesif kompulsif bozukluk (Bankier, 2001) ile pozitif yönde ilişkili bulunduğu çalışmalar mevcuttur). Ayrıca kişilik bozuklukları için de yine bir risk faktörü olarak değerlendirilir (Honkalampi ve ark., 2010).

Birçok ayrı çalışma düşük sosyal statü ile aleksitimi arasında anlamlı ilişki olduğunu gösterir (Borens ve ark., 1977; Kokkonen ve ark., 2001; Türk, 1992; Yemez, 1991). Ancak bu durum cinsiyet faktörü için geçerli olmayabilir. Çünkü cinsiyetin etkisine dair zıt bulgular mevcuttur (Levant ve ark., 2009; Türk, 1992; Yemez, 1991). Ek olarak aileden ayrı büyümenin, yalnızlığın, düşük öz saygının aleksitimiyle pozitif yönde, yaratıcılığın ise negatif yönde ilişkili olduğunu bulgulayan araştırmalar bulunmaktadır (Bağcı, 2008; Erden, 2005; Koçak, 2003; Sifneos, 1973).

### ***2.2.3. Aleksitiminin etiyolojisi.***

Aleksitiminin etiyolojisinde genetik faktörlerin, nörobiyolojik farklılıkların, erken dönem travmaların, güvensiz bağlanmanın etkisi olduğunu öne süren farklı çalışmalar bulunur (Carpenter ve Chung, 2011; Duan ve ark., 2010; Heiberg ve Heiberg, 1978; Kaplan ve Wogan, 1977; Theorell ve ark., 2014).

Kaplan ve Wogan'a (1977) göre bazı aleksitimik bireyler olumsuz çocukluk yaşantıları dolayısıyla duygusal gelişimlerini tamamlayamamış ya da duygusal gelişim dönemine saplanmış olabilirler. Güvensiz bağlanmanın, bu gelişim dönemlerinde öğrenmeyi negatif etkilediğine ve aleksitimiye dolaylı olarak sebebiyet vermiş olabileceğine ilişkin görüşler de mevcuttur (Kraemer ve Loader, 1995). Bununla birlikte aleksitiminin kaygılı bağlanmayla da pozitif yönde ilişkili olabileceğini gösteren çalışmalar bulunur (Durak-Batıgün ve Büyükaşahin, 2008).

Nörobiyolojik açıdan bakıldığında, limbik sistemle neokorteks arasındaki kopukluk ve duygusal uyarıların engellenmesinin aleksitimiye yol açabileceğine dair görüşler vardır (Nemiah, 1977; Taylor ve Bagby, 2004). Beynin sağ hemisferinde yaşanan duygusal girdinin, sol hemisfere aktarılamaması ve dilsel olarak işlemlenememesi de bir diğer etken faktör olabilir (Taylor, 1984). Sağ yarım küresi zarar görmüş kişilerin ve yalnızca sağ elini kullanan kişilerin daha aleksitimik olduğuna ilişkin çalışmalar mevcuttur (Fricchione ve Howanitz, 1985; Taylor ve Bagby, 2004). Mantani ve arkadaşları (2005) bir çalışmada aleksitimik bireylerin mutlu bir olaya dair imgeleme yaparken hafıza ve duyguyla ilgili arka singulat korteksteki (posterior cingulate cortex) aktivasyonlarının diğer gruba kıyasla daha düşük olduğunu gözlemlemiştir. Bu araştırmaya göre aleksitimik bireyler geçmiş duygusal belleği kullanamadıkları için geleceği imgeleyemiyor olabilirler.

#### **2.2.4. Aleksitimi Tedavisi.**

Aleksitimik bireyler psikanaliz ve benzeri iç görüye dayalı psikoterapi yöntemlerine cevap vermeyebilir (Taylor ve Bagby, 2004). Hayal kurmada zorlanı yaşamaları dolayısıyla imgelemeye dayalı teknikler kullanılırken zorlanabilirler.

Pierloot ve Vinck'in (1977) araştırmasına göre aleksitimik danışanların aleksitimik olmayan danışanlara kıyasla psikanaliz sürecini yarıda bırakma eğilimleri daha yüksektir. Taylor ve Bagby (2004) ise aleksitimik bireylerin yorumlayıcı psikoterapilerden ziyade (analitik, dinamik) destekleyici psikoterapilere uyum göstermelerinin ve cevap vermelerinin daha kolay olabileceğini öne sürer.

Aleksitimik bireyler sözel dışavurumda zorlandıkları için sözel olmayan terapi yöntemleri de kullanılabilir (Lesser, 1981). 20. yüzyılın son çeyreğinden itibaren aleksitimik bireylerle alternatif tedavi yöntemleri uygulanmaya başlamıştır. Bu yaklaşımlarda travmatize edici deneyimleri detaylandırmadan ve yüzleştirme yapmadan önce kişinin duygularına erişmesi, anlaması ve dışa vurabilmesi için daha uzun zaman harcanır; bu yöntemlerden biri de sanat terapisi (Meijer-Degen ve Lansen, 2006).

### **2.3. Duyguların sözel olmayan kanallarla ifade edilmesi.**

Duygular sözel olmayan kanallarla da ifade edilebilir. Beden duruşu, yüz ifadeleri ve dokunma sözel olmayan duygu iletişim kanallarıdır (App ve ark., 2011). Katılımcıların belirli duygular için belirli ifade kanallarını seçip seçmediğini deneysel bir düzenekle ölçen bir araştırmanın sonucuna göre sosyal statü ile ilgili duygular bedenle, hayatta kalmaya ilişkin duygular yüzle ve yakınlaşmaya dair duygular dokunmayla daha iyi aktarılır (App ve ark., 2011). Kızgınlık, rahatsızlık, korku, mutluluk ve üzüntü gibi duyguları aktarmak için yüz ifadeleri daha sık başvurulan ifade kanalı olarak karşımıza çıkar (Ekman ve Rosenberg, 2005). Tracy ve Robins (2004) ise gurur duygusunun beden duruşuyla daha iyi aktarıldığını göstermiştir. Bu noktada sanat terapi yöntemlerinin (müzik terapi, dans hareket

terapisi vb.) bireye söz dışında alternatif ifade kanalları açtığı söylenebilir (Meijer-Degen ve Lansen, 2006).

### **3. Duygu İfade Aracı Olarak Sanat**

Sanat yapmak hissedilebilen, görülebilen ve duyulabilen bir iletişim çeşididir (Wadeson, 1980). Sanat anlama, anlamlandırma, kelimeler olmaksızın içsel yaşantıları ifade edebilme, duygu ve fikirleri dışavurma yoludur (Malchiodi, 2007). Weber'e göre (1993) sanat insanın kendisini tanıması, dönüştürmesi ve ifade edebilmesinin bir yoludur.

İnsanın var oluşundan bu yana kendini ifade etme aracı olarak kullandığı sanat, evrensel bir anlatım biçimidir. Sözel dil, imajları aracı kılan sanatsal anlatım biçiminin yerini tutamaz (Kırca, 2019). Bugün sanat tarihi içerisinde değerlendirilen ve incelenen ilkel insanlara dair ürünler, estetik bir eser yaratma çabasından çok daha fazlasını gösteriyor olabilir (Eren, 1998). 30.000 yıllık Chauvet-Pont-d'Arc mağarasında, ritüel amacıyla yapıldığı düşünülen hayvan çizimleri bunun bir örneğini teşkil eder (McNiff, 1992). İlkçağda insanlar, estetik kaygılardan ziyade günlük olayları ifade etmek için, kötücül olandan korunmak için, avlanmaya hazırlanmak için sanatı kullanmıştır (Wadeson, 1980). Doğum, ölüm, hasat ve ekin törenlerinde, iyileşme ritüellerinde resmi, dansı, hikaye anlatıcılığını, şarkıları görebiliriz (Appalachian Expressive Arts Collective, 2003)

Sanatsal üretimde tek ifade aracı dil değildir. Görsel sanatlar, müzik, drama, dans, sinema gibi sanatsal üretimler düşünüldüğünde beden duruşu, yüz ifadeleri ve dokunma da sanatta bir ifade aracına dönüşür. Oppawsky'e göre (2001) sözel olarak ifade etmenin zor olduğu durumlarda çizimler bilişsel, davranışsal ve duygusal

olarak tıkanmış alanlara ulaşmayı sağlayabilir. Kendini ifade edecek kadar dilsel beceriye sahip olmayan, farklı kültürden gelen danışanlarda çizim, işlevsel bir yol olarak karşımıza çıkar. Benzer şekilde dans ve hareket terapisi de bedende depolanan duygusal ve fiziksel blokları kaldırarak duyguların sembolik olarak açığa çıkarılmasını sağlayabilir (Behar-Horenstein ve Genet-Sigel, 1999). Jung'un bilinçaltı materyallerini açığa çıkarmak için dansı destekleyici olarak kullandığı aktarılır (Lewis, 1979). Bir diğer ifade kanalı ise dramadır. Duyguların dışavurumu drama terapinin temel amaç ve işlevlerinden biridir (Emunah, 1994). Bu bağlamda sanat yöntemleri sembolik ve metaforik olarak sözelleştirilemeyen deneyim, duygu ve imgelere sanat yoluyla şekil verilerek iletişim kurma olanağı yaratıyor olabilir (Muijen, 2001).

### **3.1. Sanatsal dışavurumun işlevi.**

Sanatın insanları iyileştirme amacıyla kullanılması insanlık tarihi kadar eskidir (Malchiodi, 2007). Malchiodi'ye göre (2007) sanat materyali ve yaratım süreci duygusal çatışmaları açığa çıkarmaya, öz farkındalığı artırmaya, sosyal becerileri güçlendirmeye, baş etme mekanizmalarının güçlenmesine, öz saygının artmasına, kaygının azalmasına, yaratıcı düşünmeye ve problem çözme becerilerinin artmasına yarar.

Sanatsal dışavurumun bireyin psikolojik ve fiziksel iyi oluş haline etkisi, sanatın bir sağaltım aracı olarak kullanılmaya başlandığı dönemlerden bugüne üzerine araştırmalar yapılan bir konudur. Bu alanda öncü isimlerden biri olarak kabul edilen Edith Kramer'e göre sanatsal üretimin ya da diğer bir adıyla yaratım sürecinin kendisi zaten iyileştiricidir Bu sebeple Kramer sanatı bir araç olarak görmez (akt.

Robins ve Sibley, 1976). Öncü isimlerden bir diğeri Naumburg (1950) ise sanatı katartik ve iyileştirici araç olarak görür; hastaların serbest çizim ve çağrışımlar aracılığıyla bilinçdışındaki malzemelerini bilince getirilebildiklerini öne sürer. Naumburg'a göre bilinçaltı malzemesi kelimelerden ziyade imajlarla daha iyi aktarılır (Masters, 2005). Her iki öncü isim de sanatsal dışavurumun iyi oluş haline olumlu etkisini vurgular. İçsel yaşantıların sanatsal üretimle dışsallaştırılması, sonrasında sağlıklı bir form halinde nesnenin yeniden içselleştirilebilmesini kolaylaştırabilir (Johnson, 1998). Sanatsal ürün kişiye savunmaların yansıtılabileceği bir kap (container) işlevi sağlayabilir (Eren, 1998). Freud sanatı psikoterapide bir yöntem olarak kullanmaz ve sözlü sembolizmi daima ön planda tutar (Naumburg, 1950). Ancak yine de sanatsal dışavurumun bilinçaltı çatışmaları taşıdığını ve tıpkı bir çocuğun oyun oynamasına benzer bir süreç olduğunu belirtir. Bireyin iç dünyasını kavramasında resimle anlatımın da bir yol olabileceğini söyler (Freud, çev.1995).

Tüberküloz hastalarıyla çalışan ve sanatsal dışavurumun psikolojik faydalarını vurgulayan Adrian Hill'e göre resim, vakit geçirmeyi sağlamanın ötesinde kaygıyı ve travmatik olanın ifade edilmesini kolaylaştıran bir araçtır (akt. Hogan, 2001). Sanat ürünü kişi için duyuşsal uyaran olduğundan, rahatsızlık veren duyuşsal deneyimleri dışında odaklanılabilecek bir alan yaratarak bireyin duyu düzenleme sürecini de kolaylaştırmaya yarar (Martin, 2009). Sanat rehabilite edici özelliği sayesinde gelişimsel probleme sahip, konuşma bozukluğu yaşayan bireylere işlevsellik sağlayabilir (Kaplan, 2000). Hartley'e göre (2012) sanat, sözel yolla iç görü kazanmanın sınırlılıklarını ve sözel savunmaları ortadan kaldırır, bilinç düzeyinde duygularla doğrudan iletişim kurma olanağı yaratır (akt. Kırca, 2019).

Bu bilgiler ışığında aktif sanatsal üretim içerisinde olan bireyler ve olmayan bireylerin psikolojik boyutlar açısından karşılaştırılması sanatsal dışavurumun birey üzerindeki etkilerinin anlaşılması açısından faydalı olabilir.

### **3.2. Heykel sanatının psikolojik işlevi.**

Heykel “kil, balmumu, taş, metal, kumaş, ahşap, alçı ve kauçuk da dahil olmak üzere çok çeşitli malzemeler kullanılarak; müstakil objelerde, rölyeflerde ve çevrede yaratılan tasarımlar” olarak tanımlanır. Herder'e (1778) göre heykel farklı bir sanat formudur çünkü heykel sanatı görme duyusundan ziyade dokunma duyusu etrafında şekillenmiştir ve çok fazla dokunsal bileşen barındırır. Heykelin kütlesi hacmi, derinliği, dokusu ve sıcaklığı vardır. Bu bağlamda diğer görsel sanatlardan ayrı düşünülebilir (akt. Zuckert, 2009). Heykel, uygulayıcısına resim sanatından farklı olarak birden çok açıdan bakılabilen, dokunma duyusunu daha fazla uyarabilen, ön arka sağ ve sol cepheleriyle farklı duygu ve anlamları taşıyabilen, bu yönüyle de duygusal çatışmaları aktarımı kolaylaştıran üç boyutlu bir ürün sunar (Sholt ve Gavron, 2006).

Heykel yapımında birçok farklı materyal ve teknik kullanılmakla birlikte, kil terapötik etkisi en çok bilinen malzemelerden biridir. Kar'a (2011) göre kil çalışmaları yoğun derecede dokunsal deneyim içerir. Dokunsal bu malzeme kişiye fantezi dünyasını, duygu ve düşünce süreçlerini ve nesne ilişkilerini yansıtabileceği sözel olmayan ve bilinç süzgecinden geçmeyen bir ifade alanı sağlar (Anderson, 1995). Bu yönüyle sözel olmayan erken döneme ait anı ve yaşantılara erişilmesinde dokunsal malzemenin rolü önemlidir. Kil ile yaratılan sembolik nesneler kişiye bozma, değiştirme, düzeltme, yeniden kurma olanağı yaratır. (Tulák-Krčmáriková ve

Lessner-Lištiaková, 2018). Kil ile modelleme yaparken duygular; çekme, sıkma, atma, parçalama gibi birçok değişik yolla dışa vurulabilir. Kişi bu saldırgan hareketleri objeye zarar verme kaygısı olmaksızın rahatlıkla gerçekleştirebilir (Sholt ve Gavron, 2006). Jorstad (1965) kil gibi ilkel ve orijinal bir materyalle uğraşmanın erken dönem doyurulmamış ihtiyaçları tatmin ettiğini öne sürer.

Sonuç olarak heykel üretiminde veya kil terapisinde bireylerin değişik tiplerdeki regresyonlarını gözlemlemek, onların iç dünyalarını ve ihtiyaçlarını daha iyi anlamamıza olanak yaratabilir. Kil çalışmalarının özellikle sözel iletişim zorluğu yaşayan ve aşırı savunmacı bireylerde, bilinçsiz ve sözel olmayan ifadelere ulaşmada bir pencere oluşturabileceği söylenebilir (Kar, 2011). Benzer şekilde, dokunsal bir yöntem olarak değerlendirebileceğimiz kukla atölyelerinin, kum terapilerinin hastaların dışavurumcu tepkilerini genişlettiği ve sözel olarak ifade edilemeyen duygularını dışavurmalarına yardımcı olduğu farklı çalışmalarda görülmüştür (Koppelman, 1984; Taylor, 2009).

#### **4. Amaç ve Hipotezler**

Literatürde dokunmanın işlevi ve yararlarını inceleyen çokça çalışma mevcuttur (Örn. Field, 2001; Gallace ve Spence, 2010; Herrington, 2014; Moyer, Rounds ve Hannum, 2004). Dokunmanın gelişimsel açıdan önemine, terapötik bir araç olarak faydalılığına, bireylerin karar verme davranışlarına olan etkisine vurgu yapan birçok çalışma bulunur (Örn. Barnett, 1972; Ercau ve Guguen, 2007; Field, 2002; Pattison, 1973). Benzer şekilde dokunmanın bir iletişim kanalı ve duygu ifade etme aracı olarak nasıl kullanıldığı üzerine de farklı çalışmalara rastlamak mümkündür (Hertenstein ve ark., 2009). Ancak bireylerin dokunma ihtiyaçlarının altında yatan

sebepleri anlamaya dayalı çalışmalar kısıtlıdır (Nuszbaum ve ark., 2014). Bu sebeple dokunma ihtiyaını artıran ya da azaltan kaynakların neler olduğu araştırılmayı bekleyen konulardan biridir. Literatürdeki bu eksikliği gidermeye katkı sağlamak amacıyla bu araştırmada, üç temel faktörün dokunma ihtiyaıyla ilişkisi araştırılacaktır. İlişkisine bakılacak olan faktörler; bireyin hissettiği dokunma yoksunluğu, duyguları sözelleştirme zorluğu ve heykeltıraş olup olmamayı kapsamaktadır.

Dokunma yoksunluğunun kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyaıyla ilişkisini anlamak önemlidir. Çünkü her ne kadar yoksunluk ve ihtiyaç kavramları birbiriyle doğrudan ilişkili görünüyor olsa da dokunma yoksunluğu yaşayan bireylerin, bu yoksunluğu ne şekillerde giderebildiklerine ilişkin bildiklerimiz sınırlıdır. Beşler ve arkadaşları (2020) dokunma isteği yüksek olan bireylerin dokunma sıklığının da daha fazla olduğunu bulgulamıştır. Bu bulgu dokunma yoksunluğu yaşayan bireylerin, kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyaçlarının daha yüksek olması beklentisini ortaya çıkarır. Bir diğer yandan, Suvilehto ve arkadaşları (2015) önceki dokunma deneyimlerinin bireyin dokunmaya dair tutumunu ve davranışını etkilediğini göstermiştir (Suvilehto ev ark., 2015). Dolayısıyla bu araştırmada bireyin deneyimlediği dokunma yoksunluğunun, kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyaını pozitif yönde yordaması beklenmiştir.

Bazı çalışmalara göre dokunma yoksunluğu yaşayan bireyler konuşma güçlükleri ve yetişkinlikte iletişim sorunları yaşayabilir (Field, 2002; Punyanunt-Carter, 2009). Bir diğer yandan, bireylerin bazı duyguları sözel olarak aktarmak yerine dokunma aracılığıyla çok daha rahat ifade edebildiklerini gösteren çalışmalar da mevcuttur (App ve ark., 2011). Bu iki temel bilgi doğrultusunda sözel olarak ifade

güçlüğü yaşamının da bireylerin kişilerarası ilişkilerde temasa duydukları ihtiyacı pozitif yönde yordaması beklenmektedir.

İlişkisine bakılacak son yordayıcı değişken ise “heykeltıraş olma” değişkenidir. Literatürde heykeltıraşların dokunma davranışlarını inceleyen herhangi bir çalışma yer almaz. Ancak bu özel grubun dokunmayı bir ifade aracı olarak kullandıkları görülmektedir. Heykeltıraşlar ve seramik sanatçıları, ifade ve dışavurum için dokunsal bir araç kullanmaktadırlar. Kullandıkları bu ifade aracını, dokunmayı kullanarak iş ve ürün üreten diğer meslek gruplarından (örn. masör, doktor, ekmek ustası vs.) farklı olarak dışavurumsal şekilde yapma özgürlüğüne sahiptirler. Bu bağlamda dışavurum amaçlı dokunsal bir malzemeye çalışmanın kişilerarası ilişkilerdeki dokunma ihtiyacıyla ilişkisini anlamak önemlidir. Dokunsal bir malzemeye düzenli olarak dokunmanın ve bunu bir ifade şekli olarak yapmanın dokunma ihtiyacıyla ilişkisini anlamak, dokunsal dışavurumun işlevine ve terapide terapistin dokunması yerine alternatif yöntemlerin düşünülmesine de katkı sağlayabilir. Heykeltıraşlar günlük rutinde dokunsal malzemeye aktif temas halinde oldukları için, heykeltıraş olmanın kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını negatif yönde yordaması beklenmektedir.

Sonuç olarak bu araştırmanın temel hipotezi “(H1) Dokunma yoksunluğu ve duyguları sözcikleştirme zorluğu kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını pozitif yönde; heykeltıraş olma kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını negatif yönde yordayacaktır.” şeklindedir.

Değişkenlerin tamamı için heykeltıraş olan grupla olmayan grup kıyaslanacak ve sırasıyla aşağıdaki hipotezler gözden geçirilecektir.

(H2)“ Heykeltıraş olan bireylerin kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı, heykeltıraş olmayan bireylerden daha azdır.”

(H3) “Heykeltıraşların dokunma yoksunluğu heykeltıraş olmayan bireylerden farklı değildir.”

(H4) “Heykeltıraşların duyguları ifade zorluğu heykeltıraş olmayan bireylerden yüksektir.”

Son olarak yoksunluk ve konuşma güçlüğüne ilişkin çalışmalar göz önüne alınarak yoksunluk ve duygu ifade zorluğu arasındaki ilişki de aşağıdaki hipotez doğrultusunda araştırılacaktır:

(H5): “Dokunma yoksunluğu duygu sözelleştirme zorluğunu pozitif yönde yordayacaktır.

Dokunma tutum ve davranışının cinsiyet faktöründen etkilenebileceğini gösteren çalışmalar (örn. Hertenstein ve Keltner, 2011), dokunma yoksunluğunun romantik ilişki durumuyla ilişkisini inceleyen çalışmalar (Beßler ve ark.,2020), bireylerin evcil hayvanlarıyla fiziksel temasta bulunmasının genel iyi oluş hallerine katkı sağladığını gösteren çalışmalar (Young ve ark., 2020) ve terapinin iç görüyü, ihtiyaçlara dair farkındalığı arttırdığını gösteren çalışmalar (Levitt, Pomerville ve Surace, 2016), bu değişkenlerin Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacıyla ilişkili olabileceğini düşündürmüştür. Bu sebeple cinsiyet, romantik partner, yaşam alanı paylaşımı, evcil hayvan sahibi olma, terapi almış olma sosyodemografik değişkenlerinin NFİPT ile ilişkisi yan amaçlar kapsamında incelenecektir.

## BÖLÜM II

### YÖNTEM I

#### 5. İlk Aşama: Ölçeklerin Geçerlik ve Güvenirlik Analizleri

İlk aşamada, Dokunma Yoksunluğu Ölçeği ve Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği Türkçeye uyarlanarak geçerlik ve güvenirlik analizleri gerçekleştirilmiştir.

##### 5.1. Örneklem.

Araştırma linki çevrimiçi platformlar aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmış ve linke tıklayarak katılım gerçekleştiren bireyler örneklem grubunu oluşturmuştur. Her iki ölçek de üniversite düzeyindeki bireyler üzerinde test edilerek geliştirilmiş olduğu için Türkiye'deki geçerlik ve güvenirlik çalışmaları da yalnızca üniversite düzeyindeki bireylerle sınırlandırılmıştır. Veri setlerinin aynı bireyler tarafından şekillendirilmemesi adına iki ayrı ölçek çalışması için iki ayrı örneklem grubu kullanılmıştır. Dokunma Yoksunluğu Ölçeği geçerlik güvenirlik çalışmasına katılan katılımcılar 18-56 yaş aralığında 153 (110 kadın, 38 erkek, 3 ikili cinsiyet sınıflandırması dışında ve 2 belirtilmemiş) kişiden oluşmaktadır. Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği geçerlik güvenirlik çalışmasına katılan katılımcılar ise 19-53 yaş aralığındaki 226 kişiden (159 Kadın, 66 Erkek, 1 Belirtilmemiş) oluşmaktadır.

## 5.2. Veri toplama araçları.

### 5.2.1. Demografik bilgi formu.

Katılımcılardan öncelikle yaş, cinsiyet, eğitim durumuna dair demografik bilgiler alınmıştır. Eğitim durumu bilgisi grup dışı bırakılacak bireyleri netleştirebilmek amacıyla sorulmuş; üniversite altı düzeydeki bireyler araştırmaya dahil edilmemiştir.

### 5.2.2. Dokunma yoksunluğu ölçeği.

Punyanunt-Carter ve Wrench (2009) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte 5'li likert tipi ( $1 = \text{kesinlikle katılmıyorum}$ ,  $5 = \text{kesinlikle katılıyorum}$ ) derecelendirmeye ölçülen 16 madde yer almaktadır. Bu maddeler; “Hayatımda diğer insanlara dokunulduğu kadar bana dokunulmuyor.” veya “Sıklıkla günlerce birinin bana dokunmadığı zamanlar olur.” gibi maddeleri kapsar. Bu maddelerden 2,4,7,14,15. maddeler ters maddelerdir. Tersine kodlama işlemi gerçekleştirildikten sonra toplam puandaki artış dokunma yoksunluğunu gösterir. Bir kişinin alabileceği maksimum yoksunluk puanı 80'dir. Punyanunt ve arkadaşları (2009) güvenirlik için eş değerlilik ve iç tutarlılığa; geçerlik için görünüm ve kapsam geçerliğine, eş zamanlı geçerliğe ve yapı geçerliğine bakmışlardır. Temel bileşenler analiziyle faktör yapısı incelenmiş; ilk etapta 4 temel faktör bulunmuştur. Ancak 15. ve 16. maddelerin birden çok faktör altına dağılması dolayısıyla bu maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Kalan 14 madde, 3 ana faktör altında dağılım göstermiştir. İlk 8 madde dokunma yoksunluğuna ( $\alpha = .85$ ), sonraki 4 madde dokunmaya duyulan özleme ( $\alpha = .77$ ) ve 2 madde (13.-14. maddeler) dokunma amacıyla cinsel temas kullanmaya ( $\alpha = .60$ ) dairdir (Punyanunt-Carter, N., 2009). Ölçeğin orijinali Ek 1'de yer almaktadır.

### **5.2.3. Kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı ölçeği.**

Nuszbaum, Voss ve Klauer (2014) tarafından geliştirilmiştir. İlk etapta 27 madde hazırlanmış ancak görünüm geçerliğini koruyabilmek amacıyla 7 madde ölçekten çıkarılmıştır. Ölçek 7’li likert derecelendirme sistemine sahip (1 = *kesinlikle katılmıyorum* ve 7 = *kesinlikle katılıyorum*) 20 maddeden oluşmaktadır ( $\alpha = .78$ ). Bu maddeler; “Bazı durumlarda dokunmak dilden daha anlamlı olabilir.” veya “Bir sohbet sırasında, konuştuğum kişinin koluna dokunduğum olur.” gibi ifadeleri kapsar. 7,14, 20. maddeler ters madde olarak kodlandıktan sonra bir kişinin alabileceği maksimum kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı puanı 140’tır. Ölçek geliştirilirken güvenirlik için eş değeri ve homojenlik testleri yapılmış; geçerlik için ise görünüm ve kapsam geçerliğine, yakınsama geçerliğine, ayırıcı geçerliğe bakılmıştır. Yapı geçerliği aracı analizlerle doğrulanmıştır. Ancak ölçek faktör yapısı detaylandırılmamıştır (Nuszbaum ve ark., 2014). Ölçeğin orijinal maddeleri Ek 2’de yer almaktadır.

### **5.3. İşlem.**

Araştırmanın bu aşamasında ilk olarak ölçek sahiplerinden mail yoluyla izin alınmıştır. Ardından Acıbadem Üniversitesi Etik Kurulu’ndan (ATADEK) da etik kurul izni alınmıştır (bkz. Ek 3). Her iki ölçek için de çevrimiçi platformlar aracılığıyla kolay örnekleme yöntemiyle katılımcılara ulaşılmıştır. ATADEK onaylı bilgilendirilmiş onam formunu (bkz. Ek 4) okuduktan sonra araştırmaya katılmayı kabul eden bireylerle araştırma gerçekleştirilmiştir. Ölçeklerin geliştirilmiş olduğu örnekleme benzer örneklem yapısını koruma ve betimsel istatistikleri

gerçekleştirebilme amacıyla katılımcılardan yaş, cinsiyet, eğitim durumu bilgileri alınmıştır.

#### **5.4. Analiz.**

Betimsel analizler ve Açımlayıcı Faktör Analizi için IBM SPSS Statistics 22 ve Doğrulayıcı Faktör Analizi için AmosGraphicsCLI programları kullanılmıştır. Öncelikle her iki ölçek için de betimsel analizler yapılmıştır. Sonrasında yapı geçerliğine bakmak amacıyla Dokunma Yoksunluğu Ölçeği için doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği için öncelikle açımlayıcı faktör analizi ve ardından doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca güvenirlik analizleri kapsamında Cronbach Alfa katsayıları incelenmiştir.

## BULGULAR I

### 6. İlk Aşama: Ölçeklerin Geçerlik ve Güvenirlik Analizlerinin Sonuçları

#### 6.1. Betimsel istatistikler.

Dokunma Yoksunluğu Ölçeği'nin toplam puanları, orijinal makalede son iki maddenin faktör yapısına dahil edilmemesi sebebiyle, ilk 14 madde üzerinden hesaplanmıştır ( $M = 33.06$ ,  $SD = 8.92$ ). Betimsel analizler gerçekleştirildikten sonra bir değerin (113 numaralı katılımcı) uç değer olduğu anlaşılmış ve bu katılımcı analiz dışında tutulmuştur. Katılımcılardan herhangi birinin kayıp değeri bulunmamaktadır. Sonrasında 152 kişiyle yapılan normallik analizlerine göre ortalama ( $M = 33.06$ ), ortanca (medyan = 32.00 ) ve tepe değer (mod = 29.00) birbirine yakındır. Çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ve +1 aralığında yer almaktadır ( $Sk = 0.38$ ,  $Ku = -0.49$ ).

Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği'nin toplam puanları için yapılan normallik analizlerine göre herhangi bir uç değer veya kayıp değeri bulunmamaktadır; ortalama ( $M = 87.87$ ), ortanca (Medyan = 90) ve tepe değer (Mod = 84) birbirine nispeten yakındır. Çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ve +1 aralığında yer almaktadır ( $Sk = -0.24$ ,  $Ku = -0.33$ ).

#### 6.2. Geçerlik analizleri.

Ölçeklerin geçerliği kapsam geçerliği ve yapı geçerliği olmak üzere iki tür geçerlik açısından incelenmiştir.

### **6.2.1. Kapsam geçerliği.**

Kapsam geçerliğini sağlamak amacıyla Dokunma Yoksunluğu Ölçeği her iki dile de hakim yedi kişi tarafından İngilizceden Türkçeye çevrilmiş, bu kişilerin uzlaşması sonucu ortak bir çeviri yaratılmıştır. Yapılan ölçek çevirisi uzman kontrolünden geçtikten ve gerekli düzeltmeler yapıldıktan sonra 10 kişilik bir pilot grup üzerinde ölçek maddelerinin açıklığı ve anlaşılabilirliği kontrol edilmiştir. Ardından aynı şekilde her iki dile de hakim ayrı iki kişi geri çeviriyi gerçekleştirmiş, ölçeğin orijinal hali ile geri çevirisi yapılmış hali iki dilli bir kişi tarafından kontrol edilerek çeviri süreci tamamlanmıştır.

Benzer şekilde Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği de her iki dile hakim üç kişi tarafından Almancadan Türkçeye çevrilmiş, ortak bir çeviri oluşturulmuştur. Ölçeğin açıklığı ve anlaşılabilirliği bir pilot grup üzerinde test edilmiş ve yine iki dile de hakim üç kişi tarafından ölçeğin Almancaya geri çevirisi yapılmıştır. İki dilli bir kişi orijinal ölçek ve geri çevrilmiş ölçeği kıyaslamış, gerekli düzeltiler yapıldıktan sonra çeviri süreci tamamlanmıştır. Bu süreçte çevirileri yapan kişilerin farklı alanlardan (uluslararası ilişkiler, sosyoloji, almanca öğretmenliği, finans) olmasına dikkat edilmiştir.

### **6.2.2. Yapı geçerliliği.**

*Dokunma Yoksunluğu ölçeği* için ana araştırmada gözlemlenen faktör dağılımının Türkiye örnekleminde de sağlanıp sağlanmayacağını incelemek amacıyla doğrulamalı faktör analizine yer verilmiştir ( $KMO = 0.79$ ,  $p < 0.05$ ). Doğrulamalı Faktör Analizi sonucunda model uyumu; serbestlik derecesinden arındırılmış Ki-Kare istatistiğine (CMIN/df), karşılaştırmalı uyum indekslerine (CFI) ve yaklaşık

hataların ortalama kareköküne (RMSEA) bakılarak değerlendirilmiştir. CMIN/df değeri için 2 ve altı, CFI değeri için .95 ve üzeri (.90-.95 kabul edilebilir), RMSEA değeri için 0.10 altı iyi model uyumu değerleri olarak belirlenmiştir (Bentler ve Bonnet, 1980; Diamantopoulos, 2000; Tabachnick ve Fidell, 2013).

Yapılan ilk DFA analizleri sonucunda her ne kadar Ki-kare istatistiği ve RMSEA değeri kabul edilebilir sınırlarda olsa da (CMIN/df = 2.68, RMSEA = 0.10) oransal kıyaslama ve karşılaştırmalı uyum endeksleri kabul edilebilir düzeyde çıkmamıştır (GFI = 0.84, CFI = 0.82). Uyumsuzluğu etkileyen durumları anlayabilmek amacıyla madde yüklerine ve modifikasyon indekslerine bakıldığında 8. maddenin faktör yükünün (0.18) çok düşük olduğu ve birden çok faktörle kovaryans gösterdiği gözlemlenmiştir. Bu madde incelendiğinde orijinalinde ve dolayısıyla çevirisinde çift anlam yarattığı tespit edilmiştir. Pilot çalışmada alınan geri bildirimler de göz önüne alındığında bu durumun çeviri kaynaklı değil de orijinal maddenin çift anlamlı olması sebebiyle ortaya çıktığı görülmüştür. Bu sebeple 8. maddenin ölçeğin Türkçe versiyonundan çıkarılması uygun görülmüştür. Bunun yanı sıra yine modifikasyon indekslerinde, orijinal ölçekte 2.faktör (longing for touch /dokunmaya duyulan özlem) altında değerlendirilen 9. maddenin, Türkiye örnekleminde 3.faktördeki (use of sex to touch / dokunma amacıyla cinsellik kullanımı) maddelerle birleşme eğilimi gösterdiği gözlemlenmiştir. Ölçeğin orijinalindeki “use of sex to touch” faktörü, Türkiye örnekleminde yalnızca cinselliğin kullanılması olarak değil, dokunulmak için her şeyi yapabilmek gibi bir noktadan algılanmıştır. Bu sebeple “*Sırf biri bana dokunsun diye her şeyi yapabileceğim günlerim olur.*” şeklindeki 9.madde, “*Sırf başka biri tarafından dokunulmak amacıyla cinsel davranışlarda bulunduğum olmuştur.*” şeklindeki

13.maddeyle ve “*Sadece dokunulmak için asla kimseyle seks yapmam.*” şeklindeki 14.maddeyle benzer faktör altına yüklenmiştir. Bu noktada modifikasyon indeksleri de temel alınarak 9.maddenin 3.faktör yapısı altına alınması ve bu faktörün Türkçe ölçekte *dokunulmak için risk alabilme* şeklinde düşünülmesi uygun görülmüştür.

8.madde ölçekten çıkarıldıktan ve 9.madde üçüncü faktör altına alındıktan sonra model uyum endekslerinde anlamlı düzelmeler saptanmıştır. Uyarlama işlemleri gerçekleştirildikten sonra model oldukça iyi uyum göstermektedir ( $CMIN / df = 1.93$ ,  $GFI = 0.89$ ,  $RMSEA = .07$ ,  $CFI = 0.91$ ). Ölçeğin Türkçe versiyonu ve faktör yükleri Tablo 1’de incelenebilir.

**Tablo 1. Dokunma Yoksunluğu Ölçeği, Maddeler, Faktörleri ve Yükleri**

| <b>Madde</b>                                                                                     | <b>Faktör</b>                                    | <b>Faktör<br/>Yükü</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------|
| Hayatımda, diğer insanlara dokunulduğu kadar bana dokunulmuyor.                                  | Dokunma Yokluğu / Absence of Touch               | 0.67                   |
| İnsanlardan normal, sağlıklı miktarda fiziksel temas alabiliyorum.                               | Dokunma Yokluğu / Absence of Touch               | -0.52                  |
| İnsanların bana dokunması hayatımda her gün olan bir şey değildir.                               | Dokunma Yokluğu / Absence of Touch               | 0.76                   |
| İnsanların bana dokunması günlük hayatımın doğal ve olağan bir parçasıdır.                       | Dokunma Yokluğu / Absence of Touch               | -0.83                  |
| Sıklıkla, günlerce birinin bana dokunmadığı zamanlar olur.                                       | Dokunma Yokluğu / Absence of Touch               | 0.56                   |
| Hayatımda sıklıkla, diğerlerinin bana az dokunuşundan dolayı dokunulamayan biri gibi hissedirim. | Dokunma Yokluğu / Absence of Touch               | 0.59                   |
| Farklı birçok insan farklı şekillerde bana dokunur.                                              | Dokunma Yokluğu / Absence of Touch               | -0.57                  |
| Sırf biri bana dokunsun diye her şeyi yapabileceğim günlerim olur.                               | Dokunma için Risk Alabilme / Use of Sex to Touch | 0.78                   |
| Birinin-herhangi birinin- bana dokunmasına özlem duymaktayım.                                    | Dokunmaya Duyulan Özlem / Longing for Touch      | 0.74                   |
| Bazı günler birinin bana sarılmasını özleyorum, ancak bana sarılacak kimsem yok.                 | Dokunmaya Duyulan Özlem / Longing for Touch      | 0.87                   |
| Sıklıkla başkaları bana daha çok sarılsın isterim.                                               | Dokunmaya Duyulan Özlem / Longing for Touch      | 0.61                   |
| Sırf başka biri tarafından dokunulmak amacıyla cinsel davranışlarda bulunduğum olmuştur.         | Dokunma için Risk Alabilme / Use of Sex to Touch | 0.70                   |
| Sadece dokunulmak için asla kimseyle seks yapmam.                                                | Dokunma için Risk Alabilme / Use of Sex to Touch | -0.34                  |

*Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği* için ise orijinal araştırmada faktör yapısı raporlanmadığından, Principal Axis Factoring yöntemi kullanılarak Açıklayıcı Faktör Analizi gerçekleştirilmesi uygun görülmüştür. Ölçek maddelerinin tamamı dokunmaya ve fiziksel temasa ilişkin olduğu için maddelerin birbiriyle bağlantılı olabilme ihtimali düşünülerek Direct Oblimin döndürme yöntemi tercih edilmiştir. Yapılacak faktör analizi öncesi, verilerin faktör analizine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin katsayısına ve Bartlett küresellik testine bakılarak değerlendirilmiştir. Değerler örneklem boyutunun ve küreselliğin açıklayıcı faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir ( $KMO = 0.88$ ).

Öz değeri 1’den büyük 4 faktör, toplam varyansın %46’sını açıklamaktadır. Maddelerin toplam faktöre etkisi “communalities” tablosuna bakılarak incelendikten sonra, .30 altındaki tek değer olan 20.madde ölçekten çıkarılarak analiz tekrarlanmıştır. Belirtilen madde çıkarıldıktan sonra toplam varyansın açıklanma yüzdesi %47’ye yükselmiştir. 9 döndürme sonucu elde edilen faktör dağılım matrisi incelendiğinde faktör yüklerinin 0.35-0.71 aralığında olduğu görülmüştür. 19 maddeden 17’sinin faktör yükü 0.40’ın üzerindedir. 0.35’lik yüke sahip olan 4.madde ve 0.39’luk yüke sahip 19.madde tolere edilebilir düzeyde görülmüş ve ölçekten dışlanmamıştır. Maddeler temelde şu 4 faktöre yüklenmişlerdir: dokunsallık, dokunmaya dair pozitif algı, sosyal fiziksel temas ihtiyacı, dokunmaya dair negatif algı (bkz Tablo 2).

Dokunsallık faktöründe bireysel dokunma eğilimlerine dair öz değerlendirme içeren 9 madde bir araya toplanmıştır. Bu maddeler 4,5,9,11,12,13,16,17,18’dir. Maddelerin her birinde “Bir sohbet sırasında konuştuğum kişinin koluna dokunduğum olur.” cümlesindeki gibi varsayımsal bir durum ve bu durumda kişinin

dokunsal tepkisine ilişkin değerlendirmesi bulunmaktadır. Dokunmaya dair pozitif algı faktöründe varsayımsal durumlar ya da kişinin kendi dokunma eğiliminden farklı olarak, kişinin dokunmaya dair pozitif algısını gösteren 4 madde yer almaktadır: 1,2,3,15. Bu maddelerde “Kişilerarası dokunma, güven duygusunu güçlendirir.” cümlesinde olduğu gibi dokunmanın iyi ve pozitif olarak yorumlanmasına ilişkin değerlendirmeler yer alır. Dokunmaya dair negatif algı faktöründe ise iki ters madde olan 7 ve 14.maddeler yer almaktadır. Bu 2 madde “Selamlaşırken sarılmak bence hoş değil.” cümlesindeki gibi dokunmaya dair hoşnutsuzluğu belirten anlamlar taşır. Sosyal-fiziksel temas ihtiyacı faktöründe yer alan maddeler ise toplumsal olarak alışlagelmiş birtakım fiziksel temas biçimlerine dair duyulan isteği göstermektedir. Biriyle tanışırken, vedalaşırken el sıkışmak veya internet/ cep telefonu yerine yüz yüze yan yana iletişim kurmak isteğini ifade eden 4 madde yer alır: 6,8,10,19.

Açımlayıcı faktör analizinden sonra ayrı 266 katılımcıyla doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir ( $KMO = 0.86$ ,  $p < 0.05$ ). Model uyumu; serbestlik derecesinden arındırılmış Ki-Kare istatistiğine ( $CMIN/df$ ), oransal kıyaslama değerlerine ( $GFI$ ), karşılaştırmalı uyum indekslerine ( $CFI$ ) ve yaklaşık hataların ortalama kareköküne ( $RMSEA$ ) bakılarak değerlendirilmiştir. Yapılan ilk DFA analizleri sonucunda model genel anlamda iyi uyum göstermemiştir ( $CMIN/df = 3.11$ ,  $RMSEA = 0.08$ ,  $GFI = 0.84$ ,  $CFI = 0.80$ ). Ancak modifikasyon indeksleri baz alınarak kovaryanslar kontrol edildiğinde model iyi uyum göstermektedir ( $CMIN / df = 2.19$ ,  $GFI = .0.90$ ,  $RMSEA = .06$ ,  $CFI = 0.90$ ).

**Tablo 2. NFİPT Ölçeği, Maddeler, Faktörleri ve Yükleri**

| Madde                                                                                                              | Dokunsallık | Dokunmaya Dair Pozitif Algı | Dokunmaya Dair Negatif Algı | Sosyal-Fiziksel Temas İhtiyacı |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Birinin benim dikkatimi çekmek için hafifçe koluma dokunması benim için sorun değildir.                            | 0.68        |                             |                             |                                |
| Arkadaşlarla olan sohbetlerde, dokunmak önemli bir iletişim şeklidir.                                              | 0.65        |                             |                             |                                |
| Konuştuğum kişi konuşma sırasında bana hafifçe dokunursa, bu beni rahatsız etmez.                                  | 0.64        |                             |                             |                                |
| Arkadaşlarla bir tartışma sırasında, söyleyeceğim bir şeyi vurgulamak için karşı taraftaki kişiye dokunduğum olur. | 0.62        |                             |                             |                                |
| Hem cinslerimle sohbet ederken sıklıkla fiziksel temas kurarım.                                                    | 0.62        |                             |                             |                                |
| Bir sohbet sırasında, konuştuğum kişinin koluna dokunduğum olur.                                                   | 0.55        |                             |                             |                                |
| Birine duyduğum yakınlığı fiziksel temasla belli ederim.                                                           | 0.47        |                             |                             |                                |
| Bir kişiyi çok tanıımıyorsam bile selamlaşırken sarılmak benim için doğaldır.                                      | 0.44        |                             |                             |                                |
| Karşı cinsle sohbet ederken sıklıkla fiziksel temas kurarım.                                                       | 0.34        |                             |                             |                                |
| Kişiler arası dokunma, güven duygusunu güçlendirir.                                                                |             | 0.69                        |                             |                                |
| Bazı durumlarda dokunmak dilden daha anlamlı olabilir.                                                             |             | 0.63                        |                             |                                |
| Sarılmak doğum günü tebriklerinin önemli bir parçasıdır.                                                           |             | 0.60                        |                             |                                |
| Bir arkadaşı teselli etmek istediğinizde fiziksel temas önemlidir.                                                 |             | 0.52                        |                             |                                |
| Selamlaşırken sarılmak bence hoş değil.                                                                            |             |                             | 0.71                        |                                |
| Genelde, insanlarla fiziksel temas kurmaktan kaçınırım.                                                            |             |                             | 0.66                        |                                |
| El sıkışmak, yabancı birinin kişiliğini                                                                            |             |                             |                             | 0.54                           |

değerlendirmede bana yardımcı olur.

İnsanların, iletişim için internete bu kadar bağlı olmaları üzücü çünkü internet fiziksel temasa izin vermiyor. 0.48

Vedalaşırken el sıkışmak benim için önemlidir. 0.47

İnternet veya cep telefonu üzerinden iletişim kurarken fiziksel yakınlığın eksikliğini hissederim. 0.38

---

### 6.3. Güvenirlik analizleri.

Dokunma Yoksunluğu Ölçeği'nin Türkçe formunun Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.78 olarak bulunmuştur. Bu değer iç tutarlılığın sağlandığını göstermektedir. Dokunma yokluğu (0.80), dokunmaya duyulan özlem (0.79) ve dokunmak için risk alabilme ( $\alpha = 0.63$ ) faktörlerinin de ayrı ayrı değerlendirildiğinde faktör bazında iç tutarlılık sergiledikleri gözlenmiştir.

Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği'nin Türkçe formunun Cronbach Alfa katsayısı ise 0.88'dir. Bu değer 20.madde ölçekten çıkarıldıktan sonra 0.89'a yükselir. Dokunsallık ( $\alpha = 0.87$ ), Dokunmaya Dair Pozitif Algı ( $\alpha = 0.79$ ), Dokunmaya Dair Negatif Algı ( $\alpha = 0.68$ ) ve Sosyal Fiziksel Temas İhtiyacı ( $\alpha = 0.68$ ) faktörleri kendi içlerinde de tutarlı bulunmuştur.

## YÖNTEM II

### 7. İkinci Aşama: Temel ve Yan Hipotezlerin İncelenmesi

İkinci aşamada kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacının kaynakları araştırılmıştır. Dokunma yoksunluğunun, duygu sözelleştirme zorluğunun ve heykeltıraş olmanın dokunma ihtiyacı üzerindeki yordayıcılığı incelenmiştir. Heykeltıraş olan ve olmayan bireylerin dokunma yoksunluğu, dokunma ihtiyacı ve Genel Duygu İfade Zorluğu ortalama değerleri karşılaştırılmıştır.

#### 7.1. Örneklem

Araştırmanın örneklem grubu belirlenirken, bir ifade aracı olarak “dokunma”yı kullanan meslek grupları değerlendirilmiştir. Bu noktada çok sayıda meslek grubu gün içerisinde canlı ya da cansız nesnelere dokunsa da araştırılması amaçlanan konu ifade aracı olarak dokunmanın kullanılması olduğundan, heykeltıraşlar (heykel-seramik ve plastik sanat bölümlerini kapsar) karşılaştırma grubu olarak belirlenmiştir. Günlük dokunmanın ötesinde, dokunmayı bir dışavurum aracı olarak aktif bir şekilde kullanan en belirgin grup heykel ve seramik sanatçılarıdır. Bu noktada heykeltıraş olan ve olmayan bireyler olmak üzere araştırmada iki ayrı grup yer almaktadır. Heykeltıraş grupta yer alacak bireyler iki temel kritere göre netleştirilmiştir. İlk kriter; katılımcının üniversitede okuduğu bölümün heykel/ seramik/ plastik sanatlar gibi heykel eğitimi kapsayıcı bir bölüm olması veya mesleğinin heykeltıraş / seramik sanatçısı olmasıdır. İkinci kriter ise katılımcının şu an heykel / seramik ile aktif olarak ilgileniyor olmasını içerir. Dolayısıyla bu grupta yer alan katılımcı hem heykel eğitimi almış hem de heykelle aktif olarak ilgilenen bireylerden oluşmaktadır. Bu kriterlerin sağlanıp sağlanmadığı

demografik formda yer alan sorular aracılığıyla tespit edilmiştir. Heykel bölümü mezunu olmayan, meslek olarak da heykeltıraşlık yapmayan ancak günlük yaşantısında heykel/seramik dalıyla ilgilenen bireyler bozucu etki yaratmamaları adına değerlendirme dışında tutulmuştur.

Heykeltıraş grup:

- Dahil olma kriterleri: (1) Üniversite bölümünün heykel ya da mesleğinin heykeltıraşlık olması, (2) heykelle aktif olarak uğraşıyor olması
- Dışlama kriterleri: (1) Üniversite bölümünün heykel ya da mesleğinin heykeltıraşlık olmaması, (2) Heykel mezunu ya da heykeltıraş olmakla birlikte heykelle aktif olarak uğraşmıyor olması, (3) Heykelle yalnızca hobi olarak uğraşıyor olması, (4) 18 yaş altı bireyler, (5) Üniversite altı düzeyde eğitim seviyesinde olan bireyler

Diğer grup:

- Dahil olma kriterleri: (1) Heykeltıraş veya heykel mezunu olmaması
- Dışlama kriterleri: (1) Heykelle hobi düzeyinde ilgileniyor olması, (2) 18 yaş altı bireyler, (3) Üniversite altı düzeyde eğitim seviyesinde olan bireyler

Araştırmada kullanılan ölçeklerin üçü de üniversite düzeyindeki bireyler için geçerli ve güvenilir olduğundan dolayı, araştırma grubu üniversite düzeyindeki bireylerle sınırlı tutulmuştur. Araştırmaya katılacak bireylerin, geçerlik ve güvenilirlik analizlerine katılan bireylerle aynı olması analizlerde nispeten karıştırıcı etki

edeceğinden dolayı, geçerlik ve güvenirlik analizlerine katılan bireyler bu örneklemden dışlanmıştır.

Kasım 2021 – Mart 2022 tarihleri arasında erişilebilir olan araştırma linkine 447 kişi katılmıştır. 20 katılımcı ilk aşamada gerçekleştirilen ölçek geçerlik ve güvenirlik analizlerimize katıldığı için araştırmadan ayrılmıştır. 3 katılımcı bilgilendirilmiş onam formunu okuduktan sonra araştırmaya katılmayı kabul etmemiştir. 7 katılımcı eğitim düzeyleri lise olduğu için araştırmadan çıkarılmıştır. 126 katılımcı araştırmanın farklı kısımlarında araştırmayı yarıda bırakmıştır. Kalan 291 katılımcıdan 25'i heykeltıraş olmadıklarını ancak günlük yaşamda heykelle meşgul olduklarını belirttikleri için bozucu etki yaratmamaları adına iki gruba da dahil edilmeyerek analizden dışlanmıştır. Analize 266 kişi ile devam edilmiştir. Analize dahil edilen 266 katılımcı (204'ü kadın, 58'i erkek, 3'ü ikili cinsiyet sınıflandırması dışında ve 1'i belirtilmemiş) 18-63 yaş aralığındadır. 213'ü üniversite mezunu 53'ü ise üniversite öğrencisidir. 101 kişi heykel bölümü öğrencileri ve /veya heykeltıraşlar, 165 kişi ise bu uzmanlık alanıyla ilgilenmeyen, günlük yaşamında heykelle aktif olarak hiçbir şekilde uğraşmayan bireylerden oluşmaktadır. Bir katılımcı bedensel engeli (belirtilmemiş) olduğunu, başka bir katılımcı da anadilinin Türkçe olmadığını belirtmiştir. Bedensel engel ve anadilin değişkenler üzerinde etki etme ihtimali göz önüne alınarak bu bilgiler alınmış olup oransal olarak bu gruplarda bir yığılma olmadığı için bu katılımcılar analizden çıkarılmamıştır. Katılımcıların 164'ünün romantik bir ilişkisi bulunurken 102'sinin romantik bir ilişkisi bulunmamaktadır. 65 katılımcı yalnız yaşamakta, 201 katılımcı ise birileriyle birlikte yaşamaktadır. 111 kişi evcil bir hayvan beslemektedir. Terapi

desteği almış olan katılımcı sayısı 139'dur. Katılımcılara dair betimsel bilgiler tablo 3'te yer almaktadır.

**Tablo 3. Katılımcılara Dair Betimsel Bulgular**

| Değişkenler           |                                | f   | %    |
|-----------------------|--------------------------------|-----|------|
| Cinsiyet              | Kadın                          | 204 | 76.7 |
|                       | Erkek                          | 58  | 21.8 |
|                       | İkili cinsiyet sistemi dışında | 3   | 1.1  |
|                       | Belirtilmemiş                  | 1   | 0.4  |
| Eğitim Düzeyi         | Üniversite öğrencisi           | 53  | 19.9 |
|                       | Üniversite mezunu              | 213 | 80.1 |
| İlişki Durumu         | İlişkisi var                   | 164 | 61.7 |
|                       | İlişkisi yok                   | 102 | 38.3 |
| Yaşam Alanı Paylaşımı | Yalnız yaşıyor                 | 65  | 24.4 |
|                       | Birileriyle birlikte yaşıyor   | 201 | 75.6 |
| Evcil Hayvan          | Var                            | 111 | 41.7 |
|                       | Yok                            | 155 | 58.3 |
| Terapi Deneyimi       | Var                            | 139 | 52.3 |
|                       | Yok                            | 127 | 47.7 |

## **7.2. Veri toplama araçları.**

Araştırma için bilgilendirilmiş onam formunun ardından demografik form, Dokunma Yoksunluğu Ölçeği, Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği ve Perth Aleksitimi Ölçeği kullanılmıştır.

### **7.2.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu.**

Bu formda katılımcılar araştırmanın konu ve içeriği, ne kapsamda ve kimler tarafından gerçekleştirildiği, araştırmanın süresi hakkında bilgilendirilmiştir.

Katılımcının araştırmadan istediği zaman ayrılma hakkı olduğu ve hiçbir kişisel verinin alınmadığı, katılımın tamamıyla gönüllülük esasına dayandığı açıklanmıştır.

### **7.2.2. Demografik Form.**

Demografik formda ilk etapta yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi olmak üzere temel bilgiler alınmıştır. Üniversite bölümü, mezuniyet durumu, meslek durumu, aktif olarak uğraştığı sanat dalları soruları katılımcının heykeltıraş olan veya olmayan olarak bir gruba atanabilmesi açısından yöneltilen sorulardır. Son olarak; anadil, bedensel engel, romantik ilişki durumu, evcil hayvana sahip olup olmama, yalnız ya da birileriyle birlikte yaşama, daha önce terapi alıp almama gibi etkenler kovaryans olmaları açısından değerlendirilmek üzere katılımcılara yöneltilen diğer sorular arasındadır.

### **7.2.3. Dokunma yoksunluğu ölçeği.**

Punyanunt-Carter ve Wrench (2009) tarafından geliştirilmiş olan Dokunma Yoksunluğu Ölçeği'nin Türkçe formunda 5'li likert tipi ( $1 = kesinlikle katılmıyorum$ ,  $5 = kesinlikle katılıyorum$ ) derecelendirmeyeyle ölçülen 13 madde yer almaktadır. 7 madde (1,2,3,4,5,6,7) dokunma yokluğuna, 3 madde (9,10,11) dokunmaya duyulan özleme ve 3 madde (8,12,13) dokunma amacıyla risk alabilmeye dairdir. Dokunma Yoksunluğu Ölçeği'nin bu araştırmadaki Cronbach Alpha değeri yoksunluk ölçümü sırasında iç tutarlılığın sağlanabildiğini göstermiştir ( $\alpha = 0.79$ ). Dokunma yokluğu ( $\alpha = 0.83$ ), dokunmaya duyulan özlem ( $\alpha = 0.74$ ) ve dokunmak için risk alabilme ( $\alpha = .057$ ) faktörlerinin de ayrı ayrı değerlendirildiğinde faktör bazında iç tutarlılık sergiledikleri gözlenmiştir. Bu araştırma bağlamında ölçeğin psikometrik

özelliklerine dair yapılan detaylı geçerlik güvenirlik analizleri Bulgular I'de incelenebilir.

#### **7.2.4. Kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı ölçeği.**

Nuszbaum, Voss ve Klauer (2014) tarafından geliştirilen ölçek Türkçe formunda 7'li likert derecelendirme sistemine sahip (1 = *kesinlikle katılmıyorum* ve 7 = *kesinlikle katılıyorum*) 19 maddeden oluşmaktadır ( $\alpha = 0.89$ ). Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği'nin bu araştırmadaki Cronbach Alfa katsayısı ise 0.87'dir. Dokunsallık ( $\alpha = 0.85$ ), dokunmaya dair pozitif algı ( $\alpha = 0.70$ ), dokunmaya dair negatif algı ( $\alpha = 0.50$ ), sosyal-fiziksel temas ihtiyacı ( $\alpha = 0.59$ ) alt faktörleri ayrı ayrı değerlendirildiğinde de tutarlılığın sağlandığı görülmüştür. Bu araştırma bağlamında ölçeğin psikometrik özelliklerine dair yapılan geçerlik güvenirlik analizleri Bulgular I'de detaylıca incelenebilir.

#### **7.2.5. Perth aleksitimi ölçeği.**

Duygu ifade zorluğu, aleksitimi kapsamında değerlendirilen bir kavram olduğu için araştırmada Preece ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilen Perth Aleksitimi Ölçeği kullanılmıştır. Bilge ve Bilge (2020) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek duygu tanımlama zorluğu (pozitif ve negatif), duygu ifade zorluğu (pozitif ve negatif), dışa vuruk düşünme olmak üzere 5 alt faktör içermektedir. 7'li likert tipinde 24 maddeden oluşmaktadır. Perth Aleksitimi Ölçeği'nin bu araştırmadaki Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.93 olarak bulunmuştur. Bu değer aleksitimi ölçümü sırasında iç tutarlılığın sağlanabildiğini göstermektedir. Duyguları ifade zorluğu bağlamında değerlendirdiğimiz GDİZ (Genel duygu ifade zorluğu) aleksitimi alt boyutunun iç tutarlılığı da benzer şekilde yüksektir ( $\alpha = 0.89$ ).

Dolayısıyla araştırmada kullanılan üç ayrı ölçeğın de genel iç tutarlılık seviyelerinin yüksek olduğu söylenebilir.

### **7.3. İşlem**

Bu çalışma için Acıbadem Üniversitesi Etik Kurulu'ndan (ATADEK) etik kurul izni alındıktan sonra (bkz. Ek 5), çevrimiçi platformlar aracılığıyla kolay örnekleme yöntemiyle katılımcılara ulaşılmıştır. Heykeltıraş olan gruba, birtakım dernekler, akademisyen ve heykeltıraşlarla mail üzerinden irtibata geçilerek araştırma linki ulaştırılmıştır. Paylaşılan araştırma linkine tıklayıp ATADEK onaylı bilgilendirilmiş onam formu (bkz. Ek 6) gösterildikten sonra araştırmaya katılmayı kabul eden kişiler, katılımcıları oluşturmuştur. Demografik bilgiler sorulduktan sonra Dokunma Yoksunluğu, Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı, Perth Aleksitmi Ölçekleri gösterilmiştir. Ölçek sıralamasının veri üzerinde bozucu etki yapmaması adına ölçekler rastgele sıralamayla katılımcılara gösterilmiştir.

### **7.4. Analiz**

Araştırmanın bu aşamasında IBM SPSS Statistics 22 programı kullanılmıştır. Öncelikle ölçeklerin normallik analizleri gerçekleştirilmiştir. Sonrasında, katılımcıların betimsel analizleri yapılmıştır. Sosyo-demografik bulguların NFİPT ile ilişkisinin anlaşılabilmesi amacıyla gruplararası t-testler gerçekleştirilmiştir. Amaç ve hipotezler kısmında belirtilen hipotezlerin sırasıyla test edilebilmesi amacıyla tüm değişkenler arasındaki ikili ilişkilere korelasyon analizleriyle bakılmış ve ardından yordayıcı analizlere geçilmiştir. Heykeltıraş olma değişkeni dummy değişkene çevrildikten sonra regresyon analizleriyle yordayıcı ve yordanan değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Araştırma rneklemi iki ayrı grubu kapsadığından; bu iki grubun tüm değişkenlerdeki ortalamaları bağımsız gruplar için t-test analizleri yapılarak kıyaslanmıştır. Bu sayede heykeltıraş olmanın farklı açılardan etkileri gözlemlenebilmiştir. Temel analizler gerçekleştirildikten sonra yan amaçlar kapsamında duygu ifade zorluğu ve dokunma yoksunluğunun ikili ilişkisine de basit doğrusal korelasyon ve basit doğrusal regresyon analizleriyle bakılmıştır.



## BULGULAR II

### 8. İkinci Aşama: Betimleyici ve Yordayıcı Analizler

Bu aşama, araştırmada kullanılacak iki ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmasından sonra gerçekleştirilen ana çalışmanın bulgularını içermektedir. Dokunma yoksunluğu, duygu sözelleştirme zorluğu ve heykeltıraş olmanın kişilerarası ilişkilerdeki yordayıcılığını anlamaya yönelik gerçekleştirilen betimsel ve ilişkisel analiz bulgularını kapsamaktadır.

#### 8.1. Ölçeklere ait betimleyici bulgular.

Araştırmada Perth Aleksitimi, Dokunma Yoksunluğu ve Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı ölçekleri kullanılmıştır. Ölçeklerde kayıp değer bulunmamaktadır. Uç değerler ise normalliği bozmadıkları için veriden dışlanmamıştır. Aleksitimi ölçeği için tüm katılımcıları kapsayarak bulunan ortalama değer ( $M = 61.6$ ), Bilge ve Bilge (2020) tarafından yapılan güvenirlik geçerlilik çalışmasındaki ortalama değerle örtüşmektedir ( $M = 61.4$ ). Genel aleksitimi değerleri tüm katılımcılar kapsanarak incelendiğinde, çarpıklık ve basıklık değerlerine göre normal dağılım sağlandığı söylenebilir ( $Sk = 0.8$ ,  $Ku = 0.8$ ). Ayrıca genel aleksitimi skorlarına heykeltıraş olan ( $M = 68.6$ ,  $SD = 27.1$ ) ve olmayan grup ( $M = 57.3$ ,  $SD = 22.9$ ) için ayrı ayrı bakıldığında çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $-1$  aralığında olduğu ve normal dağılımın yeteri düzeyde sağlanabildiği görülmüştür ( $Sk^{heykeltıraş} = 0.8$ ,  $Ku^{heykeltıraş} = 1.0$ ,  $Sk^{h.olmayan} = 0.8$ ,  $Ku^{h.olmayan} = 0.2$ ). Ayrıca heykeltıraş grup için kolmogorov smirnov değerleri de normallik sayıltısını desteklemiştir ( $p > 0.05$ ). Aleksitimi ölçeğinin genel duyguları ifade zorluğu (GDİZ) alt boyutu için tüm

katılımcılar kapsanarak ( $M = 22.6$ ,  $SD = 10.4$ ) normallik analizleri yapıldığında çarpıklık ve basıklık değerlerinin normallik için uygun aralıkta olduğu saptanmıştır ( $Sk = 0.6$ ,  $Ku = -0.1$ ). GDİZ puanları heykeltıraş olan ( $M = 25.5$ ,  $SD = 11.2$ ,  $Sk = 0.3$ ,  $Ku = -0.3$ ) ve olmayan grup ( $M = 20.8$ ,  $SD = 9.5$ ,  $Sk = 0.7$ ,  $Ku = -0.07$ ) için ayrı ayrı incelendiğinde de normal dağılımın sağlanabildiği izlenmiştir. Benzer şekilde GDİZ skorları açısından, heykeltıraş grup için Kolmogorov-Smirnov değerleri de normal dağılım olduğunu desteklemiştir ( $p > 0.05$ ).

Dokunma yoksunluğu için tüm katılımcıları kapsayarak bulunan ortalama değer ( $M = 31$ ), araştırmamızın birinci aşamasında gerçekleştirmiş olduğumuz güvenirlik geçerlilik bulgularındaki ortalama değerle örtüşmektedir ( $M = 30.9$ ). Tüm katılımcılar için incelendiğinde dağılım normallik gösterir ( $Sk = 0.3$ ,  $Ku = -0.4$ ). Heykeltıraş olmayan grup ( $M = 30.9$ ,  $SD = 9.2$ ,  $Sk = 0.3$ ,  $Ku = -0.6$ ) ve heykeltıraş ( $M = 31.3$ ,  $SD = 7.7$ ,  $Sk = 0.4$ ,  $Ku = -0.0$ ) grup için yoksunluk puanları çarpıklık basıklık katsayılarına göre ayrı ayrı incelendiğinde de normal dağılımın sağlanabildiği bulgulanmıştır.

NFIPT için tüm katılımcılar dahil edilerek bulunan ortalama değer ( $M = 86.45$ ) ve standart sapma değerleri ( $SD = 18.6$ ), araştırmamızın birinci aşamasında gerçekleştirdiğimiz geçerlik ve güvenirlik çalışmasındaki değerle örtüşmektedir ( $M = 85.5$ ,  $SD = 19.9$ ). Tüm katılımcılar için NFIPT puanları için çarpıklık ve basıklık katsayıları ( $Sk = -0.2$ ,  $Ku = -0.1$ ) ve kolmogorov-smirnov değerleri dağılımın normal olduğunu göstermiştir ( $p > 0.05$ ). Heykeltıraş olmayan ( $M = 88.03$ ,  $SD = 18.3$ ,  $Sk = -0.4$ ,  $Ku = -0.0$ ) ve heykeltıraş olan ( $M = 83.87$ ,  $SD = 18.8$ ,  $Sk = -0.09$ ,  $Ku = -0.08$ ) bireylerin NFIPT puanları için çarpıklık ve basıklık değerleri ayrı ayrı incelendiğinde de normal dağılımın sağlanabildiği görülmüştür. Heykeltıraş grup için Kolmogorov-

Smirnov değerleri de bu bulguyu destekler niteliktedir ( $p > 0.05$ ). Ölçeklerimizin tamamı tüm katılımcılar kapsadığında veya iki ayrı grup için incelendiğinde normal dağılım sergilediğinden, t-test, korelasyon ve regresyon analizleri için uygun görülerek analiz devam ettirilmiştir.

## **8.2. Sosyodemografik değişkenlerin Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı ile İlişkisinin incelenmesi**

Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı değişkeni için genel betimsel bulgular elde edildikten sonra; cinsiyet, eğitim düzeyi, ilişki durumu, yaşam alanı paylaşımı, evcil hayvan durumu ve terapi deneyimi faktörlerinin bireylerin NFIPT değerleriyle ilişkisi araştırılmıştır.

Cinsiyet faktörü açısından NFIPT değerlerinin incelenebilmesi amacıyla gerçekleştirilen normallik analizlerine göre 58 kişiden oluşan erkek grup için ve 204 kişiden oluşan kadın grup için çarpıklık ve basıklık katsayıları incelendiğinde dağılımların normal olduğu görülmüştür (sırasıyla  $S_k = -0.4$ ,  $K_u = -0.1$ ;  $S_k = -0.2$ ,  $K_u = -0.1$ ). İkili cinsiyet sınıflandırması dışında yer alan üç kişi için ise normallik sayıltısı karşılanmamaktadır. Bu sebeple yalnızca kadın ve erkek grubu için NFIPT skorları analiz edilmiştir. Levene's test sonuçları kadın ve erkek grupları için varyansların eşit olduğunu göstermiştir ( $p > 0.05$ ). Bağımsız gruplar için T-test analizi sonuçlarına göre kadınların NFIPT değerleri ( $M = 86.05$ ,  $SD = 18.39$ ) ile erkeklerin NFIPT değerleri ( $M = 87.67$ ,  $SD = 20.0$ ) arasında anlamlı fark yoktur ( $t_{(260)} = 0.57$ ,  $p = 0.56$ ).

Mezun veya öğrenci olmanın NFIPT toplam puanı ile herhangi bir etkisinin olup olmadığı da normallik sayıltıları karşılandığı için ve gruplar arasında varyans

eşitliği sağlanabildiği için ( $p > 0.05$ ) bağımsız gruplar için t-test analiziyle incelenmiştir. Mezun veya öğrenci olmanın NFIPT üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı görülmüştür ( $t_{(264)} = 1.06, p = 0.28$ ). Benzer şekilde normallik dağılımları ve varyans eşitlikleri sağlanmış gruplarla yapılan t-test analizlerine göre, romantik ilişkisi olan ve olmayan bireylerin, birleriyle birlikte ve yalnız yaşayan bireylerin, evcil hayvan besleyen ve beslemeyen bireylerin NFIPT değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur (sırasıyla  $t_{(264)} = -0.06, p > 0.05$ ,  $t_{(264)} = -0.9, p > 0.05$ ,  $t_{(264)} = 1.07, p > 0.05$ ). Ancak terapi almış olan bireylerin kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı ( $M = 88.89, SD = 17.90$ ) terapi almamış bireylerden ( $M = 83.78, SD = 19.12$ ) anlamlı olarak yüksektir ( $t_{(264)} = 2.24, p = 0.02$ ).

### **8.3. Yordayıcı ve yordanan değişkenlerin ilişkisi**

Yordayıcı değişkenlerin yordanan değişken ile ilişkilerini detaylı bir şekilde görebilmek adına, öncelikle tüm değişkenler ve alt ölçekleri korelasyon analizine sokulmuştur. Heykeltıraş olma değişkeni için nokta çift serili korelasyon yöntemi kullanılmıştır. NFIPT'nin dokunmaya dair negatif algı alt ölçeği 3 ters maddeyi içerdiğinden, alt ölçek toplam puanı maddelerin düz puanları üzerinden hesaplanmıştır. Bu sayede korelasyonun yönüne dair yaşanabilecek kafa karışıklığı önlenmiştir. İstatistiksel olarak anlamlı korelasyon değerleri Tablo 4'te yer almaktadır.

**Tablo 4. Değişkenlerin birbirleriyle korelasyonları**

|                                                              | Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı (NFIPT) Genel Puan | Dokunsallık (NFIPT Alt Ölçeği) | Dokunmaya Dair Pozitif Algı (NFIPT Alt Ölçeği) | Dokunmaya Dair Negatif Algı (NFIPT Alt Ölçeği) | Sosyal Fiziksel Temas İhtiyacı (NFIPT Alt Ölçeği) | Dokunma Yoksunluğu Genel Puan | Dokunma Yokluğu (Dokunma Yoksunluğu Alt Ölçeği) | Dokunmaya Duyulan Özlem (Dokunma Yoksunluğu Alt Ölçeği) | Dokunma İçin Risk Alabilme (Dokunma Yoksunluğu Alt Ölçeği) | Duygu İfade Zorluğu | Heykeltıraş Olma |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------|------------------|
| Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı (NFIPT) Genel Puan | 1                                                            | ,915**                         | ,704**                                         | -,635**                                        | ,739**                                            | -,058                         | -,277**                                         | ,199**                                                  | ,185**                                                     | -,108               | -,109            |
| Dokunsallık                                                  | ,915**                                                       | 1                              | ,473**                                         | -,530**                                        | ,508**                                            | -,078                         | -,290**                                         | ,174**                                                  | ,176**                                                     | -,116               | -,089            |
| Dokunmaya Dair Pozitif Algı                                  | ,704**                                                       | ,473**                         | 1                                              | -,355**                                        | ,505**                                            | ,019                          | -,141*                                          | ,199**                                                  | ,138*                                                      | -,057               | -,066            |
| Dokunmaya Dair Negatif Algı                                  | -,635**                                                      | -,530**                        | -,355**                                        | 1                                              | -,320**                                           | ,214**                        | ,384**                                          | -,054                                                   | -,079                                                      | ,164**              | ,175**           |
| Sosyal Fiziksel Temas İhtiyacı                               | ,739**                                                       | ,508**                         | ,505**                                         | -,320**                                        | 1                                                 | ,059                          | -,058                                           | ,153*                                                   | ,137*                                                      | -,006               | -,053            |
| Dokunma Yoksunluğu Genel Puan                                | -,058                                                        | -,078                          | ,019                                           | ,214**                                         | ,059                                              | 1                             | ,858**                                          | ,762**                                                  | ,477**                                                     | ,147*               | ,023             |
| Dokunma Yokluğu                                              | -,277**                                                      | -,290**                        | -,141*                                         | ,384**                                         | -,058                                             | ,858**                        | 1                                               | ,441**                                                  | ,081                                                       | ,173**              | ,088             |
| Dokunmaya Duyulan Özlem                                      | ,199**                                                       | ,174**                         | ,199**                                         | -,054                                          | ,153*                                             | ,762**                        | ,441**                                          | 1                                                       | ,330**                                                     | ,078                | -,092            |
| Dokunma İçin Risk Alabilme                                   | ,185**                                                       | ,176**                         | ,138*                                          | -,079                                          | ,137*                                             | ,477**                        | ,081                                            | ,330**                                                  | 1                                                          | ,007                | -,008            |
| Duygu İfade Zorluğu                                          | -,108                                                        | -,116                          | -,057                                          | ,164**                                         | -,006                                             | ,147*                         | ,173**                                          | ,078                                                    | ,007                                                       | 1                   | ,219**           |
| Heykeltıraş Olma                                             | -,109                                                        | -,089                          | -,066                                          | ,175**                                         | -,053                                             | ,023                          | ,088                                            | -,092                                                   | -,008                                                      | ,219**              | 1                |

\*\* , 0.01 düzeyinde anlamlı korelasyonları göstermektedir.

\* , 0.05 düzeyinde anlamlı korelasyonları göstermektedir.

Yapılan korelasyon analizleri sonucunda dokunma yoksunluğu, genel duygu ifade zorluğu (GDİZ) ve heykeltıraş olma değişkenleriyle NFIPT total puanı arasında anlamlı ilişki saptanamamıştır ( $p > 0.05$ ). Buna bağlı olarak regresyon analizinin temel varsayımı olan ilişki koşulu sağlanamadığından total puanlar üzerinden regresyon analizi gerçekleştirilememiştir. Ancak korelasyon tablosu incelendiğinde dokunma yoksunluğu alt ölçeklerinin üçünün de toplam NFIPT puanıyla ilişkili olduğu görülmektedir. Çoklu regresyon analiziyle ilişkiler incelendiğinde *dokunma yokluğu*, *dokunmaya duyulan özlem* ve *dokunma için risk alabilme* değişkenleri birlikte NFIPT ile anlamlı bir ilişki ( $R = 0.46$ ,  $R^2_{\text{adjusted}} = 0.20$ ) sergilemiştir ( $F_{(3-262)} = 23.78$ ,  $p < 0.05$ ). Söz konusu üç değişken birlikte NFIPT değişkeninin % 20'sini açıklamaktadır. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre yordayıcı değişkenlerin NFIPT üzerindeki önem sırası dokunma yokluğu ( $\beta = -0.44$ ), dokunmaya duyulan özlem ( $\beta = 0.36$ ) ve dokunmak için risk alabilme ( $\beta =$

0.10) şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık testleri değerlendirildiğinde NFİPT üzerinde dokunma yokluğunun negatif yönde ( $p < 0.05$ ) ve dokunmaya duyulan özlemin ( $p < 0.05$ ) pozitif yönde anlamlı yordayıcılığa sahip olduğu söylenebilir (Bknz Tablo 5).

**Tablo 5. Dokunma Yoksunluğu alt ölçekleri ile NFİPT ilişkisi**

| Değişken                     | B                     | Standart Hata | B     | T     | P    |
|------------------------------|-----------------------|---------------|-------|-------|------|
| Sabit                        | 92.67                 | 3.87          |       | 23.93 | 0.00 |
| Dokunma Yokluğu              | -1.41                 | 0.19          | -0.44 | -7.27 | 0.00 |
| Dokunmaya Duyulan Özlem      | 2.10                  | 0.37          | 0.36  | 5.59  | 0.00 |
| Dokunma için Risk Alabilme   | 0.71                  | 0.41          | 0.10  | 1.74  | 0.08 |
|                              |                       |               |       |       |      |
| R = 0.46                     | R <sup>2</sup> = 0.21 |               |       |       |      |
| F <sub>(3-262)</sub> = 23.78 | p = 0.0               |               |       |       |      |
|                              |                       |               |       |       |      |

Genel duygu ifade zorluğunun (aleksitimi alt ölçeği) NFİPT ve alt ölçekleriyle ilişkisi korelasyon tablosunda incelendiğinde, yalnızca *Dokunmaya Dair Negatif Algı* alt ölçeğiyle ilişkili olduğu görülmüştür ( $r = 0.16$ ,  $p < 0.05$ ). İlişkinin yordayıcılığı basit doğrusal regresyon analiziyle incelendiğinde GDİZ, NFİPT'nin Dokunmaya Dair Negatif Algı alt ölçeğiyle anlamlı bir ilişki sergilemiştir ( $R = 0.16$ ,  $R^2_{\text{adjusted}} = 0.02$ ,  $F_{(1-264)} = 7.26$ ,  $p < 0.05$ ). GDİZ değişkeni Dokunmaya Dair Negatif Algının % 2'sini açıklamaktadır. Bu bulguya göre bireylerin duygu ifade zorluğu dokunmaya dair negatif düşüncelerini yordar. Benzer şekilde heykeltıraş olmanın da dokunmaya dair negatif algı ölçeğiyle ilişkisi basit doğrusal regresyon analiziyle incelendiğinde anlamlı bir ilişki görülmüştür ( $R = 0.17$ ,  $R^2_{\text{adjusted}} =$

0.02,  $F_{(1-264)} = 8.29$ ,  $p < 0.05$ ). Bu analize göre heykeltıraş olma dokunmaya dair negatif algının %2'sini açıklamaktadır.

Dolayısıyla araştırmanın “(H1) Dokunma yoksunluğu ve duyguları sözelleştirme zorluğu kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını pozitif yönde; heykeltıraş olma kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını negatif yönde yordayacaktır.” hipotezi doğrudan desteklenememekle birlikte, alt ölçeklerle gerçekleştirilen regresyon analizleri bu hipotezi farklı açılardan destekler niteliktedir.

Regresyon analizlerinin ardından, heykeltıraş olan ve olmayan iki grubun değişkenler açısından anlamlı bir farka sahip olup olmadığını görebilmek amacıyla aşağıdaki üç hipotez test edilmiştir:

H(2): Heykeltıraş olan bireylerin kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı heykeltıraş olmayan bireylerden azdır.

H(3): Heykeltıraş olan bireylerin dokunma yoksunluğu heykeltıraş olmayan bireylerden farklı değildir.

H(4): Heykeltıraş olan bireylerin duygu ifade zorluğu heykeltıraş olmayan bireylerden fazladır.

İki grubun NFİPT değerleri kıyaslandığında heykeltıraş olan bireylerin NFİPT puan ortalamaları ( $M = 83.87$ ,  $SD = 18.86$ ) ile heykeltıraş olmayan bireylerin puan ortalamaları ( $M = 88.03$ ,  $SD = 18.37$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır ( $t_{(264)} = 1.77$ ,  $p > 0.05$ ).

Bireylerin NFIPT ortalamaları heykeltıraş olup olmamalarına bağlı olarak istatistiksel açıdan anlamlı bir fark göstermemiştir.

GDİZ puanları kıyaslandığında ise, heykeltıraş olan bireylerin duygu ifade zorluğu puan ortalamalarının ( $M = 25.57$ ,  $SD = 11.29$ ) heykeltıraş olmayan bireylerin duygu ifade zorluğu puan ortalamalarından ( $M = 20.84$ ,  $SD = 9.54$ ) anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür ( $t_{(264)} = -3.65$ ,  $p < 0.05$ ). Benzer şekilde iki grubun genel aleksitimi puan ortalamalarında da anlamlı farka rastlanmıştır ( $t_{(264)} = -3.62$ ,  $p < 0.05$ ). Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü bu farkın az seviyede olduğunu gösterir ( $d = 0.22$ ).

Dokunma yoksunluğu puanları iki grup için kıyaslandığında heykeltıraş olan bireylerin dokunma yoksunluğu genel puan ortalamalarıyla ( $M = 31.31$ ,  $SD = 7.7$ ) heykeltıraş olmayan bireylerin genel puan ortalamaları ( $M = 30.9$ ,  $SD = 9.2$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ( $t_{(240)} = -0.39$ ,  $p > 0.05$ ). Yapılan t-test analizleri Tablo 6’da detaylıca incelenebilir.

**Tablo 6. Ölçeklerin Puan Ortalamalarının İki Grup için Karşılaştırılması**

|                              | Gruplar             | N   | $\bar{x}$ | S     | t     | p    |
|------------------------------|---------------------|-----|-----------|-------|-------|------|
| <b>Genel Aleksitimi</b>      | Heykeltıraş olan    | 101 | 68.64     | 27.15 | -3.62 | 0.00 |
|                              | Heykeltıraş olmayan | 165 | 57.35     | 22.98 |       |      |
| <b>Duygu İfade Zorluğu</b>   | Heykeltıraş olan    | 101 | 25.57     | 11.29 | -3.65 | 0.00 |
|                              | Heykeltıraş olmayan | 165 | 20.84     | 9.54  |       |      |
| <b>Dokunma Yoksunluğu</b>    | Heykeltıraş olan    | 101 | 31.31     | 7.74  | -0.39 | 0.69 |
|                              | Heykeltıraş olmayan | 165 | 30.90     | 9.29  |       |      |
| <b>K.İ. Dokunma İhtiyacı</b> | Heykeltıraş olan    | 101 | 83.87     | 18.86 | 1.77  | 0.07 |
|                              | Heykeltıraş olmayan | 165 | 88.03     | 18.37 |       |      |

Son olarak yan amaçlar doğrultusunda, dokunma yoksunluğu ve duygu ifade zorluğu değişkenlerinin birbirleriyle olan ilişkileri incelenmiştir. Yapılan basit doğrusal korelasyon analizine göre, beklenildiği gibi bireylerin duygu ifade zorluğu puanlarıyla dokunma yoksunluğu puanları arasında anlamlı pozitif korelasyon bulunmaktadır ( $r = 0.14, p < 0.05$ ). Bu iki değişken arasındaki ilişkinin yordayıcı bir yönü olup olmadığını görebilmek amacıyla H(5): “Dokunma yoksunluğu duygu sözelleştirme zorluğunu yordar.” hipotezi de araştırılmıştır. Yapılan basit doğrusal regresyon analizine göre dokunma yoksunluğu ile duygu sözelleştirme zorluğu arasındaki yordayıcı /yordanan ilişkisi anlamlıdır ( $R = 0.14, R^2 = 0.02, F_{(1-264)} = 5.82, p < 0.05$ ). Dokunma yoksunluğu duygu sözelleştirme zorluğunun % 2’sini açıklamıştır.

## BÖLÜM III

### SONUÇLAR VE TARTIŞMA

Bu araştırmada bireylerin kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacına etki eden faktörlerin anlaşılması amaçlanmıştır; bu doğrultuda dokunma yoksunluğu, duygu ifade zorluğu ve heykeltıraş olmanın yordayıcı etkisi araştırılmıştır. Dokunma ile ilgili çalışmalar kısıtlıdır (Stack, 2001). Mevcut çalışmaların neredeyse tamamı deneysel ve gözlemsel metotları içerir (Beßler ve ark., 2020). Dokunmaya dair birtakım kavramların öz bildirim ölçekleriyle ölçümlenebilmesi adına yapılan çalışmalar ise son 20 yıla ait çalışmalardır (Nuszbbaum ve ark., 2014; Punyanunt Carter, 2009). Türkiye’de bu ölçeklerin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları dahi henüz yapılmamıştır. Bu sebeple, bu araştırma için ilk etapta Dokunma Yoksunluğu ölçeği ve Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı ölçeği Türkçeye uyarlanmış; geçerlik ve güvenirlik analizleri ilk kez gerçekleştirilmiştir.

Demografik değişkenler incelendiğinde cinsiyet faktörü göze çarpar. Dokunma davranışının ve tercihinin cinsiyete bağlı olarak farklılaştığını öne süren çalışmalar bulunmakla birlikte; bu araştırmada beyanı kadın olan ve erkek olan bireylerin dokunma ihtiyaçları arasında anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir (Hertenstein ve Keltner, 2011). Benzer şekilde romantik ilişki durumu da gruplar arasında herhangi bir farka sebep olmamıştır. Cinsiyet ve romantik ilişki durumunun dokunma yoksunluğu üzerinde etkisi olmadığını gösteren çalışmalar düşünüldüğünde, bu faktörlerin kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı ile de ilişkili çıkmaması tutarlı görülebilir (Beßler ve ark.,2020). Bir diğer değişken evcil hayvan sahibi olmaktır. Young ve arkadaşları (2020) nitel bir çalışmada Covid-19

sürecinde bireylerin evcil hayvanlarıyla fiziksel temasta bulunmasının, rahatlatıcı ve dinlendirici olmasına bağlı olarak genel iyi oluş hallerine katkı sağladığını göstermiştir. Bu sebeple etkisi araştırılan bu değişkenin de dokunma ihtiyacı açısından bir fark yaratmadığı görülmüştür. Benzer şekilde mezuniyet durumunun, yaşam alanı paylaşımının gruplararası farklar incelendiğinde kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı üzerinde anlamlı etkisi yoktur. Bu faktörlerin gruplararası farklar incelendiğinde anlamlı fark yaratmadığı görülmekle birlikte, çapraz durumlar sebebiyle fark etkisi görülememiş olabilir. Gruplararası farklar incelendiğinde anlamlı fark etkisi görülen tek etken terapi almış olmaktır. Terapi almış olan bireylerin kişilerarası ilişkilerdeki dokunma ihtiyacı, terapi almamış bireylere göre anlamlı derecede yüksektir. Bildiğimiz gibi psikoterapi süreci-farklı ekollerde yöntemi ve odağı değişse de- genel anlamda içgörüye odaklanarak bireylerin içsel çatışmaları ve ihtiyaçlarıyla ilgili farkındalıklarının artmasını sağlar (Kunczewicz, Lachowicz-Tabaczek ve Załuski, 2014; Levitt, Pomerville ve Surace, 2016). Dolayısıyla psikoterapi almış bireylerin dokunma ihtiyaçlarına dair içgörülerinin daha yüksek olması gruplarındaki bu farkı belirleyen bir etken olabilir. Bir diğer yandan dokunma yoksunluğunun negatif psikolojik etkilerini gösteren çalışmalar düşünüldüğünde, psikolojik sıkıntı yaşama halinin terapi alma ile dokunma ihtiyacı için ortak bir belirleyici olup olmadığı da araştırılması gereken noktalar arasında değerlendirilebilir (Beßler ve ark., 2020; Field, 2002; Gallace ve Spence, 2010; Punyanunt-Carter, 2009; Stein ve Sanfilipo, 1985).

Araştırmanın yordayıcı değişkenleri sırasıyla incelendiğinde; genel dokunma yoksunluğu, kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı ile ilişkili çıkmamıştır. Ancak alt ölçeklere bakıldığında *dokunma yokluğu* ve *dokunmaya duyulan özlemin*

yordayıcı rol oynadığı görülmüştür. Bireylerin deneyimlediği dokunma yokluğu, dokunmaya duydukları ihtiyacın azalmasını yordarken; dokunmaya duydukları özlem ihtiyaçlarının artmasını yordamıştır. Dokunmaya duyulan özlemin ihtiyacı pozitif yönde yorduyor olması; dokunmaya duyulan istekle, dokunmanın sıklığının ilişkili olduğunu gösteren çalışmaları destekler (Beßler ve arkadaşları, 2020). Ancak dokunma yokluğunun ters yönde ilişkili çıkması düşündürücü bulunmuştur. Bireyin dokunmaya ilişkin yokluk hissi arttıkça dokunmaya dair ihtiyacı azalıyor görünmektedir. Yoğun duygusal yoksunluk karşısında, zaman zaman bireylerin bir duygu düzenleme tepkisi olarak donma veya kaçınma göstermesi bu noktada göz önünde bulundurulması gereken noktalardan biri olabilir (Aldao, Nolen-Hoeksema ve Schweizer, 2010).

Dokunma yoksunluğu ölçeği “Birinin-herhangi birinin- bana dokunmadığı günler olur.” gibi maddelere ve Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı ölçeği “Genellikle insanlarla fiziksel temas kurmaktan kaçınırım.” gibi maddelere yer vermektedir. Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı ölçeği çok daha geniş bir açıdan, bireyin genel sosyal ortamlardaki temas ihtiyacına odaklanır ancak bireyin yakın ilişkilerinde veya romantik ilişkilerindeki beklentilerine yer veren bir alt ölçeği içermez. Ancak dokunulan/ dokunan kişinin ilişkisel konumunun bireylerin dokunma davranışına verdikleri tepkiyi farklılaştırdığı bilinmektedir (Saarinen ve ark., 2021; Suvilehto ve ark., 2015). Dolayısıyla bireyler yaşantıladıkları dokunma yoksunluğunu sosyal bir ortamda iletişim esnasında temas kurma üzerinden gidermeye çalışmıyor, bu yoksunluğu yakın / romantik ilişkilerde karşılamaya çalışıyor da olabilirler. Bu durum kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı ölçeğinin sınırlılığı olarak göz önünde bulundurulabilir. Bir diğer yandan dokunma yoksunluğu her birey için bir ihtiyaca

dönüşmüyor olabilir ya da yoksunluk yaşayan bireyler ihtiyaçlarını fark edemiyor, bu sebeple öz bildirime dayalı bu ölçekte yansıtamıyor da olabilirler. Örneğin Debrot ve arkadaşları (2020) güncel bir çalışmalarında kaçınan bağlanmanın dokunmaya dair negatif tutumla ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Benzer şekilde sosyal kaygısı olan (Lapp ve Croy, 2020) ve depresyon içindeki bireylerin ( Triscoli ve ark., 2018) dokunmaya dair daha kaçınmacı bir tutum sergiledikleri, post travmatik stres bozukluğu olan (Badura Brack ve ark., 2015) ve otizm spektrumundaki (Kaiser ve ark., 2016) bireylerin tehdit edici olmayan dokunsal uyarılara dahi yüksek tepkiler verebildikleri bilinmektedir. Bu ve benzeri durumlar, dokunma yokluğuna farklı biçimde reaksiyon gösteren bireylerde yoksunluğun ölçümlenmesini zorlaştırmış olabilir. Bu bağlamda katılımcılara psikolojik iyi oluş ölçeğinin verilmemesi de araştırmanın sınırlılığı olarak değerlendirilebilir. Sonuç olarak dokunma yokluğuna ilişkin maddeler her birey için yokluk deneyimini ölçümlerken, bu yokluğa verilen tepkiler açısından ölçek yalnızca “dokunmaya duyulan özlem” tepkisini kapsamakta, yokluğa verilen alternatif tepki biçimlerini içermemektedir. Bu da dokunma yoksunluğu ölçeğinin sınırlılığı olarak değerlendirilebilir.

Bir diğer yordayıcı değişken duygu ifade zorluğudur. Literatürde duygu ifade zorluğu ve kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı ilişkisine direkt ya da dolaylı şekilde bakan bir çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmada ilk defa incelenmekle birlikte duygu ifade zorluğunun kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı üzerinde yordayıcı bir etkisi bulunmamıştır. Bu durum ölçümle ilgili bir sınırlılıktan kaynaklanmış da olabilir: dokunma ihtiyacına yönelik maddelerin duygularla direkt ilişkili olması sebebiyle duygu ifade zorluğu yaşayan bireyler, bu ölçekteki maddelere yanıt vermekte güçlük çekmiş olabilirler. Duygularını sözle ifade etmede

zorlanan bireyler ihtiyaçlarını anlama ve sözle aktarmada da glk yaşırlar (Sifneos, Apfel ve Frankel, 1977). Ancak detaylı analizlerde genel duygu ifade zorluğunun, kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı-*dokunmaya dair negatif algı* alt ölçeğini pozitif yönde yordadığı gözlemlenmiştir. Bireylerin duygularını ifadede zorlanması her ne kadar genel dokunma ihtiyacıyla ilişkili bulunmasa da dokunmaya dair negatif algıyla ilişkili çıkmıştır. Bu sonuca göre, bireyler duygularını ifade etmekte zorlandıkça dokunmaya (sarılma, tokalaşıma) dair de negatif hissetmektedirler. Dokunma da bir duygu ifade aracı olduğu için kişide benzer bir zorlanti yaratıyor olabilir (App ve ark., 2011).

Benzer şekilde, heykeltıraş olmanın da kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı üzerinde anlamlı bir yordayıcılığa sahip olmadığı ancak dokunmaya dair negatif algı alt ölçeğiyle anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Dolayısıyla bu araştırmaya göre bireylerin günlük yaşamlarında dışavurumsal dokunsal bir malzemeye ilgilenme sıklıklarının, sosyal yaşamlarındaki kişilerarası temas eğilimlerini anlamlı biçimde etkilemediği söylenebilir. Bu bulgu, terapi odasında danışana sağlanacak dokunsal dışavurum araçlarının da danışanın kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını etkilemeyeceğini düşündürmüştür. Terapi almış bireylerin kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı düzeylerinin daha yüksek olduğu bulgusuyla birlikte değerlendirildiğinde, farkındalığın kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacı üzerinde dokunsal dışavurumdan daha fazla etkiye sahip olduğu düşünülebilir. Heykeltıraş olmanın dokunmaya dair negatif algıyı yorduyor olması ise bu grubun daha yoğun biçimde duygu ifade zorluğu yaşıyor olması bulgusuyla ilişkilendirilebilir. Genel duygu ifade zorluğu açısından heykeltıraş olan ve olmayan gruplar kıyaslandığında beklenildiği gibi heykeltıraşların duygularını sözel yolla

ifade etmekte daha çok zorlanıya yaşadıkları görülmüştür. Her iki grup için de genel duygu ifade zorluğu puanları norma yakındır ve aleksitimi düzeyinde değildir (Bilge ve Bilge, 2020). Ancak heykeltıraş grup sözel olarak duygu ifadesinde heykeltıraş olmayan gruptan daha çok zorluk yaşamaktadır. Bu bulgu Botella ve Zenasni'nin (2011) sanatçılarla gerçekleştirdiği araştırmasını destekler niteliktedir. Bu araştırmaya göre sanatçılar duygu sözelleştirme, duygu tanımlama ve duyguları analiz etme açısından sanatçı olmayan bireylere göre daha fazla zorlanıya yaşarlar. Dokunma yoksunluğu ve kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiya ı açısından gruplar kıyaslandığında ise anlamlı bir fark görülmemiştir. Dolayısıyla bu araştırmaya göre dokunma yoksunluğu ve dokunmaya duyulan ihtiyaç; kişinin günlük yaşamında bir malzemeye dışavurum amacıyla temas etmesi ve dokunsal dışavurumu aktif olarak kullanmasıyla ilişkili değildir.

Yan amaçlar doğrultusunda dokunma yoksunluğu ve duygu ifade zorluğu ilişkisi incelendiğinde ise dokunma yoksunluğunun duygu sözelleştirme zorluğunu yordadığı görülmüştür. Dokunma yoksunluğunun dil gelişiminde sorunlara yol açtığı, aleksitiminin ise duygunun dilsel olarak işlemlenmesini engellediği düşünüldüğünde bu iki kavramın ilişkili çıkması literatürdeki diğer çalışmaları destekler niteliktedir (Field, 2002; Taylor, 1984). Ayrıca dokunma yoksunluğunun sebep olduğu çok sayıda psikolojik rahatsızlık ( rn. Be ler ve ark., 2020; Field, 2002; Hart ve ark., 1998) beraberinde duygu ifade zorluğunu getirmiş olabilir. Bu iki değişken arasında depresyon, kaygı, sinirlilik gibi psikolojik sorunların aracı rolü olup olmadığı gelecek araştırmalarda incelenebilecek konular arasında yer alabilir.

Sonuc olarak bu araştırmada; dokunmaya duyulan  zlem dokunmaya duyulan ihtiya ı pozitif yönde yordarken; dokunma yokluğu deneyimleme dokunma

ihtiyacını negatif yönde yordamıştır. Duyguları ifadede zorlantı yaşama ve heykeltıraş olma ise dokunmaya dair negatif algıyı yordayan değişkenler arasındadır. Duyguları ifadede zorlantı yaşama hali heykeltıraşlarda daha yoğundur ve dokunma yoksunluğu duygu ifade zorlantısının etken faktörlerinden biridir.

Araştırmanın sınırlılıkları düşünüldüğünde her ne kadar ölçümlerle ilgili teknik önlemler alınsa da internet üzerinden katılımcılara ulaşmanın yarattığı bir takım sorunlar veriyi ve dolayısıyla analizi etkilemiş olabilir (Barak, 2002). NFIPT ölçeğinde 7’li likert derecelendirme sisteminin telefon ekranlarına tam olarak sığmaması ve sağa sola kaydırma gereksinimi, telefon ve bilgisayar üzerinden cevaplanan ölçeklerde dikkat faktörünün etkisi göz önünde bulundurulması gereken noktalardır. Ayrıca çevrimiçi olarak ulaşılan bireyler teknolojiyle iç içe, sosyal medya kullanan bireyleri kapsamaktadır (Barak, 2002). Dolayısıyla araştırma sonucunun genellenebilirliği teknoloji kullanımına bağlı olarak sınırlanmıştır. Bir diğer yandan öz bildirim ile ölçülen kavramlar öznel algıya dayalı olduğu için bireylerin “algıladıkları” yoksunluk ve ihtiyacın ölçümlenebildiği belirtilmelidir. Ölçeklerin Türkçeye uyarlanması ve geçerlik için veri toplama sürecinde katılımcılardan gelen geri bildirimler göz önüne alındığında; dokunma yoksunluğu ölçeğinin maddeleri kişilerin dokunulma/temas alma yoksunluğu üzerinde yoğunlaşmıştır. Edilgen ve pasif yapıli cümlelerin ağırlıkta olduğu bu ölçek dokunma ve dokunulmanın birbirinden ayrı kavramlar olup olmadığını düşündürmüştür. Bazı katılımcılar dokunma yoksunluğu ölçeğinde yer alan maddelere, karşısındaki kişinin kadın veya erkek oluşuna, ilişki biçimine (eş, arkadaş, aile vb.), samimiyet düzeyine bağlı olarak farklı puan vereceklerini bildirmişlerdir. Bu geri bildirimler, temas edilen kişinin yakınlığı ve cinsiyetinin teması algılama biçimine etki ettiğini öne

süren çalışmaları destekleyici niteliktedir (Kashdan ve ark.,2017; Suvilehto ve ark., 2015). Ölçeğin bu bağlamda alt faktörlere yer veren bir yapısının olmaması limitasyonları arasında değerlendirilmelidir. Dokunma ve dokunulma kültürel açıdan tabu olma niteliğini belli alanlarda korumaya devam ettiği için, bazı katılımcılar bazı maddelerde “ellenmek” gibi algıladıklarını ve istenmeyen bir dokunma düşünerek yanıtladıklarını belirtmiştir. Dokunmanın kültürden kültüre farklı algılandığını da gösteren çalışmaları da (Örn. McDaniel ve Andersen, 1998) göz önüne aldığımızda yapılan araştırmanın genellenebilirliğinin Türkiyeli üniversite düzeyindeki bireylerle sınırlı olduğu söylenebilir. Yine ölçek maddelerinde yer alan “diğerleri tarafından dokunulmak” şeklindeki ibareler bazı katılımcılarda belirsizlik yarattığından verilen cevaplara etki etmiştir. NFIPT ölçeği için bazı katılımcılar “karşı cins ve hemcins” ifadelerini açık bulmadıklarını ve ayrımcı bulduklarını belirtmiştir. Bu ifadelerin ikili cinsiyet sınıflandırması dışındaki bireyler için kapsayıcı ifadeler olmaması araştırmaya katılan üç bireyin yanıtlarını etkilemiş olabilir. Dönemsel açıdan düşünüldüğünde ise araştırmanın Covid-19 pandemisinde gerçekleştirilmesi katılımcıların hissettiği dokunma yoksunluğu ve ihtiyacı üzerinde ortak bir etki yaratmış olabilir.

Bahsi geçen sınırlılıklara rağmen bu araştırmanın; iki yeni ölçeğin Türkçeye kazandırılması, ilişkisi henüz araştırılmamış kavramlara ve değişkenlere odaklanmış olması açısından literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırmada dokunsal sanatsal malzemeye dokunmanın kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacımızı telafi edebilen bir yerde olmadığı fikri desteklenmiştir. Dolayısıyla cansız bir nesneye temas kişinin bu kişilerarası ihtiyacını doyurabileceği bir alan sağlamıyor olabilir. Dolayısıyla dokunsal malzeme, bireyin kişilerarası temas

ihtiyacını gidermesi için bir alternatif olarak görülememekle beraber bu ihtiyacı anlatabilmeleri için bir ifade alanı olarak varlığını sürdürüyor olabilir. Çünkü bu araştırmada heykeltıraşların duygu sözelleştirme zorluğu anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Bu sonuç heykeltıraşları dokunsal bir araca yönelten dinamikleri bizlere yeniden düşündürmüştür. Ayrıca bu araştırmada duygularını sözelleştirme zorluğu yaşayan bireylerin dokunmaya dair de negatif tutum içinde olduğu görülmüştür. Dolayısıyla duygu sözelleştirme zorluğu bireylerin tüm diğer duygu ifade kanallarındaki (yüz, beden, temas) zorlukla ilişkili olabilir. Dolayısıyla sözel terapilerde ifade zorluğu yaşayan bireyler aynı tıkanma ya da ketlenme durumunu alternatif görülen terapi yöntemlerinde de deneyimleyebilirler.

Gelecek araştırmalarda, dokunma koşulu yaratılan deneysel araştırma tasarımlarıyla birçok farklı faktörün etkisi incelenebileceği gibi mevcut öz bildirim ölçekleri geliştirilerek çok daha güvenilir ve geçerli ölçümler yapılabilir. Bu araştırmanın sonuçları da göz önüne alınarak terapi almış olmanın kişilerarası ilişkilerde dokunma ihtiyacını ne açıdan etkilediği, psikolojik problemlerin bu ihtiyaç üzerinde etki edip etmediği, dokunma yokluğuna verilen farklı yoksunluk tepkileri, bağlanma stilleri ve duygu düzenlemenin etkisi sonraki araştırmalarda incelenebilecek konular arasında yer alır.

## KAYNAKÇA

- Ackerley, R., Backlund Wasling, H., Liljencrantz, J., Olausson, H., ve Johnson, R.D., Wessberg, J. (2014). Human C-tactile afferents are tuned to the temperature of a skin-stroking caress. *Journal of Social Neuroscience*. 34, 2879–2883. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2847-13>.
- Aguilera, D. C.(1967). Relationships between physical contact and verbal interaction in nurses and patients. *Journal of Psychiatric Nursing*, 5, 5-21.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Alagna, F. J., Whitcher, S. J., Fisher, J. D., ve Wicas, E. A. (1979). Evaluative reaction to interpersonal touch in a counseling interview. *Journal of Counseling Psychology*, 26(6), 465-472.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., ve Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237. doi:10.1016/j.cpr.2009.11.004.
- Alyn, J. H. (1988). The politics of touch in therapy: A response to Willison and Masson. *Journal of Counseling ve Development*, 66(9), 432-433. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1988.tb00906.x>
- Anderson, E. (1995). Catharsis and empowerment through group claywork with incest survivors. *The Arts in Psychotherapy*, 22(5), 413-427.
- Apfel, R.J., Sifneos, P.E., (1979). Alexithymia: Concept and measurement. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 32, 180-190.

- App, B., McIntosh, D. N., Reed, C. L., ve Hertenstein, M. J. (2011). Nonverbal channel use in communication of emotion: How may depend on why. *Emotion*, 11(3), 603-617. <https://doi.org/10.1037/a0023164>
- Appalachian Expressive Arts Collective (2003). *Expressive arts therapy: Creative process in art and life*. North Carolina: Parkway Publishers.
- Badura-Brack, A. S., Becker, K. M., McDermott, T. J., Ryan, T. J., Becker, M. M., Hearley, A. R., ... Wilson, T. W. (2015). Decreased somatosensory activity to non-threatening touch in combat veterans with posttraumatic stress disorder. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 233(2), 194–200. doi:10.1016/j.pscychresns.2015.06.012
- Bacorn, C. N., ve Dixon, D. N. (1984). The effects of touch on depressed and vocationally undecided clients. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 488-496.
- Bagby, R. M., Parker, J. D. A., ve Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia scale—I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research*, 38(1), 23-32. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(94\)90005-1](https://doi.org/10.1016/0022-3999(94)90005-1)
- Bağcı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Balint, M. (1968). *The Basic Fault: Therapeutic Aspects of Regression*. (s.94). London: Tavistock.
- Bankier, B., Aigner, M., ve Bach, M. (2001). Alexithymia in DSM-IV disorder: Comparative evaluation of somatoform disorder, panic disorder, obsessive-compulsive disorder, and depression. *Psychosomatics*, 42(3), 235-240. <https://doi.org/10.1176/appi.psy.42.3.235>

- Barak, A., ve English, N. (2002). Prospects and Limitations of Psychological Testing on the Internet. *Journal of Technology in Human Services*, 19(2-3), 65–89. doi:10.1300/j017v19n02\_06
- Barnett, K. (1972). A theoretical construct of the concepts of touch as they relate to nursing. *Nursing Research*, 21, 102–110
- Behar-Horenstein, L. S. ve Genet-Sigel, J. (1999). *The Art and Practice of Dance/Movement Therapy*. USA: Pearson Custom Publishing.
- Bentler, P. M., ve Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588–606. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.88.3.588>
- Beßler, R., Bendas, J., Sailer, U., ve Croy, I. (2020). The “Longing for Interpersonal Touch Picture Questionnaire”: Development of a new measurement for touch perception. *International Journal of Psychology*, 55(3), 446-455. <https://doi.org/10.1002/ijop.12616>
- Bilge, Y., ve Bilge, Y. (2020). The measurement of attention-appraisal model of alexithymia: Psychometric properties of the Perth Alexithymia Questionnaire in Turkish. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 21(2), 71. <https://doi.org/10.5455/apd.133183>
- Bolton, E. E., Glenn, D. M., Orsillo, S., Roemer, L., ve Litz, B. T. (2003). The relationship between self-disclosure and symptoms of posttraumatic stress disorder in peacekeepers deployed to Somalia. *Journal of Traumatic Stress*, 16(3), 203-210. <https://doi.org/10.1023/A:1023754820991>

- Bonitz, V. (2008). Use of physical touch in the “talking cure”: A journey to the outskirts of psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 45(3), 391-404. <https://doi.org/10.1037/a0013311>
- Borens, R., Crosse-Schulte, E., Jaensch, W., ve Kortemme, K.H.(1977). Is "alexithymia" but a social phenomenon? *Psychotherapy and Psychosomatics*, 28, 193-198.
- Botella, M., Zenasni, F., ve Lubart, T. (2011). Alexithymia and affect intensity of art students. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 5(3), 251–257. <https://doi.org/10.1037/a0022311>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. New York: Basic Books.
- Breuer, J.,ve Freud, S. (1957). *Studies in hysteria* (1893–1895). New York: Basic Books.
- Buck, R. (1984). *The communication of emotion*. New York: Guilford Press.
- Burgoon, J. K., Walther, J. B., ve Baesler, E. J. (1992). Interpretations, evaluations, and consequences of interpersonal touch. *Human Communication Research*, 19(2), 237-263. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1992.tb00301.x>
- Burton, A., ve Heller, L.(1964). The touching of the body. *Psychoanalytic Review*, 51, 122-134.
- Carano, A., De Berardis, D., Gambi, F., Di Paolo, C., Campanella, D., ... Pelusi, L. (2006). Alexithymia and body image in adult outpatients with binge eating disorder. *International Journal of Eating Disorders*, 39(4), 332-340. <https://doi.org/10.1002/eat.20238>
- Carolyn, J.H.(2014). Human touch effectively and safely reduces pain in the newborn intensive care unit. *Pain Management Nursing*, 15(1),107-15
- Carpenter, L., ve Chung, M. C. (2011). Childhood trauma in obsessive compulsive disorder: The roles of alexithymia and attachment. *Psychology and Psychotherapy:*

- Theory, Research and Practice*, 84(4), 367-388. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2010.02003.x>
- Cigales, M., Field, T., Lundy, B., Cuadra, A., ve Hart, S. (1997). Massage enhances recovery from habituation in normal infants. *Infant Behavior and Development*, 20(1), 29-34. [https://doi.org/10.1016/S0163-6383\(97\)90058-8](https://doi.org/10.1016/S0163-6383(97)90058-8)
- Coan, J. A., Schaefer, H. S., ve Davidson, R. J. (2006). Lending a hand: Social regulation of the neural response to threat. *Psychological Science*, 17(12), 1032-1039. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01832.x>
- Crusco, A. H., ve Wetzel, C. G. (1984). The midas touch: the effects of interpersonal touch on restaurant tipping. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 10, 512–517. doi: 10.1177/0146167284104003
- Debrot, A., Stellar, J. E., MacDonald, G., Keltner, D., ve Impett, E. A. (2020). Is Touch in Romantic Relationships Universally Beneficial for Psychological Well-Being? The Role of Attachment Avoidance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 47(10):1495-1509. doi:10.1177/0146167220977709
- Dereboy, F.(1990). *Aleksitimi özbildirim ölçeklerinin psikometrik özellikleri üzerine bir çalışma* (Yayınlanmamış uzmanlık tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Diamantopoulos, A. (2000). Getting started with data analysis: choosing the right method. *The Marketing Review*, 1(1), 77–87. doi:10.1362/1469347002523446
- Duan, X., Dai, Q., Gong, Q., ve Chen, H. (2010). Neural mechanism of unconscious perception of surprised facial expression. *NeuroImage*, 52(1), 401-407. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2010.04.021>
- Durak-Batıgün, A. ve Büyüksahin, A. (2008). *Aleksitimi: Psikolojik belirtiler ve bağlanma stilleri*. *Klinik Psikiyatri*, 11, 105-114.

- Durana, C. (1994). The use of bonding and emotional expressiveness in the PAIRS Training. *Journal of Family Psychotherapy*, 5(2), 65-81.  
[https://doi.org/10.1300/j085V05N02\\_05](https://doi.org/10.1300/j085V05N02_05)
- Durana, C. (1998). The use of touch in psychotherapy: Ethical and clinical guidelines. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 35(2), 269-280.  
<https://doi.org/10.1037/h0087817>
- Ebisch, S.J.H., Ferri, F., Romani, G.L., ve Gallese, V., (2014). Reach out and touch someone: anticipatory sensorimotor processes of active interpersonal touch. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 26, 2171–2185. [https://doi.org/10.1162/jocn\\_a\\_00610](https://doi.org/10.1162/jocn_a_00610).
- Edwards, D. J. A. (1981). The role of touch in interpersonal relations: Implications for Psychotherapy. *South African Journal of Psychology*, 11(1), 29-37.  
<https://doi.org/10.1177/008124638101100104>
- Eibl-Eibesfeldt, I. (1989). *Human ethology* (s.430-437). New York: Aldine de Gruyter.
- Ekman, P., ve Rosenberg, E. L. (2005). *What the face reveals: Basic and applied studies of spontaneous expression using the facial action coding system (FACS)* (2.baskı). New York: Oxford University Press.
- Ellingsen, D. (2015). How do c- tactile skin afferents contribute to erotic affect? *The Journal of Sexual Medicine*, 12(7), 1656. <https://doi.org/10.1111/jsm.12929>
- Emunah, R. (1994). *Acting for real: Drama therapy process, technique, and performance*. New York: Brunner/Mazel Publishers.
- Erceau, D., ve Guéguen, N. (2007). Tactile contact and evaluation of the toucher. *The Journal of Social Psychology*, 147(4), 441-444.  
<https://doi.org/10.3200/SOCP.147.4.441-444>

- Erden, D. (2005). Farklı yetiştirme koşullarının aleksitimi, depresyon ve psikiyatrik belirtilerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 8, 60-66.
- Eren N.(1998). *Psikotik ve borderline hasta gruplarında sanatla psikoterapi sürecinin incelenmesi* ( Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Espina, A. (2003). Alexithymia in parents of daughters with eating disorders. *Journal of Psychosomatic Research*, 55(6), 553-560. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(03\)00016-3](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(03)00016-3)
- Essick, G.K., McGlone, F., Dancer, C., Fabricant, D., Ragin, Y., Phillips, N., Jones, ve T., Guest, S. (2010). Quantitative assessment of pleasant touch. *Neuroscience of Biobehavior Review*. 34, 192–203. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2009.02.003>
- Feldman, R., Eidelman, A.I., Sirota, L., ve Weller, A.(2002). Comparison of skin-to-skin (kangaroo) and traditional care: Parenting outcomes and preterm infant development. *Pediatrics*, 110, 16-26.
- Field, T., Schanberg, S., Scafidi, F., Bauer, C. R., Vega-Lahr, N., Garcia, R., Nystrom, J., Kuhn, C.M. (1986). Tactile/ kinesthetic stimulation effects of preterm neonates. *Pediatrics*, 77(5), 654–658.
- Field, T. (2001). *Touch*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Field, T. (2002). Infants' Need for Touch. *Human Development*, 45(2), 100-103. <https://doi.org/10.1159/000048156>
- Field, T. (2019). Social touch, CT touch and massage therapy: A narrative review. *Developmental Review*, 51, 123-145. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2019.01.002>
- Fisher, J. D., Rytting, M., ve Heslin, R. (1976). Hands touching hands: affective and evaluative effects of an interpersonal touch. *Sociometry*, 39(4), 416. <https://doi.org/10.2307/3033506>

- Flannery, D. J. (1993) Affective expression and emotion in early adolescence: An introduction. *Journal of Early Adolescence*, 13(4), 356-360.
- Fosshage, J. L. (2000). The meaning of touch in psychoanalysis: A time for reassessment. *Psychoanalytic Inquiry*, 20(1), 21-43. <https://doi.org/10.1080/07351692009348873>
- Freud, S. (1995). *Sanat ve sanatçılar üzerine*. (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Freyberger, H. (1977). Supportive psychotherapeutic techniques in primary and secondary alexithymia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 28, 337–342.
- Fricchione, G., ve Howanitz, E. (1985). Aprosodia and alexithymia: A case report. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 43(3), 156-160. <https://doi.org/10.1159/000287873>
- Fromm-reichmann, F. (1950). *Principles of intensive psychotherapy*. Chicago: University of Chicago.
- Fuchs, L. L. (1975). Reflections on touching and transference in psychotherapy. *Clinical Social Work Journal*, 3(3), 167-176. <https://doi.org/10.1007/BF02142508>
- Gallace, A., ve Spence, C. (2010). The science of interpersonal touch: An overview. *Neuroscience ve Biobehavioral Reviews*, 34(2), 246-259. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2008.10.004>
- Gazzola, V., Spezio, M. L., Etzel, J. A., Castelli, F., Adolphs, R., ve Keysers, C. (2012). Primary somatosensory cortex discriminates affective significance in social touch. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 109(25). <https://doi.org/10.1073/pnas.1113211109>

- Geib, P. (1982). *The experience of nonerotic contact in traditional psychotherapy: A critical investigation of the taboo against touch*. Dissertation Abstracts International, 43
- Georgopoulos, A.P. (1976). Functional properties of primary afferent units probably related to pain mechanisms in primate glabrous skin. *Journal of Neurophysiology*, 39, 71–83.
- Glickhauf-Hughes, C., ve Chance, S. (1998). An individualized and interactive object-relations perspective on the use of touch in psychotherapy. E. W. L. Smith, P. R. Clance ve S. Imes (Ed.), *Touch in psychotherapy: Theory, research, and practice* içinde (s. 153–169). New York: The Guilford Press.
- Gratz, K. L., ve 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, 41-54.
- Grewen, K. M., Anderson, B. J., Girdler, S. S., ve Light, K. C. (2003). Warm partner contact is related to lower cardiovascular reactivity. *Behavioral Medicine*, 29(3), 123-130. <https://doi.org/10.1080/08964280309596065>
- Gurman, A. (1977). The patient's perception of the therapeutic relationship. A. Gurman and A. Razin (Ed.), *Effective psychotherapy: A handbook of research* içinde (s. 503-543). New York: Pergamon.
- Güleç, H., Sayar, K. ve Özkorumak, E., (2005). Depresyonda bedensel belirtiler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16, 90-96.
- Hall, E. T. (1963). A system for the notation of proxemic behavior. *American Anthropologist*, 65(5), 1003-1026. <https://doi.org/10.1525/aa.1963.65.5.02a00020>

- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13, 573–685.
- Harper, Douglas. (2001-2022). *Online etymology dictionary*. <http://www.etymonline.com> adresinden edinilmiştir. Erişim tarihi: 24 Mart 2022.
- Harrison, L. L. (2001). The use of comforting touch and massage to reduce stress for preterm infants in the neonatal intensive care unit. *Newborn and Infant Nursing Reviews*, 1(4), 235-241. <https://doi.org/10.1053/nbin.2001.28103>
- Hart, S., Field, T., Hernandez- Reif, M., ve Lundy, B. (1998). Preschoolers' cognitive performance improves following massage. *Early Child Development and Care*, 143(1), 59-64. <https://doi.org/10.1080/0300443981430105>
- Heiberg A, Heiberg A. (1978). A possible genetic contribution to the alexithymia trait. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 30, 205-210.
- Heller, M. A., ve Clark, A. (2008). Touch as a "reality sense" In J. J. Rieser, D. H. Ashmead, F. F. Ebner, ve A. L. Corn (Ed.), *Blindness and brain plasticity in navigation and object perception* içinde. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Hemenover, S. H. (2003). The good, the bad, and the healthy: Impacts of emotional disclosure of trauma on resilient self-concept and psychological distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(10), 1236-1244. <https://doi.org/10.1177/0146167203255228>
- Henley, N. M.(1973). The politics of touch. P. Brown (Ed.), *Radical psychology* içinde. New York: Harper ve Row.
- Hermann, I. (1930). *L'Instinct filial*. Paris: Denoel.
- Herrington, C. J., ve Chiodo, L. M. (2014). Human touch effectively and safely reduces pain in the newborn intensive care unit. *Pain Management Nursing*, 15(1), 107-115. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2012.06.007>

- Hertenstein, M. J., Keltner, D., App, B., Bulleit, B. A., ve Jaskolka, A. R. (2006). Touch communicates distinct emotions. *Emotion*, 6(3), 528-533. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.3.528>
- Hertenstein, M. J., Holmes, R., McCullough, M., ve Keltner, D. (2009). The communication of emotion via touch. *Emotion*, 9(4), 566-573. <https://doi.org/10.1037/a0016108>
- Hertenstein, M. J., ve Keltner, D. (2011). Gender and the communication of emotion via touch. *Sex Roles*, 64, 70–80. doi 10.1007/s11199-010-9842-y
- Hogan, S. (2001). *Healing arts: The history of art therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Holroyd, J. C., ve Brodsky, A. M. (1977). Psychologists' attitudes and practices regarding erotic and nonerotic physical contact with patients. *American Psychologist*, 32, 843–849.
- Holub, E. A., ve Lee, S. S. (1990). Therapists' use of nonerotic physical contact: Ethical concerns. *Professional Psychology: Research and Practice*, 21, 115–117.
- Honkalampi, K., Hintikka, J., Saarinen, P., Lehtonen, J., ve Viinamäki, H. (2000). Is alexithymia a permanent feature in depressed patients? *Psychotherapy and Psychosomatics*, 69(6), 303-308. <https://doi.org/10.1159/000012412>
- Honkalampi, K., Koivumaa-Honkanen, H., Antikainen, R., Haatainen, K., Hintikka, J., ve Viinamäki, H. (2004). Relationships among alexithymia, adverse childhood experiences, sociodemographic variables, and actual mood disorder: A 2-year clinical follow-up study of patients with major depressive disorder. *Psychosomatics*, 45(3), 197-204. <https://doi.org/10.1176/appi.psy.45.3.197>

- Honkalampi, K., Koivumaa-Honkanen, H., Lehto, S. M., Hintikka, J., Haatainen, K., Rissanen, T., ve Viinamäki, H. (2010). Is alexithymia a risk factor for major depression, personality disorder, or alcohol use disorders? A prospective population-based study. *Journal of Psychosomatic Research*, 68(3), 269-273. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.05.010>
- Hornik, J. (1992). Tactile stimulation and consumer response. *Journal of Consumer Research*, 19(3), 449. <https://doi.org/10.1086/209314>
- Horton, J. A., Clance, P. R., Sterk-Elifson, C., ve Emshoff, J. (1995). Touch in psychotherapy: A survey of patients' experiences. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 32, 443–457.
- Hubble, M. A., Noble, F. C., ve Robinson, S. E. (1981). The effect of counselor touch in an initial counseling session. *Journal of Counseling Psychology*, 28, 533-5.
- Hunter, M., ve Struve, J. (1998). *The ethical use of touch in psychotherapy*. Thousand Oaks: Sage.
- Hyer, L. (1986). Inpatient diagnosis of PTSD. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 698–702.
- Imes, S. (1998). Long-term clients' experience of touch in Gestalt therapy. E. W. L. Smith, P. R. Clance, ve S. Imes (Ed.), *Touch in psychotherapy: Theory, research, and practice* içinde (s. 170–200). New York: The Guilford Press.
- Jean, A. D. L., ve Stack, D. M. (2012). Full-term and very-low-birth-weight preterm infants' self-regulating behaviors during a Still-Face interaction: Influences of maternal touch. *Infant Behavior and Development*, 35(4), 779-791. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2012.07.023>

- Johnson, D. R. (1998). On the therapeutic action of the creative arts therapies: The psychodynamic model. *The Arts in Psychotherapy*, 25(2), 85-99. [https://doi.org/10.1016/S0197-4556\(97\)00099-3](https://doi.org/10.1016/S0197-4556(97)00099-3)
- Jorstad, J. (1965). Clay forming in psychotherapy: A possible remedy to communication and insight. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 41(4), 491-502. doi.org/10.1111/j.1600-0447.1965.tb06168.x
- Jourard, S. M., ve Rubin, J. E. (1968). Self-Disclosure and Touching: A Study of Two Modes of Interpersonal Encounter and Their Inter-Relation. *Journal of Humanistic Psychology*, 8(1), 39-48. <https://doi.org/10.1177/002216786800800104>
- Kaiser, M.D., Yang, D.Y., Voos, A.C, Bennett, R.H., Gordon, I., Pretzsch, C., Pelphey K.A. (2016). Brain mechanisms for processing affective (and nonaffective) touch are atypical in autism. *Cereb Cortex*, 26(6), 2705–2714. doi.org/10.1093/cercor/bhv125.
- Kaplan, F.F. (2000). *Art, science, and art therapy: Repainting the picture*. Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers.
- Kaplan, C.D., Wogan, M. (1977) Management of pain through cerebral activation: an experimental analogue of alexithymia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 27,144-153
- Kar, Ö. (2011). *Heykel ve sanat terapisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Kardener, S. H., Füller, M., ve Mensch I. (1973). A survey of physicians' attitudes and practices regarding erotic and nonerotic contact with patients. *American Journal of Psychiatry*, 130(10), 1077-1981.

- Kashdan, T. B., Doorley, J., Stikma, M. C., ve Hertenstein, M. J. (2016). Discomfort and avoidance of touch: new insights on the emotional deficits of social anxiety. *Cognition and Emotion*, 31(8), 1638–1646. doi:10.1080/02699931.2016.1256867
- Kassam, K. S., ve Mendes, W. B. (2013). The effects of measuring emotion: Physiological reactions to emotional situations depend on whether someone is asking. *PLoS ONE*, 8(6), <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0064959>
- Keith-Spiegel, P., ve Koocher, G. P. (1985). *Ethics in psychology: Professional standards and cases*. New York: Random House.
- Kennedy-Moore, E., ve Watson, J. C. (2001). How and when does emotional expression help?, *Review of General Psychology*, 5(3), 187-212. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.3.187>
- Kertay, L., ve Reviere, S. L. (1993). The use of touch in psychotherapy: Theoretical and ethical considerations. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 30(1), 32-40. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.30.1.32>
- Kırca, B. (2019). Spiritual Dimension in Art Therapy. *Spiritual Psychology and Counseling*, 4(3), 257-274. <https://doi.org/10.37898/spc.2019.4.3.071>
- King, L. A., ve Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 64-877.
- Kleinke, C. L. (1977). Compliance to requests made by gazing and touching experimenters in field settings. *Journal of Experimental Social Psychology*, 13(3), 218-223. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(77\)90044-0](https://doi.org/10.1016/0022-1031(77)90044-0)
- Knapp, M. L., Hall, J. A., ve Horgan, T. G. (2013). *Nonverbal communication in human interaction*. Boston, MA: Cengage Learning.

- Koçak, R. (2003). *Duygusal ifade eğitimi programının üniversite öğrencilerinin aleksitimi ve yalnızlık düzeylerine etkisi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kokkonen, P., Karvonen, J. T., Veijola, J., Läksy, K., Jokelainen, J., Järvelin, M.-R., ve Joukamaa, M. (2001). Prevalence and sociodemographic correlates of alexithymia in a population sample of young adults. *Comprehensive Psychiatry*, 42(6), 471-476. <https://doi.org/10.1053/comp.2001.27892>
- Koppelman, R. (1984). Hand puppetry with chronic psychiatric population. *The Arts in Psychotherapy*, 11, 283-288.
- Kraemer, S., ve Loader, P. (1995). Passing through life: Alexithymia and attachment disorders. *Journal of Psychosomatic Research*, 39(8), 937–941. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(95\)00511-0](https://doi.org/10.1016/0022-3999(95)00511-0)
- Kraus, M. W., Huang, C., ve Keltner, D. (2010). Tactile communication, cooperation, and performance: An ethological study of the NBA. *Emotion*, 10(5), 745-749. <https://doi.org/10.1037/a0019382>
- Krystal, H. (1979). Alexithymia and Psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 33(1), 17-31. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1979.33.1.17>
- Kuncewicz, D., Lachowicz-Tabaczek, K., ve Załuski, J. (2014). Why insight in psychotherapy does not always lead to behaviour change?. *Polish Journal of Applied Psychology*, 12(2), 99–121.
- Kuzucu, Y. (2011). Duyguları ifade etme ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(3), 779-792.

- Lapp, H.S. ve Croy, I. (2020). Insights from the german version of the social touch questionnaire: How attitude towards social touch relates to symptoms of social anxiety. *Neuroscience*, 464, 133-142. doi: 10.1016/j.neuroscience.2020.07.012
- Lazarus, R.S.(1991). Progress on a cognitive – motivational-relational theory of emotion, *Journal of Research in Personality*, 21, 1- 39.
- Lepore, S. J., Fernandez-Berrocal, P., Ragan, J., ve Ramos, N. (2004). It's not that bad: Social challenges to emotional disclosure enhance adjustment to stress. *Anxiety, Stress ve Coping*, 17(4), 341-361. <https://doi.org/10.1080/10615800412331318625>
- Lesser, I. M. (1981). A review of the alexithymia concept. *Psychosomatic Medicine*, 43(6), 531-543. <https://doi.org/10.1097/00006842-198112000-00009>
- Lesser, I. M. (1985). Alexithymia. *New England Journal of Medicine*, 312(11), 690-692. doi:10.1056/nejm198503143121105
- Levant, R. F., Hall, R. J., Williams, C. M., ve Hasan, N. T. (2009). Gender differences in alexithymia. *Psychology of Men ve Masculinity*, 10(3), 190-203. <https://doi.org/10.1037/a0015652>
- Levitt, H. M., Pomerville, A., ve Surace, F. I. (2016). A qualitative meta-analysis examining clients' experiences of psychotherapy: A new agenda. *Psychological Bulletin*, 142(8), 801–830. <https://doi.org/10.1037/bul0000057>
- Levy, R. B. (1973). *I can only touch you now*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hal.
- Lewis, P. (1979). *Historical perspectives in dance/movement therapy*. Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Luminet, O., Bagby, R. M., ve Taylor, G. J. (2001). An evaluation of the absolute and relative stability of alexithymia in patients with major depression. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 70(5), 254-260. <https://doi.org/10.1159/000056263>

- Mahler, M., ve McDevnr, J. (1982). Thoughts on the emergence of the sense of self, with particular emphasis on the body self. *Journal of American Psychoanalytic Association*, 30, 827-848.
- Malchiodi, C.A. (2007). *The art therapy sourcebook*. New York: McGraw-Hill Companies.
- Malchiodi, C. A. (2011). *Handbook of Art Therapy*. New York: Guilford Press.
- Mancini, F., Beaumont, A.-L., Hu, L., Haggard, P., ve Iannetti, G. D. D. (2015). Touch inhibits subcortical and cortical nociceptive responses. *Pain*, 156(10), 1936-1944. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000000253>
- Mantani, T., Okamoto, Y., Shirao, N., Okada, G., ve Yamawaki, S. (2005). Reduced activation of posterior cingulate cortex during imagery in subjects with high degrees of alexithymia: A functional magnetic resonance imaging study. *Biological Psychiatry*, 57(9), 982-990. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2005.01.047>
- Martin, N. (2009). Art Therapy and Autism: Overview and Recommendations. *Art Therapy*, 26(4), 187-190. <https://doi.org/10.1080/07421656.2009.10129616>
- Masters, C.L. (2005). *Clay sculpture within an object relational therapy: A phenomenological-hermeneutic case study* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Rhodes Üniversitesi, Grahamstown.
- Mattila, A. K., Saarni, S. I., Salminen, J. K., Huhtala, H., Sintonen, H., ve Joukamaa, M. (2009). Alexithymia and health-related quality of life in a general population. *Psychosomatics*, 50(1), 59-68. <https://doi.org/10.1176/appi.psy.50.1.59>
- McCabe, D. B., ve Nowlis, S. M. (2003). The effect of examining actual products or product descriptions on consumer preference. *Journal of Consumer Psychology*, 13(4), 431-439.

- McDaniel, E., Andersen, P.A.(1998). International patterns of interpersonal tactile communication: A field study. *Journal of Nonverbal Behavior* 22, 59–75.  
<https://doi.org/10.1023/A:1022952509743>
- McGlone, F., Wessberg, J., ve Olausson, H. (2014). Discriminative and affective touch: sensing and feeling. *Neuron*, 82(4), 737–755. doi:10.1016/j.neuron.2014.05.001
- McNiff, S. (1992). *Art as medicine: Creating a therapy of the imagination*. Shambhala Publications.
- Meijer-Degen, F., ve Lansen, J. (2006). Alexithymia—A challenge to art therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 33(3), 167-179. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2005.10.002>
- Mendolia, M., ve Kleck, R. E. (1993). Effects of talking about a stressful event on arousal: Does what we talk about make a difference?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 283-292.
- Menninger, K. (1958). *Theory of psychoanalytic technique*. New York: Basic.
- Milakovich, J. (1998). Differences between therapists who touch and those who do not. E. W. L. Smith, P. R. Clance, ve S. Imes (Ed.), *Touch in psychotherapy: Theory, research, and practice* içinde (s. 74–91). New York: The Guilford Press.
- Mintz, E. (1969). Touch and the psychoanalytic tradition. *The Psychoanalytic Review*, 56(3), 365-376.
- Moorman, P. P., Bermond, B., Albach, F., ve Van Dorp, I. (1997). The etiology of alexithymia from the perspective of childhood sexual abuse. A. Vingerhoets, F. Van Bussel, ve J. Boelhouwer (Ed.), *The (non)-expression of emotions in health and disease* içinde (s. 139–153). Tilburg: Tilburg University Press.

- Moyer, C. A., Rounds, J., ve Hannum, J. W. (2004). A meta-analysis of massage therapy research. *Psychological Bulletin*, 130(1), 3-18. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.1.3>
- Muijen, H. (2001). *Metafoor tussen magie en methode (Metaphor between magic and method)*. Kampen: Agora.
- Naumburg, M. (1950). *Schizophrenic Art: Its Meaning in Psychotherapy*. Grune-Stratton, Inc. New York.
- Nemiah, J.C., Sifneos, P.E. (1970). Affect and fantasy in patients with psychosomatic disorders. Hill, O.W. (Ed.), *Modern Trends in Psychosomatic Medicine* 2 içinde (s.26-35). London: Butterworth.
- Nemiah, J. C., Freyberger, H., ve Sifneos, P. E. (1976). Alexithymia: A view of the psychosomatic process. Hill, O.W. (Ed.), *Modern Trends in Psychosomatic Medicine* 3 içinde (s. 430-439). London: Butterworth.
- Nemiah, J.C.(1977). Alexithymia: Theoretical considerations. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 28, 199-206.
- Nemiah, J. C. (2000). A psychodynamic view of psychosomatic medicine: *Psychosomatic Medicine*, 62(3), 299-303. <https://doi.org/10.1097/00006842-200005000-00001>
- Nguyen, T., Heslin, R., ve Nguyen, M. L. (1975). The meanings of touch: Sex differences. *Journal of Communication*, 25(3), 92-103. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1975.tb00610.x>
- Nolen-Hoeksema, S., Morrow, J., ve Fredrickson, B. L. (1993). Response styles and the duration of episodes of depressed mood. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 20-28.

- Nuszbaum, M., Voss, A., ve Klauer, K. C. (2014). Assessing individual differences in the Need for Interpersonal Touch and Need for Touch. *Social Psychology*, 45(1), 31-40. <https://doi.org/10.1027/1864-9335/a000157>
- O’Hearne, J. J. (1972). How can we reach patients most effectively? *International Journal of Group Psychotherapy*, 22(4), 446-454. <https://doi.org/10.1080/00207284.1972.11492192>
- Olausson, H., Wessberg, J., Morrison, I., McGlone, F., ve Vallbo, Å. (2010). The neurophysiology of unmyelinated tactile afferents. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(2), 185–191. doi:10.1016/j.neubiorev.2008.09.011
- Older, J. (1977). Four taboos that may limit the success of psychotherapy. *Psychiatry*, 40(3), 197-204. <https://doi.org/10.1080/00332747.1977.11023933>
- Oppawsky, J. (2001). Utilizing drawings when working with adults in therapy. *Journal of Psychotherapy in Independent Practice*, 2, 49-61. [https://doi.org/10.1300/J288v02n01\\_05](https://doi.org/10.1300/J288v02n01_05).
- Parr, L. A., Waller, B. M., ve Fugate, J. (2005). Emotional communication in primates: Implications for neurobiology. *Current Opinion in Neurobiology*, 15(6), 716-720. <https://doi.org/10.1016/j.conb.2005.10.017>
- Pattison, J. E. (1973). Effects of touch on self-exploration and the therapeutic relationship. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 40(2), 170-175. <https://doi.org/10.1037/h0034573>
- Peck, J., ve Childers, T. L. (2003). Individual differences in haptic information processing: The “Need for Touch” scale. *Journal of Consumer Research*, 30(3), 430-442. <https://doi.org/10.1086/378619>

- Pedersen, D. M. (1973). Self-Disclosure, body-accessibility, and personal space. *Psychological Reports*, 33(3), 975-980. <https://doi.org/10.2466/pr0.1973.33.3.975>
- Perls, F. (1973). *The Gestalt approach ve eye witness to therapy*. Palo Alto: Science and Behavior Books.
- Picardi, A., Pasquini, P., Cattaruzza, M. S., Gaetano, P., Melchi, C. F., Baliva, G., Camaioni, D., Tiago, A., Abeni, D., ve Biondi, M. (2003). Stressful life events, social support, attachment security and alexithymia in vitiligo. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 72(3), 150-158. <https://doi.org/10.1159/000069731>
- Pierloot, R., Vinck J. (1977) A pragmatic approach to the concept of alexithymia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 2, 156-166.
- Pope, K. S. (1990). Therapist-patient sexual involvement: A review of the research. *Clinical Psychology Review*, 10(4), 477-490. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(90\)90049-G](https://doi.org/10.1016/0272-7358(90)90049-G)
- Pope, K. S., ve Bouhoutsos, J. C. (1986). *Sexual intimacy between therapists and patients*. New York: Praeger.
- Preece, D., Becerra, R., Allan, A., Robinson, K., ve Dandy, J. (2017). Establishing the theoretical components of alexithymia via factor analysis: Introduction and validation of the attention-appraisal model of alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 119, 341-352. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.003>
- Punyanunt-Carter, N. M. (2009). Development and Validity Testing of a Measure of Touch Deprivation. *Human Communication*, 12 (1), 67-76.
- Reich, W. (1945). *Character analysis*. New York: Simon ve Schuster.

- Rime, B., Finkenauer, C., Luminet, O., Zech, E., ve Philippot, P. (1998). Social sharing of emotion: New evidence and new questions. *European Review of Social Psychology*, 9(1), 145-189. <https://doi.org/10.1080/14792779843000072>
- Robertiello, R. C. (1974). Addendum to object relations technique. *Psychotherapy*, 11(4), 197-204.
- Robins, A., Sibley L.B.(1976). *Creative Art Therapy*. New York: Brunner / Mazel.
- Rogeness, G. A., Javors, M. A., ve Pliszka, S. R. (1992). Neurochemistry and child and adolescent psychiatry. *Journal of the American Academy of Child ve Adolescent Psychiatry*, 31(5), 765-781. <https://doi.org/10.1097/00004583-199209000-00001>
- Rogers, C. R.(1942). *Counseling and psychotherapy*. Boston: HougHoughton Mifflin.
- Ruesch, J. (1948). The infantile personality: The core problem of psychosomatic medicine. *Psychosomatic Medicine*, 10,134-144.
- Rutter, M. (1998). Developmental catch-up, and deficit, following adoption after severe global early privation. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 39(4), 465-476. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00343>
- Saarinen, A., Harjunen, V., Jasinskaja-Lahti, I., Jääskeläinen, I. P., ve Ravaja, N. (2021). Social touch experience in different contexts: A review. *Neuroscience ve Biobehavioral Reviews*, 131, 360-372. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.09.027>
- Satir, V. (1972). *Peoplemaking*. Palo Alto, CA: Science and Behavior.
- Sayar, K., Köse, O., Ebrinç, S., ve Şetin, M. (2001). Hopelessness, depression and alexithymia in young Turkish soldiers suffering from alopecia areata. *Dermatology and Psychosomatics / Dermatologie Und Psychosomatik*, 2(1), 12-15. <https://doi.org/10.1159/000049631>

- Sholt, M., ve Gavron, T. (2006). Therapeutic qualities of clay-work in art Therapy and psychotherapy: A review. *Art Therapy*, 23(2), 66-72.  
<https://doi.org/10.1080/07421656.2006.10129647>
- Sifneos, P.E.(1973). The prevalence of alexithymic characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 22, 255–62. 10.1159/000286529
- Sifneos P.E., Apfel, S.R., Frankel, F.H.(1977). The Phenomenon of alexithymia. *Psychotherapy Psychosomatic*. 28, 47-57.
- Solmaz, M., Sayar, K., Özer, Ö. A., Öztürk, M., ve Acar, B. (2000). Sosyal fobi hastalarında aleksitimi, umutsuzluk ve depresyon: Kontrollü bir çalışma. *Klinik Psikiyatri*, 3, 235-241.
- Speranza, M., Corcos, M., Stéphan, P., Loas, G., Pérez-Diaz, F., Lang, F., Venisse, J. L., Bizouard, P., Flament, M., Halfon, O., ve Jeammet, P. (2004). Alexithymia, depressive experiences, and dependency in addictive disorders. *Substance Use ve Misuse*, 39(4), 551-579. <https://doi.org/10.1081/JA-120030058>
- Spitz, R. A. (1946). Hospitalism: A Follow-up report on investigation described in volume I, 1945. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 2(1), 113-117.  
<https://doi.org/10.1080/00797308.1946.11823540>
- Spotnitz, H. (1972). Touch countertransference in group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 22, 455-463.
- Stack, D. M. (2001). The salience of touch and physical contact during infancy: Unraveling some of the mysteries of the somesthetic sense. G. Bremner ve A. Fogel (Ed.), *Blackwell Handbook of Infant Development* içinde (s. 351-378). Blackwell Publishing. <https://doi.org/10.1002/9780470996348.ch13>

- Stake, J. E., ve Oliver, J. (1991). Sexual contact and touching between therapist and client: A survey of psychologists' attitudes and behavior. *Professional Psychology: Research and Practice*, 22, 297–307.
- Stein, N., ve Sanfilipo, M. (1985). Depression and the wish to be held. *Journal of Clinical Psychology*, 41(1), 3-9. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198501\)41:1<3::AID-JCLP2270410102>3.0.CO;2-M](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198501)41:1<3::AID-JCLP2270410102>3.0.CO;2-M)
- Stenzel, C. L., ve Rupert, P. A. (2004). Psychologists' use of touch in individual psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 41(3), 332-345. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.41.3.332>
- Strozier, A., Krizek, C., ve Sale, K. (2003). Touch: Its use in psychotherapy. *Journal of Social Work Practice*, 17(1), 49-62. <https://doi.org/10.1080/0265053032000071457>
- Sung, E.-J., Yoo, S.-S., Yoon, H. W., Oh, S.-S., Han, Y., ve Park, H. W. (2007). Brain activation related to affective dimension during thermal stimulation in humans: A functional magnetic resonance imaging study. *International Journal of Neuroscience*, 117, 1011–1027. <https://doi.org/10.1080/00207450600934432>
- Suvilehto, J. T., Glerean, E., Dunbar, R. I. M., Hari, R., ve Nummenmaa, L. (2015). Topography of social touching depends on emotional bonds between humans. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 112(45), 13811-13816. <https://doi.org/10.1073/pnas.1519231112>
- Szwec, G.(2008). Bazı psikosomatik modellere göre deri hastalığı. (N.Zabcı, Çev.). *Psikanaliz Buluşmaları*, 3, 29- 48.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Boston, MA: Pearson.

- Taylor, G. J. (1984). Alexithymia: Concept, measurement, and implications for treatment. *The American Journal of Psychiatry*, 141(6), 725–732. <https://doi.org/10.1176/ajp.141.6.725>.
- Taylor G.J., Bagby, R.M.(2000). An overview of the alexithymia construct. JDA, Parker, (Ed.), *Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School and in the Workplace* içinde (s.40-67). San Francisco: Jossey-Bass.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., ve Parker, J. D. A. (2003). The 20-Item Toronto alexithymia scale IV: Reliability and factorial validity in different languages and culture. *Journal of Psychosomatic Research*, 55(3), 277-283. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(02\)00601-3](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(02)00601-3)
- Taylor, G. J., ve Bagby, R. M. (2004). New trends in alexithymia research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 73(2), 68-77. <https://doi.org/10.1159/000075537>
- Taylor, E. R. (2009). Sandtray and solution-focused therapy. *International Journal of Play Therapy*, 18(1), 56-68. <https://doi.org/10.1037/a0014441>
- Theorell, T. P., Lennartsson, A.-K., Mosing, M. A., ve Ullen, F. (2014). Musical activity and emotional competence- a twin study. *Frontiers in Psychology*, 5, 774. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00774>
- Thimm, C., Lenelis, K. (1993). The power-emotion relationship in discourage spontaneous expression of emotions in asymmetric dialogue. *Journal of Language and Social Psychology*, 12(1/2), 81-102.
- Torre, J. B., ve Lieberman, M. D. (2018). Putting feelings into words: Affect labeling as implicit emotion regulation. *Emotion Review*, 10(2), 116-124. <https://doi.org/10.1177/1754073917742706>

- Tracy, J. L., ve Robins, R. W. (2004). Show your pride: Evidence for a discrete emotion expression. *Psychological Science*, 15(3), 194-197. <https://doi.org/10.1111/j.0956-7976.2004.01503008.x>
- Triscoli, C., Croy, I., ve Sailer, U. (2019). Depression predicts interpersonal problems partially through the attitude towards social touch. *Journal of Affective Disorders*, 246, 234–240. doi:10.1016/j.jad.2018.12.054
- Trotter, P. D., McGlone, F., Reniers, R. L. E. P., ve Deakin, J. F. W. (2018). Construction and validation of the touch experiences and attitudes questionnaire (TEAQ): A self-report measure to determine attitudes toward and experiences of positive touch. *Journal of Nonverbal Behavior*. 42, 379–416doi:10.1007/s10919-018-0281-8
- Ťulák, Z., ve Lessner, D. I. (2018). *Sensory aspects of art therapy work with clay*. 5th International Multidisciplinary Scientific Conference on Social Sciences ve Arts. Comenius Üniversitesi, Slovakeya.
- Türk, M.(1992). *Üniversite öğrencilerinde aleksitimik özellikler ile ruh sağlığı arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Vasquez, M. J. T. (1988). Counselor-client sexual contact: Implications for ethics training. *Journal of Counseling ve Development*, 67(4), 238-241. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1988.tb02590.x>
- Wadeson, H.(1980). *Art Psychotherapy*. New York: John Wiley-Sons, Inc.
- Walker, S.C., Trotter, P.D., Swaney, W.T., Marshall, A., ve Mcglone, F.P. (2017). C-tactile afferents: Cutaneous mediators of oxytocin release during affiliative tactile interactions? *Neuropeptides*, 64, 27–38. <https://doi.org/10.1016/j.npep.2017.01.001>
- Watson, D., ve Clark, L.A. (1994). Emotions, moods, traits, and temperaments: Conceptual distinctions and empirical findings. P. Ekman ve R.J. Davidson (Ed.),

- The nature of emotion: Fundamental questions* içinde (s. 89–93). New York: Oxford University Press.
- Weber, J.P. (1993). *Sanat Psikolojisi*. ( İ.C. Erseven, Çev.). Ankara, Karşı Yayınlar.
- Weisbuch, M., ve Adams, R. B. (2012). The functional forecast model of emotion expression processing: Functional forecast model. *Social and Personality Psychology Compass*, 6(7), 499-514. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2012.00443.x>
- Werner, K., ve Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework. A. M. Kring ve D. M. Sloan (Ed.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* içinde (s. 13–37). The Guilford Press.
- Wessberg, J., Olausson, H., Fernström, K.W. ve Vallbo, A.B. (2003). Receptive field properties of unmyelinated tactile afferents in the human skin. *Journal of Neurophysiology*, 89, 1567–1575. <https://doi.org/10.1152/jn.00256.2002>
- Whitcher, S. J., ve Fisher, J. D.(1979). Multidimensional reaction to therapeutic touch in a hospital setting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 87-96.
- Wilhelm, F. H., Kochar, A. S., Roth, W. T., & Gross, J. J. (2001). Social anxiety and response to touch: incongruence between self-evaluative and physiological reactions. *Biological Psychology*, 58(3), 181–202. doi:10.1016/s0301-0511(01)00113-2
- Willemsen, R., Roseeuw, D., ve Vanderlinden, J. (2008). Alexithymia and dermatology: The state of the art. *International Journal of Dermatology*, 47(9), 903-910. <https://doi.org/10.1111/j.1365-4632.2008.03726.x>
- Willison, B. G., ve Masson, R. L. (1986). The role of touch in therapy: An adjunct to communication. *Journal of Counseling ve Development*, 64(8), 497-500. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1986.tb01180.x>

- Wilson, J. M. (1982). The value of touch in psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(1), 65-72. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb02665.x>
- Winnicott, D. W. (1945). Primitive emotional development. *Through Paediatrics to Psycho-Analysis: Collected Paper* içinde (s. 145-156). New York: Basic Books INC. Publishers.
- Winnicott, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment*. New York: International Universities Press.
- Wolberg, L. (1954). *The technique of psychotherapy*. New York: Game ve Stratton.
- Workman, J. E. (2009). Fashion consumer groups, gender, and need for touch. *Clothing and Textiles Research Journal*, 28(2), 126–139. doi:10.1177/0887302x09356323
- Yemez, B. (1991). *Psikosomatik, somato-form ve diğer bozukluklarda aleksitimi üzerine kontrollü bir çalışma* (Yüksek lisans tezi), Ege Üniversitesi, İzmir.
- Young, J., Pritchard, R., Nottle, C., ve Banwell, H. (2020). Pets, touch, and COVID-19: Health benefits from non-human touch through times of stress. *Journal of Behavioral Economics for Policy*, 4(2), 25-33.
- Zuckert, R. (2009). Sculpture and touch: Herder's aesthetics of sculpture. *Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 67(3), 285-299. <https://doi.org/10.1111/j.1540-6245.2009.01359.x>

## **EKLER**

### **Ek1. Touch Deprivation Scale (Dokunma Yoksunluğu Ölçeği), Orijinal Versiyonu**

1. I do not receive as much touch in my life as normal people.
2. I receive a normal, healthy amount of touch from people.
3. Human touch is not a daily occurrence in my life
4. Touch from other people is a very common and natural part of my daily life.
5. I often go for days without being touched by someone
6. I often feel like I'm untouchable because of the lack of touch from others in my life
7. I receive a variety of forms of touch from a variety of different people.
8. I can go long periods of time without being touched by another person.
9. There are days where I would do anything just to be touched by someone.
10. I have longed for the touch of another person, any person.
11. Some days I long to be held, but have no one to hold me.
12. I often wish I could get more hugs from others.
13. I've engaged in sexual behaviors for the pure purpose of being touched by someone
14. I would never engage in sex with someone, just to be touched.

## **Ek 2. NFIPT Scale ( Kişilerarası İlişkilerde Dokunma İhtiyacı Ölçeği) Orijinal Versiyonu**

1. Berührungen können in bestimmten Situationen aussagekräftiger als Sprache sein
2. Zu einer Gratulation zum Geburtstag gehört eine Umarmung einfach dazu.
3. Zwischenmenschliche Berührungen stärken das Vertrauen.
4. Ich nutze den körperlichen Kontakt häufig im Gespräch mit gegengeschlechtlichen Gesprächspartnern.
5. Im Gespräch kommt es schon einmal vor, dass ich meinen Gesprächspartner z. B. am Arm berühre.
6. Ich finde es wichtig, dass man sich mit einem Händedruck verabschiedet.
7. Generell meide ich den körperlichen Kontakt zu anderen Menschen.\*
8. Ich finde es schade, dass heute so viel übers Internet kommuniziert wird, da mir hierbei der körperliche Kontakt fehlt.
9. Eine Umarmung zur Begrüßung ist für mich ganz selbstverständlich, auch wenn ich die Person nicht so gut kenne.
10. Wenn mir jemand zur Begrüßung die Hand gibt, fällt es mir leichter, diesen Menschen einzuschätzen.
11. In einer Diskussion unter Freunden kommt es vor, dass ich mein Gegenüber berühre, um eine Aussage zu unterstreichen
12. Ich habe kein Problem damit, wenn mich jemand leicht am Arm berührt, um meine Aufmerksamkeit zu gewinnen
13. Berührungen bei einer Unterhaltung unter Freunden sind eine wichtige Kommunikationsform.
14. Umarmungen zur Begrüßung sind mir unangenehm.
15. Körperkontakt ist wichtig, wenn man einen Freund/eine Freundin trösten will
16. Ich nutze den körperlichen Kontakt häufig im Gespräch mit gleichgeschlechtlichen Gesprächspartnern.
17. Durch körperlichen Kontakt kann ich meinem Gegenüber meine Zuneigung vermitteln
18. Wenn mich mein Gesprächspartner während eines Gesprächs leicht berührt, stört mich das nicht
19. Bei Kommunikationen über das Internet oder Handy fehlt mir die körperliche Nähe.
20. Ich mag es nicht, wenn mich fremde Personen im Gespräch berühren.

### **Ek 3. Atadek Etik Kurul Kararı: 1. Aşama**



#### **Ek 4. Bilgilendirilmiş Onam Formu: 1. Aşama**

Sayın katılımcı,

Bu araştırma Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans programı kapsamında Dr. Öğr. Üyesi Ayşenur Aktaş danışmanlığında Elvan Dogan tarafından, yurtdışında geliştirilmiş bir ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması amacıyla yapılmaktadır. Ölçek, dokunma yoksunluğuna dair maddeleri içermektedir. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmaktan vazgeçme ve/veya herhangi bir aşamada araştırmadan geri çekilme hakkınız vardır. Oturumunuzdan aldığımız bilgilerin tümü anonimdir. Sizden kişisel verilerine (adınız, adresiniz, e-postanız vb.) dair hiçbir bilgi istenmeyecektir. Çalışma karşılığında herhangi bir maddi ödül verilmeyecek olup araştırmacının kendisinin de bu çalışmadan herhangi bir maddi çıkarı bulunmamaktadır. Çalışma yaklaşık beş dakika sürmektedir. Sizden beklenen, ölçekte yer alan her bir madde için size en uygun olan seçeneği işaretlemenizdir.

Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Araştırmacının adı ve iletişim bilgileri: Elvan Dogan –  
[elvan.dogan@live.acibadem.edu.tr](mailto:elvan.dogan@live.acibadem.edu.tr)

## **Ek 5. Atadek Etik Kurul Kararı: İkinci Aşama**



## Ek 6. Bilgilendirilmiş Onam Formu: 2.Aşama

Sayın katılımcı,

Sizi Elvan Dogan’ın Acıbadem Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim dalı altında, Dr. Öğretim Üyesi Ayşenur Aktaş’ın tez danışmanlığında gerçekleştirdiği “Dokunma yoksunluğu ve duyguları sözelleştirme zorluğunun, heykeltıraş olan ve olmayan bireylerde kişilerarası dokunma ihtiyacı üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi” başlıklı yüksek lisans tezi araştırmasına katılmaya davet ediyoruz. Araştırma kişilerarası dokunma davranışıyla ilişkili birtakım faktörleri anlayabilmeyi amaçlamaktadır. Bu araştırmaya katılmayı seçerseniz, size sunulan demografik bilgiler formunu doldurmanız ve üç ayrı ölçekteki maddeleri yanıtlamanız istenecektir. Çalışmamız maksimum 15 dakika sürmektedir. Araştırmamız uluslararası etik standartlara uygun hazırlanmıştır.

Çalışma sırasında herhangi bir noktada rahatsız olursanız, tarayıcı penceresini kapatarak katılımınıza son verebilirsiniz. Katılımınıza son vermeniz sizin için olumsuz bir sonucu olmayacaktır. Sizden kişisel verilerinize (adınız, adresiniz, e-postanız vb.) dair hiçbir bilgi istenmeyecektir. Analiz öncesinde verileriniz tümüyle anonimleştirilecektir. Anonimleştirilmiş veriler, erişilebilir veri havuzları aracılığıyla başka araştırmacılarla paylaşılabilir ve başka araştırmalarda kullanılabilir. Anonimleştirilmiş veriler en az on yıl süreyle veri depolarında saklanacaktır. Bu araştırmaya katılım kararınız tamamen gönüllülük esasına dayanır.

Bu çalışma hakkında herhangi bir sorunuz veya geri bildiriminiz varsa [elvan.dogan@live.acibadem.edu.tr](mailto:elvan.dogan@live.acibadem.edu.tr) e-mail yoluyla bizimle iletişime geçebilirsiniz