

Yetişkin Bireylerde Bilişsel Duygu Dzenleme Gçlüğü Stratejileri ve Sosyal Görünüş Kaygısı ile Kompulsif Satın Alma Davranışı Arasındaki İlişki

The Relationship Between Cognitive Emotion Regulation Difficulty Strategies and Social Appearance Anxiety and Compulsive Buying Behavior in Adults

Burcu Bölener

Nişantaşı Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

brcbolenler@gmail.com

ORCID: 0000-0002-4213-7721

Bahar Akoğlu

Dr. Öğr. Üyesi, Nişantaşı Üniversitesi

bahar.akoglu@nisantasi.edu.tr

ORCID: 0000-0002-1457-2531

Gönderim Tarihi: 08.05.2023

Kabul Tarihi: 06.06.2023

Yayımlanma Tarihi: 25.06.2023

Nasıl Atıf Yapılır:

Bölener, Burcu ve Akoğlu, Bahar. “Yetişkin Bireylerde Bilişsel Duygu Dzenleme Gçlüğü Stratejileri ve Sosyal Görünüş Kaygısı ile Kompulsif Satın Alma Davranışı Arasındaki İlişki”. Eklektik Sosyal Bilimler Dergisi 1, sy.1 (Haziran 2023): 83-106.

Yetişkin Bireylerde Bilişsel Duygu Düzenleme Güçlüğü Stratejileri ve Sosyal Görünüş Kaygısı ile Kompulsif Satın Alma Davranışı Arasındaki İlişki¹

Burcu Bölenler²
Bahar Akoğlu³

Öz

Bu yazının amacı, bilişsel duygu düzenleme güçlüğü stratejileri ve sosyal görünüş kaygısı ile kompulsif satın alma davranışı arasındaki ilişkinin irdelenmesidir. Çalışmada genel tarama modellerinden “ilişkisel tarama” modeli uygulanmıştır. Araştırmaya 384 yetişkin birey katılmıştır. “Sosyodemografik Veri Formu”, “Sosyal Görünüş Kaygı Ölçeği”, “Bilişsel Duygu Ölçeği” ve “Kompulsif Çevrim içi Satın Alma Ölçeği” kullanılmıştır. Sosyal görünüş kaygısı ile bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasında pozitif yönde ilişki gözlemlenmiştir. Sosyal görünüş kaygısı ile kompulsif çevrim içi satın alma davranışları arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği, kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur. Kompulsif çevrim içi satın almanın cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, bilişsel duygu düzenleme güçlüğü stratejilerinin, sosyal görünüş kaygısı ve kompulsif çevrim içi satın alma arasında ilişki olduğunu göstermektedir. Araştırmadan elde edilen veriler ışığında tüketicilerin kompulsif satın alma davranışlarıyla ilgili müdahalelerde ilgili etkenlerin çalışılması adına sosyal görünüş kaygısının ele alınmasının ve bilişsel duygu düzenleme strate-

1 Dr. Bahar Akoğlu danışmanlığında yürütülen “Yetişkin Bireylerde Bilişsel Duygu Düzenleme Güçlüğü Stratejileri ve Sosyal Görünüş Kaygısı ile Kompulsif Satın Alma Davranışı Arasındaki İlişki” adlı yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

2 Nişantaşı Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi, brcbolenler@gmail.com, ORCID: 0000-0002-4213-7721

3 Dr. Öğr. Üyesi, Nişantaşı Üniversitesi, bahar.akoglu@nisantasi.edu.tr, ORCID: 0000-0002-1457-2531

jilerinin çalışılmasının fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda kompulsif satın alma davranışının maddi güçlükleri de söz konusu olabileceğinden erken tanı ve müdahale önemli görülmektedir.

Anahtar kelimeler: *Duygu düzenleme güçlüğü stratejileri, sosyal görünüş kaygısı, kompulsif çevrim içi satın alma*

The Relationship Between Cognitive Emotion Regulation Difficulty Strategies and Social Appearance Anxiety and Compulsive Buying Behavior In Adults

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between cognitive dysregulation strategies and social appearance anxiety and compulsive buying behavior. In the study, the relational screening model, which is one of the general screening models, was applied. 384 adult individuals participated in the study. “Sociodemographic Data Form”, “Social Appearance Anxiety Scale”, “Cognitive Emotion Scale”, and “Compulsive On-line Purchasing Scale” were used. A positive relationship was found between social appearance anxiety and cognitive emotion regulation strategies. A significant relationship was found between social appearance anxiety and compulsive on-line purchasing behaviors. It was found that cognitive emotion regulation strategies differed according to gender, and women had a higher average than men. Compulsive on-line buying differed by gender, with men having a higher average than women. As a result, it shows that there is a relationship between cognitive dysregulation strategies, social appearance anxiety and compulsive on-line buying. In the light of the data obtained from the research, it is thought that it will be beneficial to deal with social appearance anxiety and to study cognitive emotion regulation strategies in order to study the relevant factors in interventions related to the compulsive buying behavior of consumers. In this context, early diagnosis and intervention are considered important since compulsive buying behavior may also have financial difficulties.

Keywords: *Emotion dysregulation strategies, social appearance anxiety, compulsive on-line buying*

Giriş

Duygu; kişinin harekete geçme isteğini, öncelikli tercihlerini belirlemesini, yaşamını buna uygun planlayabilmesini sağlayıcı, kişiye özgün yaşantıların neticesinde kişinin yargılarını barındıran süreçtir.⁴ İnsan yaşamını yönlendiren temel öğelerden biri olan duygular, bireyler açısından belirleyici özelliğe sahip olmalarından ötürü pek çok hayati fonksiyonda duygularla hareket etmek söz konusudur. Duygular zor durumlardan kaçmayı, yaşam içinde değişiklikler yapmayı güdüleyen etkenlerdir.⁵ İnsan hayatı için son derece önemli olan duyguların, doğru tanımlanması ve ifade edilmesi oldukça önemli görülmektedir.⁶

Duygular genel olarak faydalıdır; ancak olumsuz duyguların yarattıkları yıkıcı özelliklerinin bertaraf edilerek yok edilmesi, olumsuz duyguların doğru şekilde dışa vurulması, olumlu duyguların ise pekiştirilip sürdürülmesi gerekmektedir. Bu nedenle duyguları düzenleme becerisi psikolojik sağlık açısından son derece önemlidir.⁷ Duygu düzenlemenin duyguların fark edilmesi ve tanınması, onaylama, reaksiyon gösterme, istenmeyen duygulara karşı dürtü ve davranışların kontrol edilebilmesi gibi maharetlerden meydana geldiği ifade edilmektedir.⁸ Duygu düzenleme süreçleri bilinçli veya bilinçsiz, kontrollü veya otomatik gerçekleşmektedir. Duyguların yanlış zamanda ortaya çıkması veya yanlış yoğunluk seviyesinde olmaları, duygu düzenleme sorununa neden olmaktadır.⁹ Duyguların var olan duruma göre düzenlenmemesi ise bilişsel duygu düzenleme güçlüğü olarak tanımlanmaktadır. Kişinin ruhsal açıdan sağlıklı olmasında davranışsal, duygusal ve bilişsel süreçler bir arada ele alınmaktadır.¹⁰ Uyuma yönelik olmayan duygular, sosyal zorluklara, ruhsal rahatsız-

4 M. Green, "Understanding Emotions", *What is an emotion* içinde, haz. K. Oatley, D. Keltner, J. M. Jenkins (Oxford, UK: Blackwell Publishing, 2007).

5 Robert L. Leahy v.dğr., *Emotion Regulation in Psychotherapy: A Practitioner's Guide* (New York: Guilford Press, 2011).

6 Yeliz B. Polat, "Haset, İmrenme ve Kıskançlık Duygu Durumlarının Ayrıştırılması", *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi* 3, sy. 2 (2017): 29-42.

7 Mehmet Ali Yıldız ve Baki Duy, "Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması", *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* 5, sy. 41 (2014): 23-35.

8 K. Naragon-Gainey v.dğr., "The Structure of Common Emotion Regulation Strategies: A Meta-analytic Examination", *Psychol Bull* 143, sy. 4 (2017): 384-427.

9 Benjamin C. Mullin ve Stephen P. Hinshaw, "Emotion Regulation and Externalizing Disorders in Children and Adolescents", *Handbook of Emotion Regulation* içinde (New York: The Guilford Press, 2007), 523-541.

10 F. F. Avcı v.dğr., "Ergenlerde Ayrılma-Bireyleşme Düzeyi ve Cinsiyete Göre Beden Algısı, Duygu Düzenleme Güç-

lıklara ve fizyolojik hastalıklara yol açabilmektedir. Duygunun sağlıkta ve hastalık-taki kilit rolü, klinik psikoloji, psikanaliz ve psikosomatik tıbbın gelişimi sonucunda anlaşılmıştır.¹¹ Söz konusu sorunların ortadan kaldırılması amacıyla bilişsel duygu düzenleme stratejisi yöntemi kullanılmaktadır.

İnsan sosyal bir varlık olması nedeniyle ihtiyaçlarını karşılamak ve yaşamını sürdürebilmek için çevresindekiler ile iletişim içerisinde olmaya ihtiyaç duyar. Bu iletişimde en önemli unsurlar ise düşünceler, davranışlar ve duygulardır. Kişinin çevresindekilerle düzenli ve tutarlı bir iletişim kurabilmesi duygu ve düşüncelerini davranışları ile doğru gösterebilmesine bağlıdır. Ayrıca çevresinde bulunan insanların kişiye ilişkin izlenimlerinin de doğru algılanması gerekmektedir.

İnsanlar çevreleri tarafından beğenilmeyi, onlara güzel görünmeyi isterler. Özellikle kitle iletişim araçlarının etkisi ile dış görünüş daha önemli hale gelmiş ve bireyler tarafından görünüşe ilişkin yüksek standartlar gelişmeye başlamıştır. İçinde bulunulan zaman ve toplumsal unsurlar dış görünüşe ilişkin düşüncelerde güçlü değişikliklere yol açmıştır. Geçmişten günümüze toplumlarda fiziksel görünüşe ilişkin çeşitli yargılar bulunmaktadır. Kadınların ince ve zayıf bir görünüme özendirilmesi, toplumdaki yargıların bir sonucu olarak görülebilir. Bazı dönemlerde standart vücut ölçülerinde değişim olsa da insanların ideal fiziksel özelliklere sahip olmayı istemeleri ve çaba göstermeleri söz konusudur. Gösterilen çaba ise fiziksel görünüme yönelik olumsuz algıların ortadan kaldırılması, dış görünümün beğenilmesini sağlamak içindir.¹²

Dış güzelliğin toplumsal bir değer gibi yansıtıldığı magazin, reklam, sosyal medya, televizyon programlarında fiziksel görünüş; günlük yaşamda genelde kişinin duygu, düşünce, davranış ve başarılarının daha önünde yer alabilmektedir.¹³ İnsanların pek çoğu dış görünüşleri çekici olan kişilerle daha çok iletişim kurmak isterler.¹⁴ Bunun için öteki insanların üstünde daha olumlu ve çekici bir intiba uyandırmak amacıyla

lülüğü ve Yeme Tutumu”, *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi* 19 (2022): 287-314.

11 Richard S. Lazarus, *Emotion and Adaptation* (New York, NY, US: Oxford University Press, 1991).

12 M. Kılıç, “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, 2015).

13 Fatma Çepikkurt ve Funda Coşkun. “Social Physique Anxiety and Body Image Satisfaction Levels of Collegian Dancers”, *Pamukkale Journal of Sport Sciences* 1, sy. 2 (2010): 17-24.

14 Serdar Alemdağ ve Erman Öncü. “Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi”, *International Journal of Science Culture and Sport* 3, sy. 3 (2015): 287-300.

hareket ederler. Bunu başaramayacaklarını düşündüklerinde ise kişilerin sosyal görünüş kaygısı yaşamaları söz konusu olmaktadır.¹⁵ Sosyal görünüş kaygısı, bedeninin genelini içeren bir kaygı durumudur. Bu kaygı türünde kişinin kilosu, boyu, yüz şekli gibi fiziksel özelliklere yönelik endişe hâli söz konusudur. Sosyal görünüş kaygısı, kişinin sosyal yaşamını ve bu yaşamdaki etkinliklerini olumsuz yönde etkileyebilecek bir kaygı bozukluğu olarak belirtilmektedir.¹⁶

Beden imgesi genel olarak kişinin şekli, görünümü, kilosunun içsel bakımdan benimsemiş olan hâlidir. Kişinin kendi beden imgesine ilişkin değerlendirmeleri sonucunda oluşan durum benlik saygısı olarak ifade edilmektedir. Kişinin olumsuz olarak hissettiği benlik saygısı ve dış görünümüne ilişkin olumsuz düşünceleri kontrol edilemediğinde sosyal görünüş kaygısı meydana gelmektedir.¹⁷ Sosyal görünüş kaygısının artması ile birlikte kişi daha fazla beğenilmek, daha güzel görünmek amacıyla daha fazla alışveriş yapmak isteyebilir. Alışveriş yapma davranışının tekrarlanması ise zamanla kompulsif bir duruma gelebilir.¹⁸

Bireylerin farklı özelliklere sahip olmalarına rağmen, tüketim her toplumda ve herkeste ortak özellik olarak kabul görmektedir. Bireyin geliri doğrultusunda ihtiyaç duyduğu şeyleri satın alması ve gelir düzeyi ile gider düzeyinin arasındaki dengeyi sağlayabilmesi durumunda normal bir satın alma sürecinin varlığından söz edilebilmektedir.¹⁹ Öte yandan aşırı, uygunluğu olmayan ve tüketicinin dürtüleri ile yönlendirilmesini sağlayan, kişilerin yaşamını olumsuz etkileyen bir davranışın olması durumunda, bu alışveriş bağımlılığı, kompulsif satın alma, onyomani gibi farklı isimlerle nitelendirilen bir problem olarak ifade edilmektedir.²⁰ Kompulsif satın alma, şahsın dürtüsel biçimde sıklıkla satın alma iç güdüsünü deneyimlemesi, bu güdüsünü kontrol altında tutulmaması nedeniyle oluşan ve finansal zorlukların yaşanmasına

15 M. R. Leary ve R. M. Kowalski, *Social Anxiety* (New York: The Guilford Press, 1995).

16 T. Doğan, “Bilişsel ve Kendini Değerlendirme Süreçlerinin Sosyal Anksiyete Açısından İncelenmesi” (Doktora tezi, Sakarya Üniversitesi, 2009).

17 V. Kaplan, “Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi (Kayseri İli Örneği)”, *Humanistic Perspective* 4, sy. 1 (2022): 107-125.

18 M. Y. Tabak ve S. Kahraman. “Genç Yetişkinlerde Sosyal Görünüş Kaygının Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Üzerindeki Yordayıcı Etkisi”, *Bağımlılık Dergisi* 23, sy. 1 (2022): 22-29.

19 B. Ünsalver, *Alışverişkolik* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2011).

20 R. J. Faber v.dğr., “Compulsive Consumption”, *Advances in Consumer Research* 14, sy. 1 (1987): 132-135.

sebepler olarak tanımlanmaktadır.²¹ Kompulsif satın alma davranışı ise davranışın dürtülerle yoğun ve tekrarlayıcı şekilde alışverişin gerçekleştirilmesi şeklinde tanımlanmaktadır.²² Kompulsif satın alma davranışı; satın alma dürtüsü, davranışın huzursuzluğa neden olması, zaman alması, belirgin düzeyde mesleki veya sosyal işlevselliğin olumsuz etkilenmesi, iflas, borçlanma gibi ekonomik problemlerin yaşanmasına neden olması, davranışın mani ya da hipomani dönemlerinde olmaması durumunu içermektedir.²³ Kompulsif satın alma davranışının sıklıkla görülmesine karşın, az bilinir olduğu ifade edilmektedir.²⁴ Böylesi bir davranışının sergilendiği süreçte kişi kronik bir dürtüyle harcama ve alışveriş eğiliminde olmakta, kaygı, stres gibi olumsuz duygularla baş edebilmek amacıyla alışverişini araç olarak görmektedir.²⁵

Bireylerin olumsuz duygularını engellenme ihtiyacı ile kompulsif satın alma davranışı gibi uyumsuz davranışlara yönelmesi mümkündür. Kişilerin duygularını düzenleme becerisinde eksiklikler olduğunda kendilerine pozitif olumlu duygular hissettiren davranışlara girmeleri söz konusudur.²⁶

Açıklamalar ışığında araştırmanın temel amacı; yetişkin bireylerde bilişsel duygu düzenleme gücü stratejileri ve sosyal görünüş kaygısı ile kompulsif satın alma davranışının arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

Yöntem

Araştırmada bilişsel duygu düzenleme gücü stratejileri ve sosyal görünüş kaygısı ile kompulsif satın alma davranışının arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla “ilişkisel tarama” modeli uygulanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu 384 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Verilerin toplanması aşamasında, katılımcılara bilgilendiril-

21 D. Zeren ve N. Gökdağlı, “Satın Alma Motivasyonları: Tüketicilerin Sanal Kompulsif Davranışları Üzerine Bir Araştırma”, *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Pazarlama Kongresi Özel Sayısı (2017): 41-58.

22 Tabak ve Kahraman, “Genç Yetişkinlerde Sosyal Görünüş Kaygısının Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Üzerindeki Yordayıcı Etkisi”, 22-29.

23 S. L. McElroy v.dğr., “Obsessive Compulsive Spectrum Disorder”, *J Clin Psychiatry* 55 (1994): 33-51.

24 M. Lejoyeux, ve A. Weinstein, *Shopping Addiction* (San Diego: Academic Press, 2013).

25 E. Edwards, “Development of a New Scale for Measuring Compulsive Buying Behavior”, *Financial Counseling and Planning* 4 (1993): 67-84.

26 Joël Billieux v.dğr., “Are All Facets of Impulsivity Related to Self-Reported Compulsive Buying Behavior?”, *Personality and Individual Differences* 44 (2008): 1432-1442.

miş onam formu sunulmuştur ve çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu beyan edilmiştir. Çalışmada katılımcıların demografik bilgilerinin alınması için “Sosyodemografik Veri Formu”, katılımcıların sosyal görünüş kaygısını belirlemek hedefiyle “Sosyal Görünüş Kaygı Ölçeği” (SGKÖ),²⁷ katılımcıların bilişsel duygu düzenleme stratejilerini ölçmek için “Bilişsel Duygu Ölçeği” (BDÖ)²⁸ ve katılımcıların kompulsif on-line satın alma davranışını belirlemek amacıyla “Kompulsif On-line Satın Alma Ölçeği” (KÇSAÖ)²⁹ kullanılmıştır. Katılımcılardan edinilen verilerin analiz edilmesinde, SPSS 25.0 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Katılımcıların demografik yapısının belirlenmesi ve ölçeklerden alınan puanlara ilişkin genel bilgilerin elde edilmesi için betimsel analiz yapılmıştır. Sosyal görünüş kaygısı, bilişsel duygu düzenleme gücü ve kompulsif on-line satın alma davranışı ile anlamlı bir ilişki varlığını ya da yokluğunu analiz etmek için korelasyon analizi yapılmıştır. Demografik değişkenlere göre BDÖ, KÇSAÖ ve SGKÖ’den alınan puanların farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için gruplar arası karşılaştırma yapılmıştır. Gruplar ikiye ayrıldığı için bağımsız örneklem t-testi tercih edilmiştir.

Bulgular

Çalışmaya dahil edilen kişilerin sosyodemografik nitelikleri Tablo 1’de yer almaktadır. Çalışmaya dahil edilen kişilerin %56,5’inin kadın, %43,5’inin erkek olduğu, %49,5’inin 20-29 yaşları arasında, %12,2’sinin 30-39 yaşları arasında, %9,9’unun 40-49 yaşları arasında, %16,7’sinin 50-59 yaşları arasında, %11,7’sinin 59-65 yaşları arasında olduğu, %6,5’inin ilköğretim mezunu, %16,1’inin ortaöğretim mezunu, %58,1’inin üniversite mezunu, %19,3’ünün yüksek lisans mezunu, %45,8’inin evli, %54,2’sinin bekâr olduğu, %27,9’unun aylık kazançları 0-4000 TL arasında, %17,2’sinin aylık kazançları 4001-6000 TL arasında, %12,8’inin aylık kazançları 6001-8000 TL arasında, %18,5’inin aylık kazançları 8001-10000 TL arasında, %23,7’sinin aylık kazançları 10001 TL ve üzerinde olduğu, %38,8’inin ebeveynleri ile, %45,6’sının eş ve çocukları ile, %15,6’sının yalnız yaşamakta olduğu görülmüştür.

27 T. A. Hart v.dğr., “Development and Examination of the Social Appearance Anxiety Scale”, *Assessment* 15, sy. 1 (2008): 48-59.

28 N. Garnefski v.dğr., “Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems”, *Personality and Individual Differences* 30 (2001): 1311-1327.

29 Cecilie Andreassen v.dğr., “The Bergen Shopping Addiction Scale: Reliability and Validity of a Brief Screening Test”, *Frontiers in Psychology* 6 (2015).

SGKÖ ortalaması ($\bar{X}=30.59$, $SS=13.97$), Kabul Etmeme ortalamaları ($\bar{X}=11.56$, $SS=3.06$), Pozitif Tekrar Odaklanma ortalamaları ($\bar{X}=12.41$, $SS=3.92$), Plana Tekrar Odaklanma ortalamaları ($\bar{X}=15.54$, $SS=3.11$), Pozitif Yeniden Gözden Geçirme ortalamaları ($\bar{X}=15.04$, $SS=3.74$), Bakış Açısına Yerleştirme ortalamaları ($\bar{X}=13.15$, $SS=3.83$), Düşünceye Odaklanma ortalamaları ($\bar{X}=13.65$, $SS=3.58$), Kendini Suçlama ortalamaları ($\bar{X}=10.31$, $SS=3.16$), Yıkım ortalamaları ($\bar{X}=9.88$, $SS=3.63$), Diğerlerini Suçlama ortalamaları ($\bar{X}=9.98$, $SS=3.51$), KÇSAÖ ortalamaları ($\bar{X}=19.36$, $SS=20.63$), Problem Çatışma Nüks ortalamaları ($\bar{X}=5.63$, $SS=8.46$), Düşünceyle Meşgul Olma ortalamaları ($\bar{X}=3.48$, $SS=2.92$), Duygu Düzenleme ortalamaları ($\bar{X}=4.14$, $SS=4.38$), Geri Çekilme ortalamaları ($\bar{X}=2.65$, $SS=3.67$), Tolerans ortalamaları ($\bar{X}=3.46$, $SS=4.30$).

SGKÖ ile Kabul Etmeme ($r=.186$, $p<0.01$), SGKÖ ile Pozitif Tekrar Odaklanma ($r=.107$, $p<0.05$), SGKÖ ile Düşünceye Odaklanma ($r=.229$, $p<0.01$), SGKÖ ile Kendini Suçlama ($r=.306$, $p<0.01$), SGKÖ ile Yıkım ($r=.411$, $p<0.01$), SGKÖ ile Diğerlerini Suçlama ($r=.328$, $p<0.01$), SGKÖ ile KÇSA ($r=.302$, $p<0.01$), SGKÖ ile Problem Çatışma Nüks ($r=.306$, $p<0.01$), SGKÖ ile Düşünceyle Meşgul Olma ($r=.289$, $p<0.01$), SGKÖ ile Duygu Düzenleme ($r=.218$, $p<0.01$), SGKÖ ile Geri Çekilme ($r=.234$, $p<0.01$), SGKÖ ile Tolerans ($r=.229$, $p<0.01$) parametreleri arasında pozitif yönlü zayıf ve orta düzeylerde ilişkiler gözlemlenmiştir.

Kabul Etmeme ile Duygu Düzenleme ($r=.147$, $p<0.01$) parametreleri arasında olumlu yönde düşük seviyelerde ilişki gözlemlenmiştir. Pozitif Tekrar Odaklanma ile Düşünceyle Meşgul Olma ($r=.204$, $p<0.01$) değişkenleri arasında pozitif yönde düşük düzeylerde ilişkiler saptanmıştır.

Plana Tekrar Odaklanma ile KÇSAÖ ($r=-.261$, $p<0.01$), Plana Tekrar Odaklanma ile Problem Çatışma Nüks ($r=-.340$, $p<0.01$), Plana Tekrar Odaklanma ile Duygu Düzenleme ($r=-.152$, $p<0.01$), Plana Tekrar Odaklanma ile Geri Çekilme ($r=-.170$, $p<0.01$), Plana Tekrar Odaklanma ile Tolerans ($r=-.242$, $p<0.01$) parametreleri arasında olumsuz yönde düşük ve orta seviyelerde ilişki gözlemlenmiştir.

Pozitif Yeniden Gözden Geçirme ile KÇSAÖ ($r=-.128$, $p<0.05$), Pozitif Yeniden Gözden Geçirme ile Problem Çatışma Nüks ($r=-.205$, $p<0.01$), Pozitif Yeniden Gözden Geçirme ile Tolerans ($r=-.129$, $p<0.05$) değişkenleri arasında olumsuz yönde zayıf düzeylerde ilişkiler saptanmıştır.

Düşünceye Odaklanma ile Düşünceyle Meşgul Olma ($r=.136$, $p<0.01$), Düşünceye

Odaklanma ile Duygu Düzenleme ($r=.194, p<0.01$) değişkenleri arasında pozitif yönlü zayıf düzeylerde ilişkiler saptanmıştır.

Kendini Suçlama ile KÇSAÖ ($r=.156, p<0.01$), Kendini Suçlama ile Problem Çatışma Nüks ($r=.160, p<0.01$), Kendini Suçlama ile Düşünceyle Meşgul Olma ($r=.160, p<0.01$), Kendini Suçlama ile Duygu Düzenleme ($r=.147, p<0.01$), Kendini Suçlama ile Geri Çekilme ($r=.107, p<0.05$) değişkenleri arasında pozitif yönlü zayıf düzeylerde ilişkiler saptanmıştır.

Yıkım ile KÇSAÖ ($r=.229, p<0.01$), Yıkım ile Problem Çatışma Nüks ($r=.278, p<0.01$), Yıkım ile Düşünceyle Meşgul Olma ($r=.200, p<0.01$), Yıkım ile Duygu Düzenleme ($r=.126, p<0.05$), Yıkım ile Geri Çekilme ($r=.152, p<0.01$), Yıkım ile Tolerans ($r=.158, p<0.01$) değişkenleri arasında pozitif yönlü zayıf düzeylerde ilişkiler saptanmıştır. Diğerlerini Suçlama ile KÇSA ($r=.201, p<0.01$), Diğerlerini Suçlama ile Problem Çatışma Nüks ($r=.192, p<0.01$), Diğerlerini Suçlama ile Düşünceyle Meşgul Olma ($r=.232, p<0.01$), Diğerlerini Suçlama ile Duygu Düzenleme ($r=.123, p<0.05$), Diğerlerini Suçlama ile Geri Çekilme ($r=.197, p<0.01$), Ötekilerini Suçlama ile Tolerans ($r=.136, p<0.01$) değişkenleri arasında olumlu yönde düşük düzeylerde ilişkiler saptanmıştır.

SGKÖ, Plana Tekrar Odaklanma, Pozitif Yeniden Gözden Geçirme, Bakış Açısına Yerleştirme, Kendini Suçlama, Yıkım, Diğerlerini Suçlama, KÇSAÖ, Düşünceyle Meşgul Olma, Duygu Düzenleme, Geri Çekilme, Tolerans alt boyutu cinsiyet parametresine göre anlamlı farklılık gözlemlenmiştir ($p>0.05$).

Kabul Etmeme alt ölçeğinden ($t(377.160)=2.42, p<0.05$), Düşünceye Odaklanma alt ölçeğinden ($t(329.329)=4.99, p<0.05$) aldıkları puanların cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Kadınların, erkeklere kıyasla yüksek ortalama puanlar aldıkları görülmüştür. Pozitif Tekrar Odaklanma alt ölçeğinden ($t(382)=-3.72, p<0.05$), Problem Çatışma Nüks alt ölçeğinden ($t(336.316)=-2.79, p<0.05$) aldıkları puanlar cinsiyet kategorisine göre anlamlı seviyede farklılık gözlemlenmiştir. Erkeklerin, kadınlara kıyasla daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir.

SGKÖ, Pozitif Tekrar Odaklanma, Plana Tekrar Odaklanma, Pozitif Yeniden Gözden Geçirme, Yıkım, Diğerlerini Suçlama, Problem Çatışma Nüks alt boyutu medeni durum değişkenine göre karşılaştırıldığında ölçeklerden alınan ortalama puanlarda istatistiksel olarak anlamlı seviyede farklılık saptanmamıştır ($p>0.05$). Bakış Açısına

Yerleştirme alt ölçeğinden ($t(382)=2.92, p<0.05$) aldıkları puanlar medeni durum kategorisine göre ortalama puanların anlamlı seviyede farklılaştığı görülmüştür. Buna göre, evli olanların, bekâr olan katılımcılara göre daha yüksek ortalama puanlar elde ettiği görülmektedir. Kabul Etmeme ($t(380.798)=-4.43, p<0.05$), Düşünceye Odaklanma ($t(382)=-3.90, p<0.05$), Kendini Suçlama ($t(381.874)=-4.71, p<0.05$), KÇSAÖ ölçeğinden ($t(380.032)=-4.49, p<0.05$), Düşünceyle Meşgul Olma ($t(381.363)=-4.92, p<0.05$), Duygu Düzenleme ($t(381.557)=-5.58, p<0.05$), Geri Çekilme ($t(375.906)=-4.53, p<0.05$), Tolerans boyutlarından ($t(369.892)=-4.98, p<0.05$) aldıkları puanlar medeni durum kategorisine göre karşılaştırıldığında ölçeklerden elde edilen puanların istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Buna göre, bekâr olanların, evli olan katılımcılara göre daha yüksek ortalama puanlar aldıkları tespit edilmiştir.

Tartışma

Yapılan analiz sonucunda, sosyal görünüş kaygısı ile bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden “kabul etmeme”, “pozitif tekrar odaklanma”, “düşünceye odaklanma”, “kendini suçlama”, “yıkım” ve “diğerlerini suçlama” arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Literatür incelendiğinde, Garnefski ve arkadaşları³⁰ tarafından belirlenen dokuz stratejiden, kendini suçlama, diğerlerini suçlama, yıkım ve ruminasyonun uyumsuz baş etme stratejileri olarak ele alındığı görülmektedir.³¹ Charania ve Krishnaveti,³² sosyal görünüş kaygısı, olumsuz değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi tespit etmek için yaptıkları araştırmada, fonksiyonel olmayan duygu düzenleme stratejilerinin sosyal görünüş kaygısıyla alakalı olduğunu bulmuştur.³³ Benzer şekilde, Noor ve arkadaşları, duygusal bastırma ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki olduğunu; bilişsel yeniden değerlendirmeyi daha az kullanan bireylerin sosyal görünüş kaygısının arttığını bildirmişlerdir.³⁴

30 N. Garnefski v.dğr., “Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems”, 1311-1327.

31 N. Garnefski v.dğr., “Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems”, 1311-1327.

32 Charania, I. ve H. Krishnaveti, “Relationship between Social Appearance Anxiety, Fear of Negative Evaluation and Emotion Regulation in Adolescents and Young Adults”, *International Journal of Indian Psychology* 9, sy. 2 (2021): 1525-1531.

33 Charania ve Krishnaveti, “Relationship between Social Appearance Anxiety, Fear of Negative Evaluation and Emotion Regulation in Adolescents and Young Adults”, 1525-1531.

34 N. Noor v.dğr., “Social Appearance Anxiety, Emotional Regulation and Quality of Life in Individuals with Premature Canities: A Correlational Study”, *J Pak Med Assoc* 72, sy. 2 (2022): 239-242.

Çalışmada elde edilen önemli bir bulgu, duygu dışavurumunu bastırma stratejisinin hem sosyal görünüş kaygısı ile hem de negatif değerlendirme korkusu ile ilişkili olmasıdır. Bu anlamda, işlevsiz başa çıkma yöntemlerinden birinin de duyguların ifadesinden kaçınma olduğu görülmektedir. Bulgular değerlendirildiğinde, literatürle paralel olarak duygu düzenleme stratejilerinin sosyal görünüş kaygısı ile ilişkili olduğu görülmektedir.

Araştırmada, sosyal görünüş kaygısı ile “pozitif yeniden gözden geçirme”, “plana tekrar odaklanma”, “bakış açısına yerleştirme” stratejileri arasında anlamlı bir sonuç bulgulanmamıştır. Literatür incelendiğinde, Onat ve Otrar pozitif yeniden gözden geçirmenin, yaşanan durumun olumlu yanına bakmayı tercih etmeyi içerdiğini belirtmektedirler.³⁵ Bu durum, kişilerin olaylardan olumsuz etkilenme derecesini azaltmaktadır. Bakış açısına yerleştirmede ise kişi yaşadığı olumsuz deneyimi diğerlerinin olumsuz deneyimleri ile kıyaslayarak azaltmaya çalışmaktadır. Plana tekrar odaklanmada ise, kişi yaşadığı olumsuz durumun üstesinden gelmek için yeni yollar aramaktadır.³⁶ Tüm bilişsel duygu düzenleme stratejileri birlikte düşünüldüğünde, yaşanan negatif deneyimin pozitif yönünü görme veya çözümüne yönelik harekete geçmeyi içerdiği görülebilir. Bu anlamda, sosyal görünüş kaygısı ile anlamlı ilişkisinin olmaması, işlevsel bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin kaygı ile olan ilişkiyi azalttığını gösteren diğer araştırma bulguları ile uyumludur.³⁷

Araştırma bulgularından bir diğeri, sosyal görünüş kaygısı ile kompulsif çevrim içi satın alma davranışları alt boyutlarının tümünün anlamlı düzeyde ilişkili olduğudur. Alanyazında Tabak ve Kahraman, sosyal görünüş kaygısı ve cinsiyetin kompulsif çevrim içi satın almayı %13,2 yordadığını bildirmişlerdir.³⁸ Ayrıca, dış görünüşünü etkileyen bir fiziksel rahatsızlığı olan ve mağazaya gitmek istememesinden ötürü çevrim içi alışverişi tercih eden bireylerin sosyal görünüş kaygıları ve kompulsif

35 O. Onat ve M. Otrar, “Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları”, *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi* 31, sy. 2 (2010): 123-143.

36 O. Turan, “Çocuklarda Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri Farkındalık Programının Geliştirilmesi ve Değerlendirilmesi” (Yüksek lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi, 2020).

37 Antonina Savostyanova Farmer ve Todd B. Kashdan, “Social anxiety and emotion regulation in daily life: Spillover effects on positive and negative social events”, *Cognitive Behaviour Therapy* 41 (2012): 152-162; H. Jazaieri v.dğr., “The role of emotion and emotion regulation in social anxiety disorder”, *Curr Psychiatry Rep* 17, sy. 1 (2015): 531; Kelly H. Werner v.dğr., “Assessing Emotion Regulation in Social Anxiety Disorder: The Emotion Regulation Interview”, *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 33 (2001): 346-354.

38 Tabak ve Kahraman, “Genç Yetişkinlerde Sosyal Görünüş Kaygının Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Üzerindeki Yordayıcı Etkisi”, 22-29.

çevrim içi satın almaları anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Yapılan çalışmalar, kompulsif satın alma davranışı sergileyen bireylerin psikolojik bozukluklardan etkilendiğini göstermektedir.³⁹ Öte yandan sosyal kaygının kompulsif satın alma ile ilişkili olduğu ve sosyal kaygının kompulsif alışverişi yordadığı bilinmektedir.⁴⁰ Bu çalışmalarda direkt biçimde sosyal görünüş kaygısı incelenmemiştir. Sosyal görünüş kaygısı yaşayan kişiler, dış görünüşlerinden dolayı endişe hissettiklerinden, dış görünüşlerine ekstra dikkat etmektedir. Kişi, diğerleri tarafından negatif değerlendirmeye tabi tutulmaktan korkmaktadır. Bu anlamda, sosyal görünüş kaygısı olan bireyler, en güzel şekilde görünmek için aşırı uğraş verebilir. Bu durum ise kompulsif satın alma davranışına öncülük edebilir. Bir diğer deyişle, sosyal görünüş kaygısının artması ile kompulsif satın alma davranışı artabilir. Çevrim içi alışveriş, sosyal bir performansı içermediğinden, sosyal görünüş kaygısı olan bireylerin çevrim içi alışverişi tercih ederek olumsuz değerlendirilme endişesinden kaçındıkları söylenebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgularda kompulsif çevrim içi satın alma ile bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkiye göre elde edilen sonuçlarda, kabul etmeme, kendini suçlama, pozitif tekrar odaklanma, düşünceye odaklanma, yıkım ve diğerlerini suçlama ile kompulsif çevrim içi satın alma arasında olumlu yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Alanyazında Anderson ve arkadaşları, bilişsel duygu düzenleme stratejilerini kullanan bireylerin depresyona yatkın olduğunu bildirmişlerdir.⁴¹ O’guinn ve Faber, araştırmalarında kompulsif satın alma davranışı ile ilişkili faktörleri incenlemiş kompulsif satın alma davranışı gösteren kişilerin bireysel olarak sahip oldukları problemler araştırılmıştır.⁴² Bulgular, kompulsif satın alma davranışı sergileyen kişilerin kontrol mekanizmaları sorunlarının ve kaygı problemlerinin olduğunu göstermiştir. Aynı çalışmada katılımcıların benlik duygusunun düşük, hayal gücünün yüksek olduğu görülmüş, dürtüsel satın alma ise kompulsif satın alma davranışının öncülüdür şeklinde bir sonuç bildirilmiştir. Literatürdeki bulgulardan yola çıkarak, doğrudan sosyal görünüş kaygısıyla bilişsel duygu durum düzenleme stratejileri arasındaki ilişki bilinmese de bu araştırma bulguları neden bu bilişsel stratejilerin sos-

39 A. Muller v.dğr., “Compulsive buying”, *Am J Addict* 24, sy. 2 (2015): 132-137.

40 R. J. Harnish v.dğr., “The Maladaptive Pursuit of Consumption: the Impact of Materialism, Pain of Paying, Social Anxiety, Social Support, and Loneliness on Compulsive Buying”, *International Journal of Mental Health and Addiction* 17, sy. 5 (2019).

41 Craig A. Anderson, v.dğr., “Behavioral and Characterological Attributional Styles as Predictors of Depression and Loneliness: Review, Refinement, and Test”, *Journal of Personality and Social Psychology* 66 (1994): 549-558.

42 Thomas C. O’Guinn ve Ronald J. Faber, “Compulsive Buying: A Phenomenological Exploration”, *Journal of Consumer Research* 16, sy. 2 (1989): 147-157.

yal görünüş kaygısını artırdığı yönünde bir fikir vermektedir. Bu anlamda, duruma yönelik bilişsel değerlendirmelerin negatif olması ve geleceği de negatif yordaması işlevsiz bir sonuç ortaya çıkarmakta, bu ise kaygı ile ilişkili olmaktadır.

Sosyal görünüş kaygısı ölçeği, plana tekrar odaklanma, pozitif yeniden gözden geçirme, bakış açısına yerleştirme, kendini suçlama, yıkım, diğerlerini suçlama, KÇSAÖ, düşünceyle meşgul olma, duygu düzenleme, geri çekilme, tolerans alt boyutu cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık bulgulanmamıştır.

Turel ve arkadaşları gerçekleştirdikleri çalışmalarında, sosyal görünüş kaygısının kadınlar için olduğu kadar erkekler için de ciddi bir risk faktörü olduğunu bulmuştur.⁴³ Şanlıer ve arkadaşları, kadın katılımcıların daha yüksek eğilimler sergilediğini; erkeklerin ise daha yüksek sosyal görünüş kaygısı sergilediğini bulmuştur.⁴⁴

Thompson ve Chad sosyal görünüş kaygısını genç kadınlarda araştırmış ve sosyal görünüş kaygısının direkt biçimde yeme bozukluklarıyla alakalı olduğunu bulmuştur.⁴⁵ Ayrıca sosyal görünüş kaygısının, 22-23 yaşındaki kadınlarda arttığı görülmüştür. Yetişkin kadınlarda, olumsuz bir beden imajı, daha fazla sosyal fizik kaygısı duyguları ile ilişkili bulunmuştur.

Araştırma sonucunda, kabul etmeme ve düşünceye odaklanma alt ölçeğinden kadınlar, erkeklere göre daha yüksek ortalamaya sahiptir. Pozitif Tekrar Odaklanma alt ölçeği ve Problem Çatışma Nüks alt ölçeğinden alınan puanlar incelendiğinde ise erkekler, kadınlara göre daha yüksek ortalamaya sahiptir. Min ve arkadaşları, kendini suçlama stratejisinin erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olduğunu bulmuştur.⁴⁶

Adamczyk (Adamczyk 2021) ise kompulsif çevrim içi satın alma davranışının 15 yaş üstü Polonyalı katılımcılar arasında en çok kadınlarda görüldüğünü ifade etmiştir. Bununla birlikte, Müller ve arkadaşları, cinsiyete göre kompulsif çevrim içi satın

43 Tacibaht, Turel v.dğr., “Disordered Eating: Influence of Body Image, Sociocultural Attitudes, Appearance Anxiety and Depression—A Focus on College Males and a Gender Comparison”, *Cogent Psychology* 5 (2018).

44 N. Şanlıer, v.dğr., “Determining the Relationship Between Body Mass Index, Healthy Lifestyle Behaviors and Social Appearance Anxiety”, *Ecol Food Nutr* 57, sy. 2 (2018): 124-139.

45 A. M. Thompson ve K. E. Chad. “The Relationship of Social Physique Anxiety to Risk for Developing an Eating Disorder in Young Females”, *J Adolesc Health* 31, sy. 2 (2002): 183-189.

46 J. A. Min v.dğr., “Cognitive Emotion Regulation Strategies Contributing to Resilience in Patients with Depression and/or Anxiety Disorders”, *Compr Psychiatry* 54 (2013): 1190-1199.

alma davranışının farklılaşmadığını bulmuşlardır. Bu bulgu, bu araştırmanın bulguları ile uyumludur.⁴⁷

Yapılan bir araştırmada genç yetişkinlerde ilişkisel bağımlı benlik kurgu özellikleri ile bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Buna göre, kadınların daha yüksek ilişkisel bağımlı benlik kurgu özelliklerine sahip olduğu görülmüştür. Yanı sıra, ilişkisel bağımlı benlik özelliklerine sahip olan katılımcıların bilişsel duygu düzenleme stratejileri incelendiğinde, kendini suçlama ve düşünceye odaklanma stratejilerini daha fazla kullandığı tespit edilmiştir. Düşünceye odaklanma, olayın sebep-sonucundan çok olumsuz yönüne odaklanmasıdır, kendini suçlama eğilimine benzer şekilde depresyon ve düşük psikolojik iyilik hali ile ilişkilendirilmektedir.⁴⁸

Kabul Etmeme, Düşünceye Odaklanma, Kendini Suçlama, KÇSAÖ, Düşünceyle Meşgul Olma, Duygu Düzenleme, Geri Çekilme, Tolerans alt boyutundan alınan puanlar incelendiğinde; bekar olanların evli olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Min ve arkadaşları bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden olumlu yeniden odaklanma evli veya birlikte yaşayan hastalarda yalnız yaşayanlara göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.⁴⁹ Bu durumun sebeplerinden biri, evliliğin sağladığı sosyal destek olabilir. Evliliğin faydalarına ilişkin teoriler, evliliğin temel ve evrensel insan ihtiyaçlarını karşıladığını ve yalnızlıktan kurtulmayı sağladığını vurgulamaktadır. Bir partnere güvenmenin özgüveni ve başa çıkma yeteneğini arttırdığı da söylenmektedir.⁵⁰ Bu durum işlevsel duygu düzenleme stratejilerini arttırmış olabilir.

Sonuç

Bu araştırmada ulaşılan sonuçlar şu şekilde özetlenebilir: Sosyal görünüş kaygısı ile bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasında olumlu yönde bir ilişki olduğu göz-

47 Muller v.dğr., “Compulsive Buying”, 132-137.

48 Kelsey S., Dickson v.dğr., “The Role of Executive Functioning in Adolescent Rumination and Depression”, *Cognitive Therapy and Research* 41 (2017): 62-72.

49 Min v.dğr., “Cognitive Emotion Regulation Strategies Contributing to Resilience in Patients with Depression and/or Anxiety Disorders”, 1190-7119.

50 Diener v.dğr., “Similarity of the Relations between Marital Status and Subjective Well-Being Across Cultures”, 419-436.

lemelenmiştir. Sosyal görünüş kaygısı ile kompulsif çevrim içi satın alma davranışları arasında da pozitif yönlü bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği, kadınların erkeklere kıyasla yüksek ortalamaya sahip olduğu saptanmıştır. Kompulsif çevrim içi satın almanın cinsiyete göre farklılık gösterdiği, erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek ortalamaya sahip olduğu anlaşılmıştır.

Elde edilen veriler ışığında tüketicilerin kompulsif satın alma davranışlarıyla ilgili müdahalelerde ilgili etkenlerin çalışılması adına sosyal görünüş kaygısının ele alınmasının ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin çalışılmasının fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda kompulsif satın alma davranışının maddi güçlükleri de söz konusu olabileceğinden erken tanı ve müdahale önemli görülmektedir. Kompulsif satın alma davranışının tedavisinde, sosyal görünüş kaygısı ve bilişsel duygu düzenleme gücünün etkisinin boyutu tespit edildikten sonra, müdahale programlarına, işlevsel stratejilerin edinilmesi için gerekli olan teknikler eklenebilir.

Gelecek çalışmalar için sosyal görünüş kaygısı, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve kompulsif çevrim içi satın alma davranışları arasındaki ilişkilerin çok daha fazla bir sıklıkla ve farklı örneklem gruplarıyla araştırılması önerilebilir. Ayrıca, gelecek çalışmalar için nedensel çıkarım yapılması mümkün olan araştırma metodolojileri ile bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin sosyal görünüş kaygısı ve kompulsif satın alma davranışı üzerindeki etkisinin ele alınması önerilebilir.

Teşekkür

Makalenin yazımını esnasında bana destek olan ve katkılarını esirgemeyen Dr. Öğr. Üyesi Bahar AKOĞLU'na teşekkürü borç bilirim.

Kaynaklar

Adamczyk, Grzegorz. "Compulsive and Compensative Buying Among Online Shoppers: An Empirical Study". *PLOS ONE* 16, sy. 6 (2021): e0252563. DOI: 10.1371/journal.pone.0252563.

Alemdağ, Serdar ve Erman Öncü. "Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi". *International Journal of Science Culture and Sport* 3, sayı 3 (2015): 287-300.

Anderson, Craig A., Rowland S. Miller, Alice L. Riger, Jody C. Dill ve Constantine Sedikides. “Behavioral and Characterological Attributional Styles as Predictors of Depression and Loneliness: Review, Refinement, and Test”. *Journal of Personality and Social Psychology* 66 (1994): 549-558.

Andreassen, Cecilie, Mark Griffiths, Ståle Pallesen, Robert Bilder, Torbjørn Torsheim ve Elias Aboujaoude. “The Bergen Shopping Addiction Scale: Reliability and Validity of a Brief Screening Test”. *Frontiers in Psychology* 6 (2015).

Avcı, F. F., N. Kılıç, G. Saltukoğlu ve M. Astar. “Ergenlerde Ayrılma-Bireyleşme Düzeyi ve Cinsiyete Göre Beden Algısı, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Yeme Tutumu”. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi* 19 (2022): 287-314.

Billieux, Joël, Lucien Rochat, Marie My Lien Rebetz ve Martial Van der Linden. “Are All Facets of Impulsivity Related to Self-Reported Compulsive Buying Behavior?”. *Personality and Individual Differences* 44 (2008): 1432-1442.

Çepikkurt, Fatma ve Funda Coşkun. “Social Physique Anxiety and Body Image Satisfaction Levels of Collegian Dancers”. *Pamukkale Journal of Sport Sciences* 1, sy. 2 (2010): 17-24.

Charania, I. ve H. Krishnaveti. “Relationship between Social Appearance Anxiety, Fear of Negative Evaluation and Emotion Regulation in Adolescents and Young Adults”. *International Journal of Indian Psychology* 9, sy. 2 (2021): 1525-1531.

Dickson, Kelsey S., Jeffrey A. Ciesla, ve Kate Zelic. “The Role of Executive Functioning in Adolescent Rumination and Depression”. *Cognitive Therapy and Research* 41 (2017): 62-72.

Diener, Ed, Carol L. Gohm, Eunkook Suh ve Shigehiro Oishi. “Similarity of the Relations between Marital Status and Subjective Well-Being Across Cultures”. *Journal of Cross-Cultural Psychology* 31 (2000): 419-436.

Doğan, T. “Bilişsel ve Kendini Değerlendirme Süreçlerinin Sosyal Anksiyete Açısından İncelenmesi”. Doktora tezi, Sakarya Üniversitesi, 2009.

Edwards, E. “Development of a New Scale for Measuring Compulsive Buying Behavior”. *Financial Counseling and Planning* 4 (1993): 67-84.

Faber, R. J., T. C. O’Guinn ve R. Krych. “Compulsive Consumption”. *Advances in Consumer Research* 14, sy. 1 (1987): 132-135.

Farmer, Antonina Savostyanova ve Todd B. Kashdan. “Social Anxiety and Emotion Regulation in Daily Life: Spillover Effects on Positive and Negative Social Events”. *Cognitive Behaviour Therapy* 41 (2012): 152-162.

Garnefski, N., V. Kraaij ve P. Spinhoven. “Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems”. *Personality and Individual Differences* 30 (2001): 1311-1327.

Green, M. Understanding Emotions, *What is an Emotion?* içinde, ed. K. Oatley, Keltner, D., Jenkins, J. M. Oxford, UK: Blackwell Publishing, 2007.

Harnish, R. J., K. R. Bridges, T. G. Joshua ve A. E. Carson. “The Maladaptive Pursuit of Consumption: the Impact of Materialism, Pain of Paying, Social Anxiety, Social Support, and Loneliness on Compulsive Buying”. *International Journal of Mental Health and Addiction* 17, sy. 5 (2019).

Hart, T. A., D. B. Flora, S. A. Palyo, D. M. Fresco, C. Holle ve R. G. Heimberg. “Development and Examination of the Social Appearance Anxiety Scale”. *Assessment* 15, sy. 1 (2008): 48-59.

Jazaieri, H., A. S. Morrison, P. R. Goldin ve J. J. Gross. “The Role of Emotion and Emotion Regulation in Social Anxiety Disorder”. *Curr Psychiatry Rep* 17, sy. 1 (2015): 531.

Kaplan, V. “Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi (Kayseri İli Örneği)”. *Humanistic Perspective* 4, sy. 1 (2022): 107-125.

Kılıç, M. “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, 2015.

Lazarus, Richard S. *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press, 1991.

Leahy, R. L., D. Tirch ve L. A. Napolitano. *Emotion Regulation in Psychotherapy:*

Apractitioner 'sguide. New York: Guilfordpress, 2011.

Leary, M. R. ve R. M. Kowalski. *Social Anxiety*. New York: The Guilford Press, 1995.

Lejoyeux, M. ve A. Weinstein. *Shopping Addiction*. San Diego: Academic Press, 2013.

McElroy, S. L., K. A. Phillips ve P. E. Keck. "Obsessive Compulsive Spectrum Disorder". *J Clin Psychiatry* 55 (1994): 33-51.

Yıldız, Mehmet Ali ve Baki Duy. "Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması". *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* 5, sy. 41 (2014): 23-35.

Min, J. A., J. J. Yu, C. U. Lee ve J. H. Chae. "Cognitive Emotion Regulation Strategies Contributing to Resilience in Patients with Depression and/or Anxiety Disorders". *Compr Psychiatry* 54 (2013): 1190-7119.

Muller, A., J. E. Mitchell ve M. de Zwaan. "Compulsive Buying". *Am J Addict* 24, sy. 2 (2015): 132-137.

Mullin, Benjamin C. ve Stephen P. Hinshaw. "Emotion Regulation and Externalizing Disorders in Children and Adolescents". *Handbook of Emotion Regulation* içinde, New York: The Guilford Press, 2007.

Naragon-Gainey, K., T. P. McMahon ve T. P. Chacko. "The Structure of Common Emotion Regulation Strategies: A Meta-analytic Examination". *Psychol Bull* 143, sy. 4 (2017): 384-427.

Noor, N., S. Latif ve R. Irfan. "Social Appearance Anxiety, Emotional Regulation and Quality of Life in Individuals with Premature Canities: A Correlational Study". *J Pak Med Assoc* 72, sy. 2 (2022): 239-242.

O'Guinn, Thomas C. ve Ronald J. Faber. "Compulsive Buying: A Phenomenological Exploration". *Journal of Consumer Research* 16, sy. 2 (1989): 147-157.

Onat, O. ve M. Otrar. "Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları". *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi*

Eğitim Bilimleri Dergisi 31, sy. 2 (2010): 123-143.

Polat, Y. B. “Haset, İmrenme ve Kıskançlık Duygu Durumlarının Ayırıştırılması”. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi* 3, sy. 2 (2017): 29-42.

Sanlier, N., M. Pehlivan, G. Sabuncular, S. Bakan ve Y. Isguzar. “Determining the Relationship Between Body Mass Index, Healthy Lifestyle Behaviors and Social Appearance Anxiety”. *Ecol Food Nutr* 57, sy. 2 (2018): 124-139.

Tabak, M. Y. ve S. Kahraman. “Genç Yetişkinlerde Sosyal Görünüş Kaygının Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Üzerindeki Yordayıcı Etkisi”. *Bağımlılık Dergisi* 23, sy. 1 (2022): 22-29.

Thompson, A. M. ve K. E. Chad. “The Relationship of Social Physique Anxiety to Risk for Developing an Eating Disorder in Young Females”. *J Adolesc Health* 31, sy. 2 (2002): 183-189.

Turan, O. “Çocuklarda Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri Farkındalık Programının Geliştirilmesi ve Değerlendirilmesi”. Yüksek lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi, 2020.

Turel, Tacibaht, Molly Jameson, Priscilla Gitimu, Zara Rowlands, Jeanine Mincher ve Rachael Pohle-Krauza. “Disordered Eating: Influence of Body Image, Sociocultural Attitudes, Appearance Anxiety and Depression—A Focus on College Males and a Gender Comparison”. *Cogent Psychology* 5 (2018).

Ünsalver, B. *Alışverişkolik*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2011.

Werner, Kelly H., Philippe R. Goldin, Tali M. Ball, Richard G. Heimberg ve James J. Gross. “Assessing Emotion Regulation in Social Anxiety Disorder: The Emotion Regulation Interview”. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 33 (2001): 346-354.

Zeren, D. ve N. Gökdağlı. “Satın Alma Motivasyonları: Tüketicilerin Sanal Kompulsif Davranışları Üzerine Bir Araştırma”. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Pazarlama Kongresi Özel Sayısı* (2017): 41-58.

Yazarların Katkı Oranı

SIRA	AD SOYAD	ORCID	MAKALEYE KATKISI
1	Burcu Bölenler	0000-0002-4213-7721	2, 3, 4, 5
2	Bahar Akoğlu	0000-0002-1457-2531	1, 4, 5

*Katkı bölümüne ilgili açıklamanın karşılığına gelen rakam(lar)ı yazınız.

- 1- Çalışmanın tasarlanması
- 2- Verilerin toplanması.
- 3- Verilerin analizi ve yorumu
- 4- Yazının yazılması
- 5- Kritik revizyon

Tablolar

Tablo 1.

Katılımcıların Demografik Özellikleri

Özellikler		n	%
Cinsiyetiniz	Kadın	217	56.5
	Erkek	167	43.5
	Total	384	100.0
Yaş	20-29	190	49.5
	30-39	47	12.2
	40-49	38	9.9
	50-59	64	16.7
	59-65	45	11.7
	Total	384	100.0
Eğitim Durumu	İlköğretim mezunu	25	6.5
	Ortaöğretim mezunu	62	16.1
	Lisans	223	58.1
	Yüksek Lisans	74	19.3
	Total	384	100.0
Medeni Durum	Evli	176	45.8
	Bekâr	208	54.2
	Total	384	100.0

Aylık Gelir Durumu	0-4000 TL	107	27.9
	4001-6000 TL	66	17.2
	6001-8000 TL	49	12.8
	8001-10000 TL	71	18.5
	10001 TL ve Üzeri	91	23.7
	Total	384	100.0
Kimlerle Yaşadığı	Ebeveynleri ile	149	38.8
	Eş çocukları ile	175	45.6
	Yalnız	60	15.6
	Total	384	100.0

Tablo 2.
SGKÖ, BDÖ, KÇSAÖ Tanımlayıcı Değerleri

	n	Min	Maks	\bar{X}	Ss.
SGKÖ	384	16	80	30.59	13.97
Kabul Etmeme	384	4	19	11.56	3.06
Pozitif Tekrar Odaklanma	384	4	20	12.41	3.92
Plana Tekrar Odaklanma	384	5	20	15.54	3.11
Pozitif Yeniden Gözden Geçirme	384	4	20	15.04	3.74
Bakış Açısına Yerleştirme	384	4	20	13.15	3.83
Düşünceye Odaklanma	384	4	20	13.65	3.58
Kendini Suçlama	384	4	20	10.31	3.16
Yıkım	384	4	20	9.88	3.63
Diğerlerini Suçlama	384	4	20	9.98	3.51
KÇSAÖ	384	0	80	19.36	20.63
Problem Çatışma Nüks	384	0	32	5.63	8.46
Düşünceyle Meşgul Olma	384	0	12	3.48	2.92
Duygu Düzenleme	384	0	16	4.14	4.38
Geri Çekilme	384	0	15	2.65	3.67
Tolerans	384	0	17	3.46	4.30

Tablo 3.
SDKÖ, BDÖ, KÇSAÖ Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1-Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği	1															
2-Kabul Etmeme	.186**	1														
3-Pozitif Tekrar Odaklanma	.107*	0.014	1													
4-Plana Tekrar Odaklanma	0.030	.233**	.475**	1												
5-Pozitif Yeniden Gözden Geçirme	0.022	.255**	.591**	.692**	1											
6-Bakış Açısına Yerleştirme	0.082	.176**	.449**	.469**	.584**	1										
7-Düşünce Odaklanma	.229**	.453**	0.068	.381**	.289**	.213**	1									
8-Kendini Suçlama	.306**	.519**	0.027	.187**	.197**	0.082	.421**	1								
9-Yıkım	.411**	.311**	.123*	-0.014	-0.073	.151**	.271**	.352**	1							
10-Diğerlerini Suçlama	.328**	.292**	.135**	0.090	.110*	.262**	.213**	.219**	.543**	1						
11-KÇSA	.302**	0.083	0.077	-.261**	-.128*	-0.039	0.052	.156**	.229**	.201**	1					
12-Problem Çatışma Nüks	.306**	0.031	0.081	-.340**	-.205**	-0.071	-0.063	.160**	.278**	.192**	.904**	1				
13-Düşünceyle Meşgul Olma	.289**	0.046	.204**	-0.060	0.024	0.012	.136**	.160**	.200**	.232**	.729**	.503**	1			
14-Duygu Düzenleme	.218**	.147**	0.017	-.152**	-0.055	-0.007	.194**	.147**	.126*	.123*	.834**	.598**	.665**	1		
15-Geri Çekilme	.234**	0.096	0.034	-.170**	-0.052	-0.009	0.061	.107*	.152**	.197**	.886**	.767**	.598**	.675**	1	
16-Tolerans	.229**	0.076	0.025	-.242**	-.129*	-0.039	0.033	0.082	.158**	.136**	.920**	.765**	.644**	.781**	.795**	1

** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ Uygulanan testin ismi: Pearson Korelasyon Testi

Tablo 4.
Cinsiyete Göre SGKÖ, BDÖ, KÇSAÖ Karşılaştırılması

		n	\bar{X}	Ss.	t	Sd.	p
SGKÖ	Kadın	217	30.17	13.61	-0.68	382	0.497
	Erkek	167	31.14	14.45			
Kabul Etmeme	Kadın	217	11.88	3.23	2.42	377.160	0.016*
	Erkek	167	11.14	2.78			
Pozitif Tekrar Odaklanma	Kadın	217	11.77	3.86	-3.72	382	0.000*
	Erkek	167	13.25	3.86			
Plana Tekrar Odaklanma	Kadın	217	15.76	2.89	1.61	382	0.108
	Erkek	167	15.25	3.35			
Pozitif Yeniden Gözden Geçirme	Kadın	217	15.30	3.58	1.52	339.147	0.129
	Erkek	167	14.71	3.93			
Bakış Açısına Yerleştirme	Kadın	217	13.29	3.87	0.82	382	0.410
	Erkek	167	12.97	3.78			
Düşünceye Odaklanma	Kadın	217	14.44	3.25	4.99	329.329	0.000*
	Erkek	167	12.62	3.74			
Kendini Suçlama	Kadın	217	10.24	3.21	-0.53	382	0.597
	Erkek	167	10.41	3.10			
Yıkım	Kadın	217	9.63	3.63	-1.55	382	0.123
	Erkek	167	10.20	3.62			
Diğerlerini Suçlama	Kadın	217	9.93	3.44	-0.34	382	0.737
	Erkek	167	10.05	3.61			
KÇSAÖ	Kadın	217	18.41	20.29	-1.02	382	0.308
	Erkek	167	20.58	21.06			
Problem Çatışma Nüks	Kadın	217	4.57	7.97	-2.79	336.316	0.006*
	Erkek	167	7.01	8.88			
Düşünceyle Meşgul Olma	Kadın	217	3.35	2.87	-1.04	382	0.298
	Erkek	167	3.66	2.98			
Duygu Düzenleme	Kadın	217	4.36	4.50	1.12	367.426	0.261
	Erkek	167	3.86	4.22			
Geri Çekilme	Kadın	217	2.63	3.70	-0.09	382	0.930
	Erkek	167	2.66	3.64			
Tolerans	Kadın	217	3.51	4.46	0.26	382	0.793
	Erkek	167	3.40	4.08			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Tablo 5.
Medeni Duruma Göre SGKÖ, BDÖ, KÇSAÖ Karşılaştırılması

		n	\bar{X}	Ss.	t	Sd.	p
SGKÖ	Evli	176	29.33	13.05	-1.65	380.988	0.100
	Bekâr	208	31.66	14.65			
Kabul Etmeme	Evli	176	10.83	2.81	-4.43	380.798	0.000*
	Bekâr	208	12.17	3.14			
Pozitif Tekrar Odaklanma	Evli	176	12.74	4.15	1.51	382	0.133
	Bekâr	208	12.13	3.70			
Plana Tekrar Odaklanma	Evli	176	15.54	3.35	-0.01	347.644	0.991
	Bekâr	208	15.54	2.89			
Pozitif Yeniden Gözden Geçirme	Evli	176	14.89	3.82	-0.75	382	0.455
	Bekâr	208	15.17	3.68			
Bakış Açısına Yerleştirme	Evli	176	13.77	3.97	2.92	382	0.004*
	Bekâr	208	12.63	3.64			
Düşünceye Odaklanma	Evli	176	12.89	3.76	-3.90	382	0.000*
	Bekâr	208	14.29	3.30			
Kendini Suçlama	Evli	176	9.52	2.76	-4.71	381.874	0.000*
	Bekâr	208	10.98	3.32			
Yıkım	Evli	176	9.59	3.64	-1.45	382	0.147
	Bekâr	208	10.13	3.61			
Diğerlerini Suçlama	Evli	176	9.77	3.55	-1.06	382	0.290
	Bekâr	208	10.15	3.47			
KÇSAÖ	Evli	176	14.43	17.45	-4.49	380.032	0.000*
	Bekâr	208	23.52	22.18			
Problem Çatışma Nüks	Evli	176	4.76	7.10	-1.90	377.244	0.059
	Bekâr	208	6.36	9.41			
Düşünceyle Meşgul Olma	Evli	176	2.72	2.64	-4.92	381.363	0.000*
	Bekâr	208	4.13	2.99			
Duygu Düzenleme	Evli	176	2.85	3.91	-5.58	381.557	0.000*
	Bekâr	208	5.24	4.47			
Geri Çekilme	Evli	176	1.77	2.99	-4.53	375.906	0.000*
	Bekâr	208	3.39	4.02			
Tolerans	Evli	176	2.34	3.34	-4.98	369.892	0.000*
	Bekâr	208	4.41	4.77			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi