

Öz Tiksınme ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kendini Gizlemenin Aracı Rolü

Asiye Yıldırım¹
Maltepe Üniversitesi

Başak Bahtiyar²
Maltepe Üniversitesi

Özet

Öz tiksınme bireyin, genel olarak kendisini ya da belirli özelliklerini tiksindirici bulması biçiminde tanımlanmaktadır. Sürekli ve işlevsiz bir örüntü olarak nitelendirilen bu kavram başta depresyon olmak üzere, çeşitli psikolojik problemler için bir yatkınlık faktörü olarak değerlendirilmektedir. Bununla birlikte, öz tiksınmenin psikopatolojideki rolüne dair açıklayıcı mekanizmalara yönelik bilgi ihtiyacı devam etmektedir. Bu çalışmada, benliğe yönelik tiksınme duygusu ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kendini gizleme eğiliminin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya 18-30 yaş aralığında ($Ort. = 21.55$, $S = 1.98$) 495 üniversite öğrencisi (390 kadın, 105 erkek) dâhil olmuştur. Araştırmanın verisi, Öz Tiksınme Ölçeği-Revize Formu, Kendini Gizleme Ölçeği ve Kısa Belirti Ölçeği-25 kullanılarak elde edilmiştir. Cinsiyete ilişkin karşılaştırma sonuçları, erkeklerde kendini gizleme eğiliminin kadınlara göre daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Korelasyon analizi sonuçları da öz tiksınme, kendini gizleme ve psikolojik belirtilerin birbirleri ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Son olarak, yapılan regresyon analizinde kendini gizleme eğiliminin, benliğe yönelik tiksınme ve psikolojik belirti arasındaki ilişkide kısmi aracı rolünün olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar, güncel bir kavram olan öz tiksınmenin psikolojik sorunlarla ilişkisinde, önemli olan açıklayıcı mekanizmalara işaret etmektedir.

Anahtar kelimeler: Öz tiksınme, kendini gizleme, psikolojik belirti

Abstract

The experience of disgust directed to one's self-related characteristic or overall self is conceptualized as self-disgust. This stable and dysfunctional pattern is considered a vulnerability factor for different psychological problems, particularly depression. On the other hand, the need for empirical evidence to highlight the explanatory mechanisms of self-disgust related to psychopathology remains. Therefore, the current study aimed to examine the mediator role of self-concealment in the association between disgust directed to self and psychological symptoms. The study was carried out with 495 university students (390 females, 105 males) whose ages were ranged between 18-30 ($M = 21.55$, $SD = 1.98$). Self-Disgust-Revised Form, Self-Concealment Scale, and Brief Symptom Inventory-25 were administered for data collection. The findings initially revealed a significant gender difference in which men had a higher tendency to conceal private information from others compared to women. In addition, correlation analysis yielded significant and positive correlations among self-disgust, self-concealment, and psychological symptoms. Finally, regression analysis revealed that self-concealment partially mediated the association between self-disgust and psychological symptoms. These findings contribute to the literature by pointing out possible explanatory mechanisms of self-disgust related psychological problems.

Keywords: Self-disgust, self-concealment, psychological symptoms

Yazışma Adresi: ¹Dr. Öğr. Üyesi Asiye Yıldırım, Maltepe Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji (İngilizce) Bölümü, Marmara Eğitim Köyü, Maltepe / İstanbul, asiye.yildirim@maltepe.edu.tr, ORC-ID: 0000-0001-6852-2444

²Dr. Öğr. Üyesi Başak Bahtiyar, Maltepe Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji (İngilizce) Bölümü, Marmara Eğitim Köyü, Maltepe / İstanbul, basakbahtiyar@maltepe.edu.tr, ORC-ID: 0000-0002-0012-4404

Gönderim Tarihi: 15.01.2020

Kabul Tarihi: 05.11.2020

Temel duygulardan biri olarak tanımlanan tiksime duygusu, bireyin nahoş veya zararlı bir uyarandan kaçınma tepkilerini harekete geçiren ve uyumsal yönü bulunan bir duygudur (Ekman, 1992). Tiksinme duygusu kendine özgü yüz ifadelerine sahip olmasının yanı sıra, ortaya çıkardığı davranışsal ve fizyolojik tepkiler bağlamında da ayırt edilebilen bir duygudur (Rozin, Haidt ve McCauley, 1999). Bu duygu temelde zararlı yiyeceklerin ağızla teması bağlamında tanımlanmasıyla beraber (Rozin ve Fallon, 1987), tiksime duygusunu tetikleyen uyarıların çevresel (örn., hayvansal), kişilerarası veya ahlaki faktörler düzeyinde çeşitlilik gösterdiği de ifade edilmektedir (Rozin ve ark., 1999). Ayrıca, uyumsal nitelik taşıyan bu temel duygunun işlevsel olmayan biçimi kaygı bozuklukları (bkz., Olatunji, Cisler, McKay ve Phillips, 2010) ve yeme bozuklukları (Davey, Buckland, Tantow ve Dallos, 1998; Troop, Treasure ve Serpell, 2002) gibi birtakım psikopatolojik belirtilerle de ilişki gösterebilmektedir. Bu çalışmada ise benliğe yönelik tiksime deneyimi olarak tanımlanan öz tiksime ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kendini gizlemenin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Power ve Dalgleish (2008) tiksime duygusunun özel bir biçimi olarak, benliğe yönelik tiksinden de (öz tiksime) bahsedilebileceğini ifade etmişler; dahası, kendini suçluluk, utanç veya mahcubiyet biçiminde gösteren bu tür bir tiksinden depresyon açısından önemli bir rol oynayabileceğini öne sürmüşlerdir. Kavramsal olarak öz tiksime, bireyin fiziksel görünümünden, sahip olduğu kişilik özelliklerinden ve/veya davranışlarından kaynağını alan, diğer bir deyişle, genel olarak kendi benliğine yönelik tiksime tepkilerine karşılık gelmektedir (Overton, Markland, Taggart, Bagshaw ve Simpson, 2008). Dış odaklı bir tiksime deneyiminden farklı olarak, benlik odaklı tiksime görece sürekli ve katı bir kişilik örüntüsü olarak öne çıkmakta, bireyin kendisine yönelik olumsuz değerlendirmelerini beraberinde getirmekte ve psikolojik sorunlar için bir yatkınlık olarak kavramsallaştırılmaktadır (Powell, Simpson ve Overton, 2015a, 2015b). Bu özellikleriyle bir çeşit temel duygu olan tiksinden, benliğe yönelik ve sürekli bir örüntüde deneyimlenmesi, suçluluk ve utanç gibi öz bilince yönelik duygularla ilişki göstermektedir (Power ve Dalgleish, 2008). Öte yandan, düşünce ve davranış sistemini yönlendiren bir kişilik özelliği olarak duygusal şema niteliği de taşımaktadır (Powell ve ark., 2015a).

Bireylerde öz tiksime, çocukluk çağı ihmal ve istismar deneyimlerinden veya sosyal öğrenmelerden kaynağını alabileceği gibi, yetişkinlik döneminde deneyimlenen travmatik yaşam olaylarıyla da gelişebilmektedir (Powell ve ark., 2015a). Öz tiksindenin psikopatoloji ile ilişkisi, ilk olarak depresyonda oynadığı rol bağlamında incelenmiştir (Overton ve ark., 2008). Araştırmacılar öz

tiksiniyi ölçmek amacıyla kendilik bildirimine dayalı bir ölçek geliştirmişler ve sonrasında öz tiksindenin depresyon ile ilişkisini incelemişlerdir. Dahası, öz tiksindenin işlevsel olmayan bilişlerle depresyon arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini bulmuşlardır. Benzer şekilde Simpson, Hillman, Crawford ve Overton (2010) da yürüttükleri çalışmada, öz tiksindenin ve benlik değerinin işlevsel olmayan bilişler ve depresyon ilişkisindeki aracı rollerine işaret etmişlerdir. Farklı araştırmalar ise öz tiksindenin yalnızlık ve depresyon ilişkisine aracılık ettiğini bulmuşlardır (Ypsilanti, Lazuras, Powell ve Overton, 2019; Ypsilanti, Robson, Lazuras, Powell ve Overton, 2020). Powell, Simpson ve Overton (2013) ise yürüttükleri boylamsal çalışmada, öz tiksindenin depresyonda oynadığı rolün uzun vadeye yayıldığını göstermişlerdir.

Öz tiksindenin, depresyonun dışında, farklı psikolojik sorunlarla ilişkisi de çeşitli araştırmalara konu olmuştur. Örneğin, travma sonrası stres bozukluğu ile intihar riski arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, öz tiksindenin bu ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur (Brake, Rojas, Badour, Dutton ve Feldner, 2017). Bir başka çalışmada ise çocukluk çağı travmalarının, öz tiksiniyi artırması yoluyla, psikotik belirtileri tetikleyebildiği belirtilmiştir (Simpson, Helliwell, Varese ve Powell, 2020). Öz tiksindenin yordayıcı rolüne odaklanan çalışmalarda ise benliğe yönelik tiksime duygusunun kendine zarar verme davranışlarını (Smith, Steele, Weitzman, Trueba ve Meuret, 2015), beden imgesinden duyulan rahatsızlığı (Stasik-O'Brien ve Schmidt, 2018) ve azalan öz şefkatin aracılığıyla yeme bozukluğu belirtilerini (Palmeira, Pinto-Gouveia ve Cunha, 2019) yordadığına işaret edilmektedir.

Güncel çalışmalarda, çeşitli psikolojik sorunların açıklanmasında öz tiksindenin doğrudan ya da dolaylı rolüne yönelik artan ilgi dikkati çekmektedir. Öte yandan, bu ilişkiye ışık tutabilecek mekanizmalara dair incelemelerin sınırlı olduğu söylenebilir. Bir başka ifadeyle, bilişsel ve davranışsal tepkileri etkileyen benliğe yönelik tiksindenin psikolojik belirtilerle ilişkisinde rol oynayabilecek psikolojik özelliklere dair bilgi ihtiyacı devam etmektedir. Bu nedenle, mevcut çalışmada öz tiksime ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide kendini gizleme eğiliminin aracı rolüne odaklanılmıştır.

Kendini gizleme, bireyin kendisi hakkında sıkıntı veren veya nahoş bulunduğu bilgileri başkalarıyla paylaşmaktan kaçınması ve bu bilgileri gizleme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Larson ve Chastain, 1990). Kendini açma olgusundan ayrıştırılarak tanımlanan kendini gizleme, bireyin mahrem sayılabilecek türde ve olumsuz içerikte kişisel bilgilerinin söz konusu olduğu, bu bilgilerin bilinçli şekilde farkında olduğu ve bunları başkalarının öğrenmesini aktif biçimde engellemeye çalıştığı durumları içermektedir. Diğer bir deyişle, bireyin ken-

disi hakkında olumsuz nitelikteki bilgileri gizlemesi bilinçli bir süreç olarak gerçekleşmektedir. Bunun yanı sıra, kendini gizleme bireyin hem sır saklama ve yalan söyleme gibi kişilerarası davranışlarını hem de uyumsuz duygu düzenleme stratejilerini kullanmasını gerektiren ve hedefinde benliği korumanın bulunduğu motivasyon temelli bir eğilimdir (Larson, Chastain, Hoyt ve Ayzenberg, 2015).

Larson ve arkadaşları (2015) yaptıkları meta analiz çalışmasında, kendini gizleme eğiliminin gelişmesinde özellikle çocukluk çağı travma deneyimlerinin, güvenli olmayan bağlanma stillerinin ve sosyal değerlendirmelere yönelik ilginin rolünü vurgulanmaktadır. Dahası, yazarlara göre, kendini gizlemenin fiziksel ve psikolojik sağlık açısından olumsuz etkileri de söz konusudur. Örneğin, kendini gizleme eğilimini değerlendirmek için ölçüm aracı da geliştirdikleri çalışmalarında Larson ve Chastain (1990), bu eğilimin depresyon, kaygı ve fiziksel yakınmalarla pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Sonraki araştırmalar da kendini gizlemenin psikolojik sağlık ve fiziksel semptomlarla ilişkilerini destekleyen bulgular sunmaktadır (örn., Cruddas, Gilbert ve McEwan, 2012; Edmonds, Masuda ve Tully, 2014; Uysal ve Lu, 2011).

Kendini gizlemenin, psikolojik belirtilerin yanı sıra, intihar eğilimi (Friedlander, Nazem, Fiske, Nadorff ve Smith, 2012; Hogge ve Blankenship, 2020), alkol tüketimiyle ilişkili problemler (Hartman ve ark., 2015), yeme bozukluğuyla ilişkili bilişler ve semptomlar (Masuda, Boone ve Timko, 2011; Masuda, Latner, Barlie ve Sargent, 2018), psikolojik katılık (Masuda ve ark., 2017), olumsuz sosyal karşılaştırmalar (Cruddas ve ark., 2012), kişilerarası mesafe (Yukawa, Tokuda ve Sato, 2007), uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik (Kawamura ve Frost, 2004; Williams ve Croypley, 2013) ve mükemmeliyetçi benlik sunumu (D'Agata ve Holden, 2018) gibi özelliklerle pozitif yönde ilişkisi söz konusudur. Diğer yandan, kendini gizleme eğiliminin artması yaşam kalitesi (Maas, Wismeijer ve Van Assen, 2019), bilinçli farkındalık (Edmonds ve ark., 2014; Masuda ve ark., 2017), beden imgesine dair esneklik (Masuda ve ark., 2018) gibi özelliklerdeki azalmayla ilişkili olarak görünmektedir. Kelly ve Yip (2006) ise bu örüntünün psikolojik belirtileri hem kısa vadede hem de uzun vadede pozitif yönde yordadığını ortaya koymuşlar ve kendini gizleme eğilimi olan bireylerin psikolojik sağlık açısından daha incinebilir olduklarını vurgulamışlardır. Ayrıca, kendini gizlemenin psikolojik yardım aramaya yönelik tutumları olumsuz yönde yordadığı (örn., Masuda ve Boone, 2011; Nam ve ark., 2013) ve psikoterapi sürecinde dürüstlük ile olumsuz yönde ilişki gösterdiği de ifade edilmektedir (Love ve Farber, 2019).

Özetle, ilgili araştırmalar hem öz tiksindenin hem de kendini gizlemenin psikolojik belirtiler açısından önemine işaret eden sonuçlar sunmaktadır. Ancak bilindiği kadarıyla, psikolojik belirtilerde bu değişkenlerin rolünün birlikte incelendiği bir çalışmaya henüz rastlanmamaktadır. Öz tiksindenin bireyin fiziksel görünümünü, kişilik özelliklerini, davranışlarını ya da genel olarak benliğini itici bulması olarak tanımlanmakta (Overton ve ark., 2008) ve benliğe ilişkin olumsuz değerlendirmeleri beraberinde getirdiği vurgulanmaktadır (Powell ve ark., 2015a). Ayrıca, benliğe yönelik tiksinti duygusunun sadece bireysel bir etki sınırının olmaması, kişinin tiksinti duyduğu özelliklerinden kaçınması ya da bu özellikleri yüzünden çevresinden reddedileceğine yönelik endişeleri nedeniyle insanlara mesafeli olması da (Powell ve ark., 2015a), bu örüntünün kendini gizleme eğilimi ile ilişkili olabileceği görüşünü desteklemektedir. Bu bilgiler doğrultusunda mevcut çalışmada, öz tiksindenin ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kendini gizleme eğiliminin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Diğer bir ifadeyle, öz tiksindenin düzeyi arttıkça, bireylerin kendilerine ilişkin bilgilerinin ve değerlendirmelerinin hoş gitmeyen bir nitelik taşıyacağı; dahası, benliğe ilişkin bu tür naif ve olumsuz değerlendirmelere sahip olmanın da kendini gizleme eğilimini artırarak, psikolojik belirti düzeyinde artışa yol açacağı beklenmiştir.

Yöntem

Katılımcılar

Mevcut çalışma yaşları 18 ile 30 arasında değişen ($Ort. = 21.55, S = 1.98$) 495 katılımcı ile yürütülmüştür. Türkiye'nin farklı illerinde üniversite eğitimine devam etmekte olan katılımcılara uygun örneklem yöntemi (convenience sampling) ile ulaşılmıştır. Katılımcıların %21.2'si (105) erkek, %78.8'i (390) kadınlardan oluşmaktadır. 454 katılımcı (%91.7) çeşitli bölümlerde lisans düzeyinde eğitime devam ederken, diğerleri (%8.3) yükseköğretim ve lisansüstü düzeyde eğitim görmektedir. Büyük bir çoğunluğu sosyoekonomik düzeyini (%80.6) orta düzey; medeni durumunu da (%97.8) bekâr olarak belirtmiştir.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu. Katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim ve sosyoekonomik düzey gibi demografik bilgileri hakkında bilgi almak amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır.

Öz Tiksinden Ölçeği-Revize Formu. Bireylerin kendi davranış ya da fiziksel görünüm özelliklerine ve genel benliğine yönelik tiksinden düzeyini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir (Overton ve ark., 2008). Powell ve arkadaşları (2015a) tarafından revize edilen

ölçek, 7'li Likert tipinde değerlendirilen 22 maddeden oluşmaktadır ve ölçekten alınan yüksek puanlar benliğe yönelik artan tikslenme düzeyine işaret etmektedir. Orijinal ölçeğin iç tutarlık katsayısı .92 olarak rapor edilmiştir (Powell ve ark., 2015a). Bahtiyar ve Yıldırım (2019) tarafından yapılan ölçeğin Türkçe uyarlaması, orijinali ile tutarlı olarak fiziksel ve davranış olmak üzere öz tikslenmeyi iki boyutta değerlendiren 21 madde içermektedir. Ölçeğin Türkçe formunun iç tutarlığı .83, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .73 olarak rapor edilmiştir (Bahtiyar ve Yıldırım, 2019). Mevcut çalışmada da iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .96 olarak hesaplanmıştır.

Kendini Gizleme Ölçeği. Bireyin kendine yönelik rahatsız edici veya olumsuz bilgileri başkalarından gizleme eğilimini ölçmek amacıyla Larson ve Chastain (1990) tarafından geliştirilen bir ölçektir. Tek boyutlu bir yapıya sahip olan ölçek 10 maddeden oluşmakta ve 5'li Likert tipinde değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan bireylerin kendini gizleme eğilimini temsil etmektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Deniz ve Çok (2010) tarafından yapılmış, orijinali ile aynı madde sayısı ve faktör yapısına sahip olduğu ortaya konmuştur. Ölçeğin orijinal formu için iç tutarlık katsayısı .83 iken (Larson ve Chastain, 1990), Türkçe formu için .86 olarak (Deniz ve Çok, 2010) rapor edilmiş; mevcut çalışmada ise bu değer .89 olarak hesaplanmıştır.

Kısa Belirti Ölçeği-25. Bireylerde çeşitli psikolojik belirtileri değerlendirmek amacıyla geliştirilen 25 maddelik bir ölçektir (Blais, Blagys, Rivas-Vazquez, Bello ve Sinclair, 2015). Maddelerin 7'li Likert tipinde değerlendirildiği ölçekten alınan yüksek puanlar, psikolojik belirti düzeyindeki artışa işaret etmektedir (Blais ve ark., 2015). Ölçeğin Türkçe uyarlaması Gülüm ve Soygüt (2019) tarafından yapılarak, orijinali ile aynı madde sayısı ve yapıya sahip olduğu ortaya konmuştur. Ölçeğin iç tutarlık değeri orijinal ölçek için .92 (Blais ve ark., 2015); Türkçe formu için .92 (Gülüm ve Soygüt, 2019) olarak rapor edilmiş; mevcut çalışmada ise bu değer .95 olarak hesaplanmıştır.

İşlem

Bu çalışma için öncelikle Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu'nun onayı alınmıştır. Daha sonra öz bildirim ölçekleri gönüllü katılımcılara çevrimiçi veri toplama sitesi (Surveyey) aracılığı ile iletilmiştir. Farklı öğrenim programlarına devam eden öğrenciler çalışmaya, aldıkları derslerde öğretim üyesinin izni dâhilinde, araştırmaya katılım linkinin mail gruplarında paylaşılmasıyla davet edilmiştir. Tüm katılımcılar öz bildirim ölçeklerini cevaplamadan önce, çalışmanın amacı ve kapsamı, gizlilik ve araştırmacılarla ilgili olarak bilgilendirilmişlerdir. Elde edilen verilerin analizleri için SPSS programında yer alan genel istatistiklerin yanı sıra, PROCESS v3.4 makrosu kullanılmıştır. Normallik dağılımını karşılamayan veriler ($n = 28$) araştırmanın dışında tutularak çalışmanın nihai verisi ($N = 495$) ile hipotez testleri yapılmıştır.

Bulgular

Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Çalışmada ilk olarak öz tikslenme düzeyi, kendini gizleme eğilimi ve psikolojik belirti düzeyinin cinsiyete göre nasıl farklılaştığı incelenmiştir. Bu karşılaştırma için kadın ($n = 390$) ve erkek ($n = 105$) katılımcı sayısındaki farkın büyüklüğü göz önünde bulundurularak, kadın katılımcılar arasından SPSS programı aracılığıyla rastgele seçilen 105 kadın katılımcının verisi analize dâhil edilmiştir. Bağımsız gruplar için t-testi analizi sonuçlarında sadece kendini gizleme eğilimi açısından anlamlı bir fark gözlenmiştir [$t(208) = -2.22, p < .05$]. Bu sonuca göre erkek katılımcıların ($Ort. = 26.61, S = 9.73$), kadın katılımcılara göre ($Ort. = 23.64, S = 9.69$) daha fazla kendini gizleme eğilimi gösterdikleri belirlenmiştir. Grup karşılaştırmalarına yönelik detaylı bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

Araştırma Değişkenlerinin Arasındaki Korelasyon Sonuçları

Çalışmada ikinci olarak öz tikslenme, kendini gizleme ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkiler Pe-

Tablo 1. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırması

	Kadın ($n = 105$)		Erkek ($n = 105$)		<i>t</i>
	<i>Ort.</i>	<i>S</i>	<i>Ort.</i>	<i>S</i>	
Öz Tiksinme	38.15	24.52	41.40	24.90	-0.95
Kendini Gizleme	23.64	9.69	26.61	9.73	-2.22*
Psikolojik Belirti	71.42	30.44	78.09	30.96	-1.58

* $p < .05$

Tablo 2. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	1	2	3	Ort.	S
1. Öz tikslenme	-	.15*	.16*	39.84	24.60
2. Kendini gizleme		-	.49**	24.51	9.57
3. Psikolojik Belirti			-	74.63	32.42

* $p < .01$, ** $p < .001$

arson korelasyon katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. Sonuçlar beklenen yönde öz tikslenmenin, kendini gizleme ($r = .15, p < .01$) ve psikolojik belirtiler ($r = .16, p < .01$) ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca kendini gizleme eğilimi ile psikolojik belirti düzeyi arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r = .49, p < .001$). Korelasyon sonuçları ve değişkenlere dair betimsel özellikler Tablo 2’de detaylı olarak sunulmuştur.

Öz Tikslenme ile Psikolojik Belirti Düzeyi Arasındaki İlişkide Kendini Gizlemenin Aracı Rolü

Öz tikslenme ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide, kendini gizlemenin aracı rolünü incelemek için yapılan regresyon analizinde Hayes (2013) tarafından geliştirilen SPSS uyumlu bir makro (PROCESS v3.4) eklentisi kullanılmıştır. Aracılık etkisi, orijinal veriden üretilen 5000 bootstrap örneklem üzerinde incelenmiş ve %95 güven aralığı (GA) dikkate alınmıştır. Bu yöntemle göre, güven aralığı içerisinde “0” değerinin bulunmaması, aracılık etkisinin anlamlı olduğuna işaret etmektedir

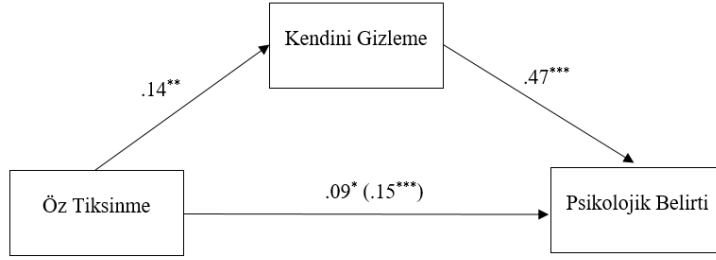
(Preacher ve Hayes, 2008). Analizde cinsiyetin etkisi kontrol edilmiştir. Sonuçlarda öz tikslenmenin psikolojik belirtiler üzerinde anlamlı etkisi gözlenmiştir, [$\beta = .15, t(492) = 3.46, SE = .04, p < .001$]. Modele ilişkin detaylı bilgi Tablo 3’te sunulmuştur.

Bulgulara göre, öz tikslenmenin, aracı değişken olan kendini gizleme üzerinde [$\beta = .14, t(492) = 3.20, SE = .04, p < .01$]; kendini gizleme eğiliminin de psikolojik belirtiler üzerinde anlamlı etkisi olduğu gözlenmiştir [$\beta = .47, t(491) = 11.87, SE = .04, p < .001$]. Cinsiyetin ise sadece kendini gizleme üzerinde anlamlı etkisi vardır, [$\beta = .11, t(492) = 2.46, SE = .11, p < .05$]. Ayrıca öz tikslenme eğiliminin, psikolojik belirtiler üzerinde de doğrudan anlamlı etkisi vardır [$\beta = .09, t(492) = 2.19, SE = .04, p < .05$]. Son olarak, kendini gizlemenin dolaylı etkisinin de anlamlı olduğu gözlenmiştir, $\beta = .07, SE = .02, \%95$ GA [0.24, 0.11]. Bu sonuçlar kendini gizlemenin, öz tikslenmenin psikolojik belirtilerle arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisini göstermektedir (Şekil 1). Bu model toplam varyansın %24’ünü açıklamıştır, $F(3,491) = 52.73, p < .001$.

Tablo 3. Basit Aracılık Regresyon Modelinin Sonuçları

Yordayıcı	Kendini Gizleme			
	β	SE	t	%95 Güven Aralığı
Cinsiyet	.11	.11	2.46*	0.05 – 0.48
Öz Tikslenme	.14	.04	3.20**	0.05 – 0.23
Psikolojik Belirtiler				
Cinsiyet	-.00	.10	-0.03	-0.19 – 0.19
Kendini Gizleme	.47	.04	11.87***	0.39 – 0.55
Öz Tikslenme (Toplam Etki)	.15	.04	3.46***	0.07 – 0.24
Etki				
Öz Tikslenme (Doğrudan Etki)		.09	.04	0.01 – 0.16
Öz Tikslenme (Dolaylı Etki)		.07	.02	0.24 – 0.11

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$



Not 1. Şekilde standardize beta katsayıları belirtilmiştir.

Not 2. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 1. Öz tiksınmenin psikolojik belirti düzeyi üzerindeki doğrudan etkisi (c') = .09; Öz tiksınmenin psikolojik belirti düzeyi üzerindeki toplam etkisi (c) = .15

Tartışma

Öz tiksınme, psikolojik belirtilerde oynadığı rol açısından dikkat çeken ve güncel araştırmalara konu olan bir kavramdır. Hem klinik, hem de klinik olmayan örneklerle yürütülen çalışmalarda öz tiksınmenin, başta depresyon olmak üzere (Overton ve ark., 2008; Power ve Dalgleish, 2008), kendine zarar verme davranışı (Smith ve ark., 2015), bozuk yeme örüntüsü (Palmeira ve ark., 2019), travma sonrası stres belirtileri (Brake ve ark., 2017) gibi farklı duygusal ve davranışsal sorunları açıklama potansiyeline yönelik kanıtlar gittikçe artmaktadır. Bununla birlikte, bu sorunlarla ilişkisinde açıklayıcı mekanizmalara dair bilgi ihtiyacı devam etmektedir. Buradan hareketle mevcut çalışmada, kendini gizleme eğiliminin öz tiksınme ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmada ilk olarak öz tiksınme, kendini gizleme ve psikolojik belirti düzeyinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Elde edilen bulgular, bu değişkenlerden öz tiksınme ve psikolojik belirti düzeyi için cinsiyet farkının anlamlı düzeyde olmadığını, ancak kendini gizlemenin cinsiyet açısından farklılaştığını göstermiştir. Öz tiksınme üzerine yapılan bazı araştırmalar, mevcut çalışmadan elde edilen bulgularla tutarlı olarak, öz tiksınmenin cinsiyete göre değişmediğini rapor ederken (Stasik-O'Brien ve Schmidt, 2018; Ypsilanti ve ark., 2020); farklı çalışmalar öz tiksınmenin kadınlarda daha yüksek düzeyde gözlemlendiğine işaret etmektedir (Palmeira ve ark., 2019; Smith ve ark., 2015; Ypsilanti ve ark., 2019). Öz tiksınmede cinsiyet farkı konusunda tutarlı olmayan bu bulgular, benliğe yönelik tiksınme deneyiminin kaynağında biyolojik bir yakınlıktan ziyade, Powell ve arkadaşlarının (2015a, 2015b) da önerdiği gibi olumsuz erken dönem yaşantıları ve sosyal öğrenmelerin etkili olabileceğine işaret edebilir.

Diğer yandan, mevcut çalışmada kendini gizlemenin cinsiyet açısından farklılaştığını gösteren bulgular

elde edilmiştir. Buna göre, bireylerin sıkıntı verici veya naahoş buldukları kişisel bilgilerini bilinçli bir biçimde başkalarıyla paylaşmaktan kaçınma ve bu bilgileri saklama eğilimi olarak tanımlanan (Larson ve Chastain, 1990) ve yardım aramaya yönelik olumsuz tutumları arttıran (Masuda ve Boone, 2011; Nam ve ark., 2013) kendini gizlemenin kadınlara kıyasla, erkeklerde anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Kendini gizleme üzerine yapılan çalışmalara bakıldığında ise cinsiyet farkına işaret eden bulgulara pek rastlanmamaktadır (örn., Hartman ve ark., 2015; Larson ve Chastain, 1990; Larson ve ark., 2015; Yukawa ve ark., 2007). Diğer yandan, Addis ve Mahalik (2003) kendini gizleme eğilimiyle de bağlantı gösteren psikolojik sağlığa yönelik kaynaklardan yardım arama girişimlerinde erkeklerin daha gönülsüz olduklarını vurgulamakta ve bu süreçte toplumsal cinsiyet rollerinin potansiyel rolünü tartışmaktadır. Bu çalışmadan elde edilen kendini gizleme eğilimindeki cinsiyete göre farklılaşma da benzer bir bakış açısıyla değerlendirilebilir. Buradan hareketle, kendini gizleme eğiliminin erkeklerde daha yüksek düzeyde görülmesinde, cinsiyet kalıpyargıları ve toplumsal cinsiyet rolleri gibi sosyal ve kültürel faktörlerin rolünü incelemenin, bu olgunun anlaşılmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, bireyin kendine ait bilgileri başkalarından gizleme eğiliminin de öz tiksınme gibi geçmişteki olumsuz yaşantılardan ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme kaygısından kaynaklanabileceği belirtilmektedir (Larson ve ark., 2015). Bu açıdan, ileride yapılacak retrospektif çalışmaların iki örüntünün öncüllerine ve bu örüntülerdeki bireysel farklılıklara dair daha kapsamlı bilgi sunabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmanın bulguları, beklendiği biçimde öz tiksınmenin psikolojik belirti düzeyi ile anlamlı düzeyde ve olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Öz tiksınme ile psikolojik belirti düzeyi arasında elde edilen bu ilişki, öz tiksınmenin çeşitli psikolojik sorunlar açısından bir risk faktörü olabileceğine işaret eden farklı

çalışmalara destek sağlamaktadır (Brake ve ark., 2017; Overton ve ark., 2008; Palmeira ve ark., 2019; Simpson ve ark., 2020). Ancak, öz tiksinden psikolojik sorunlar için nasıl bir yatkınlık oluşturabileceğine dair araştırmaların ise sınırlı olduğu dikkati çekmektedir. Bu nedenle, mevcut çalışmada kendini gizleme eğiliminin açıklayıcı rolüne odaklanılmıştır. Elde edilen bulgular, kendini gizlemenin öz tiksinden ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolü olduğunu göstermiştir. Diğer bir deyişle, öz tiksinden kendini gizlemeyi arttırması yoluyla, psikolojik belirti düzeyini arttırmaktadır.

Bireyde sır saklama, yalan söyleme gibi kişilerarası davranışlar ve uyumsuz duygu düzenleme stratejileri biçiminde kendini gösteren kendini gizleme, bireyin psikolojik ve fiziksel sağlığı açısından olumsuz sonuçlara yol açan bir eğilimdir (Larson ve ark., 2015). İlgili çalışmalar da kendini gizlemenin psikolojik sağlık ve fiziksel semptomlarla bağlantısına kanıt sunmaktadır (örn., Cruddas ve ark., 2012; Edmonds ve ark., 2014; Uysal ve Lu, 2011). Mevcut çalışmanın bulguları bu ilişkiye destek sunmakla beraber, bu eğilimi öz tiksinden ile psikopatoloji arasındaki ilişkide rol oynayabilecek bir özellik olarak da öne çıkarmıştır. Bireyin kendine ait bir özelliği ya da benliğin genelini tiksinti uyandırıcı bir nesne olarak değerlendirmesi, bu özelliği ya da kendini başkasından tamamen saklama eğilimini tetikleyebilir. Bu görüşle tutarlı olarak, öz tiksinden düzeyi yüksek olan bireylerin sosyal karşılaştırmalar temelinde, kendilerini daha yetersiz ve başkalarında da tiksinti uyandırıcı olarak değerlendirdikleri, bu nedenle sosyal çevreden kaçınma ya da içe çekilme davranışı gösterdikleri belirlenmiştir (Powell, Overton ve Simpson, 2014). Ayrıca, kendine yönelik tiksinden duygusunun kaynağında eleştirilme, küçümseme ve alay edilme gibi çevrenin olumsuz geri bildirimlerinin önemi vurgulanmaktadır (Powell ve ark., 2014; Powell ve ark., 2015a).

Terk edilme, olumsuz değerlendirilme ya da dışlanma durumundan kaçınmak amacıyla, bireyin kendine sıkıntı veren veya nahoş bulunduğu yönlerini çevresinden gizleme çabasının artması anlaşılır görünmektedir. Dahası, kendini gizleme eğiliminin de bireyin kendini yalnız hissetmesini, sosyal destek alamamasını ya da kendinden tiksinti duymasına neden olacak düşünceleri düzeltebilecek geri bildirimlerin önünü kesmesini tetikleyerek psikolojik belirtilere yol açtığı düşünülebilir. Sonuç olarak, mevcut araştırmanın bulgularından hareketle, kendini gizlemeye öz tiksindenin kaynaklık ederek, psikolojik belirti düzeyini arttırdığı söylenebilir. Ayrıca, mevcut çalışmanın bulgularının öz tiksindenin kendini gizleme eğiliminde oynadığı açıklayıcı rol bağlamında, kişilerarası etkileşimin düzenlenmesindeki potansiyel etkisine işaret edebileceği de söylenebilir. Diğer bir ifadeyle, öz tiksinden psikolojik sağlık için bir risk

faktörü olabileceği gibi kişilerarası ilişkiler bağlamında yakınlık, açılma, ilişki doyumu ve çatışma gibi deneyimler açısından da bir risk faktörü olabilir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda, öz tiksinden ve kendini gizlemenin, yakın ilişkilerde yaşanan sorunlar açısından rollerinin incelenmesinin önemli bir katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Mevcut çalışmanın bulguları, uluslararası güncel çalışmalarda gittikçe yer alan öz tiksinden kavramının psikolojik sorunları yordayıcı rolüne Türkiye örneklemleri ile bir destek sunmakta; ayrıca, kendini gizleme eğiliminin bu örüntüyü sürdürücü rolüne ışık tutmaktadır. Öz tiksindenin, duruma özgü bir duygusal deneyimden öte, farklı dinamikleri de etkileyen sürekli bir kişilik özelliği olarak bireysel ve kişilerarası sorunlar için önemli bir yatkınlık faktörü olabileceği düşünülmektedir (Powell ve ark., 2015a). Bunu destekler şekilde, depresif belirtilere sahip bireylerle yapılan yarı yapılandırılmış görüşmelerde, benliğe yönelik tiksinden duygusuna öfke, üzüntü ve hatta kendinden nefret etme gibi diğer güçlü duyguların eşlik ettiği; ayrıca, kaçınma ya da kendini cezalandırma gibi davranışsal; kendini eleştirme ve küçümseme gibi bilişsel süreçlerin de öne çıktığı gözlenmiştir (Powell ve ark., 2014). Öz tiksindenin kaynaklık ettiği sorunların tedavisinde, bu çok boyutlu sistemin nasıl bir tetikleyici ve sürdürücü yol izlediğinin anlaşılması sağaltım için önemli olabilir.

Zahn ve arkadaşları (2015) majör depresyon hastalarında, öz tiksindenin suçluluk ve utançtan daha fazla gözlendiğini rapor etmiş; hastalığın tedavisinde öne çıkan duygusal deneyimin anlaşılmasının önemini vurgulamıştır. Benzer şekilde, Powell ve arkadaşları (2014) da depresyonun mutlaka öz tiksinden ile birlikte görülmebileceğini, ama öz tiksindenin var olduğu durumda semptom odaklı müdahalelerin yeterince etkili olamayabileceğini ya da belirtilerin azaltılmasında etkin olmasına rağmen yatkınlık olarak tiksinden eğiliminin devam edebileceğini öne sürmüştür. Bu bilgiler ışığında öz tiksindenin söz konusu olduğu klinik olgularda, bu örüntünün tetiklediği süreçlerin belirlenmesi ve bunlar odaklı müdahale tekniklerinin göz önünde bulundurulması, tedavinin etkililiğine katkı sunabilir. Ayrıca kendini gizlemenin açıklayıcı rolüne yönelik bulgu da klinik uygulama açısından önemli görünmektedir. Çünkü kendini gizleme psikolojik yardım aramaya yönelik olumsuz tutumları arttırmakta (Masuda ve Boone, 2011; Nam ve ark., 2013) ve psikoterapide bireyin dürüst ve içten bir şekilde kendini açmasını engelleyerek iyileşme sürecine de engel teşkil edebilmektedir (Love ve Farber, 2019). Dolayısıyla, benliğe yönelik tiksinden kaynaklı alan kendini gizleme eğiliminin, psikolojik problemlerde hem öncül hem de sürdürücü bir rolde olduğu düşünülebilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları da söz konusudur. İlk olarak, mevcut araştırmada korelasyonel araştırma deseninin kullanılması, değişkenler arası nedensel ilişkiler açısından sınırlılık oluşturmaktadır. Öz tiksinsenin, kendini gizleme aracılığıyla psikolojik belirtilerde rol oynadığına işaret eden mevcut çalışmanın bulguları, ileride yapılacak boylamsal araştırmalar yoluyla tekrar değerlendirilebilir. Ayrıca bu çalışmalar, öz tikslenme ile kendini gizleme eğiliminin oluşumundaki ortak ve farklı mekanizmalar hakkında da bilgi sunabilir. Bu araştırmanın diğer bir sınırlılığı ise klinik olmayan bir örnekleme çalışmasıdır. Öz tiksinsenin ve kendini gizlemenin psikopatolojide oynadığı rolü aydınlatmak amacıyla, gelecekte belirli klinik özellikli (örn., depresyon, anksiyete ve yeme bozuklukları gibi) örneklerin kullanılması önerilmektedir. Örneğin bedene ya da fiziksel görünümüne yönelik tikslenme ile tetiklenen yeme bozukluklarında (Palmeira ve ark., 2019) ya da olumsuz beden imgesinde (Stasik-O'Brien ve Schmidt, 2018), bireyin beğenmediği fiziksel özelliğini, bedenini ya da beslenme örüntüsünü çevresinden gizleme çabasının, bu sorunların şiddeti ya da sürekliliğinde nasıl bir rol oynadığına dair bilgi, klinik uygulama alanında da faydalı olabilir. Mevcut çalışmada, söz konusu örneklemin çoğunluğunun kadın olması ve üniversite öğrencilerinden oluşması bulguların genellenebilirliği açısından bir başka sınırlılık oluşturmaktadır. Gelecekte yapılacak çalışmalar, farklı gelişimsel dönemlerden ve cinsiyet dağılımının denk olduğu örneklerin kullanımı yoluyla, bulguların genellenebilirliğine katkı sağlayabilir. Ayrıca, bu araştırmalar öz tikslenme ve kendini gizleme eğiliminde cinsiyet gibi bireysel farklılıklara dair kapsamlı bilgi sunabilir.

Sonuç olarak, önceki çalışmalar öz tikslenme ve kendini gizlemenin psikolojik sağlık açısından önemini ortaya koymaktadır. Mevcut çalışma ise taşıdığı sınırlılıklara rağmen, bu özelliklerin psikolojik belirtilerde oynadığı rolün birlikte değerlendirilmesine olanak sağlamıştır. Bu açıdan, psikolojik müdahale programlarında, farklı psikolojik sorunlara kaynaklık edebilen bir duygusal faktör olarak öz tiksinsenin ve psikolojik yardım almaya yönelik olumsuz tutumlarla bağlantılı kendini gizlemenin çalışılması bu programların etkililiğine katkı sağlayabilir.

Kaynaklar

- Addis, M. E., ve Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, 58(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.5>
- Bahtiyar, B., ve Yıldırım, A. (2019). Öz Tiksinme Ölçeği-Revize Formu: Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 304-315. <https://doi.org/10.5505/kpd.2019.72692>
- Blais, M., Blagys, M. D., Rivas-Vazquez, R., Bello, I., ve Sinclair, S. J. (2015). Development and initial validation of a brief symptom measure. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 22(3), 267-277. <https://doi.org/10.1002/cpp.1876>
- Brake, C. A., Rojas, S. M., Badour, C. L., Dutton, C. E., ve Feldner, M. T. (2017). Self-disgust as a potential mechanism underlying the association between PTSD and suicide risk. *Journal of Anxiety Disorders*, 47, 1-9. <http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.01.003>
- Cruddas, S., Gilbert, P., ve McEwan, K. (2012). The relationship between self-concealment and disclosure, early experiences, attachment, and social comparison. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(1), 28-37. <https://doi.org/10.1521/ijct.2012.5.1.28>
- D'Agata, M. T., ve Holden, R. R. (2018). Self-concealment and perfectionistic self-presentation in concealment of psychache and suicide ideation. *Personality and Individual Differences*, 125, 56-61. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.12.034>
- Davey, G. L. C., Buckland, G., Tantom, B., ve Dallos, R. (1998). Disgust and eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 6, 201-211. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0968\(199809\)6:3<201::AID-ERV224>3.0.CO;2-E](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0968(199809)6:3<201::AID-ERV224>3.0.CO;2-E)
- Deniz, M., ve Çok, F. (2010). Kendini Gizleme Ölçeği'nin ergenler için uyarlanması ve psikometrik nitelikleri. *İlköğretim Online*, 9(1), 424-432.
- Edmonds, J., Masuda, A., ve Tully, E. C. (2014). Relations among self-concealment, mindfulness, and internalizing problems. *Mindfulness*, 5, 497-504. <http://doi.org/10.1007/s12671-013-0204-z>
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169-200. <https://doi.org/10.1080/02699939208411068>
- Friedlander, A., Nazem, S., Fiske, A., Nadorff, M. R., ve Smith, M. D. (2012). Self-concealment and suicidal behaviors. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 42(3), 332-340. <https://doi.org/10.1111/j.1943-278X.2012.00094.x>

- Gülüm, İ. V., ve Soygüt, G. (2019). Psychometric properties of the Turkish brief symptom measure-25. *Current Psychology, 38*(6), 1558-1563. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9707-4>
- Hartman, J. D., Patock-Peckham, J. A., Corbin, W. R., Gates, J. R., Leeman, R. F., Luk, J. W., ve King, K. M. (2015). Direct and indirect links between parenting styles, self-concealment (secrets), impaired control over drinking and alcohol-related outcomes. *Addictive Behaviors, 40*, 102-108. <http://dx.doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.08.009>
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression based approach*. New York: The Guilford Press.
- Hogge, I., ve Blankenship, P. (2020). Self-concealment and suicidality: Mediating roles of unmet interpersonal needs and attitudes toward help-seeking. *Journal of Clinical Psychology, 76*(10), 1-11. <https://doi.org/10.1002/jclp.22964>
- Kawamura, K. Y., ve Frost, R. O. (2004). Self-concealment as a mediator in the relationship between perfectionism and psychological distress. *Cognitive Therapy and Research, 28*, 183-191. <https://doi.org/10.1023/B:COTR.0000021539.48926.c1>
- Kelly, A. E., ve Yip, J. J. (2006). Is keeping a secret or being a secretive person linked to psychological symptoms? *Journal of Personality, 74*(5), 1349-1370. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00413.x>
- Larson, D. G., ve Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9*(4), 439-455. <https://doi.org/10.1521/jscp.1990.9.4.439>
- Larson, D. G., Chastain, R. L., Hoyt, W. T., ve Ayzenberg, R. (2015). Self-concealment: Integrative review and working model. *Journal of Social and Clinical Psychology, 34*(8), 705-774. <https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.8.705>
- Love, M., ve Farber, B. A. (2019). Honesty in psychotherapy: Results of an online survey comparing high vs. low self-concealers. *Psychotherapy Research, 29*(5), 607-620. <https://doi.org/10.1080/10503307.2017.1417652>
- Maas, J., Wismeijer, A. A. J., ve Van Assen, M. A. L. M. (2019). Associations between secret-keeping and quality of life in older adults. *The International Journal of Aging and Human Development, 88*(3), 250-265. <https://doi.org/10.1177/0091415018758447>
- Masuda, A., ve Boone, M. S. (2011). Mental health stigma, self-concealment, and help-seeking attitudes among Asian American and European American college students with no help-seeking experience. *International Journal for the Advancement of Counselling, 33*, 266-279. <https://doi.org/10.1007/s10447-011-9129-1>
- Masuda, A., Boone, M. S., ve Timko, C. A. (2011). The role of psychological flexibility in the relationship between self-concealment and disordered eating symptoms. *Eating Behaviors, 12*, 131-135. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2011.01.007>
- Masuda, A., Latner, J. D., Barlie, J. P., ve Sargent, K. (2018). Understanding self-concealment within a framework of eating disorder cognitions and body image flexibility: Conceptual and applied implications. *Eating Behaviors, 30*, 49-54. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2018.05.005>
- Masuda, A., Tully, E. C., Drake, C. E., Tarantino, N., Ames, A. M., ve Larson, D. G. (2017). Examining self-concealment within the framework of psychological inflexibility and mindfulness: A preliminary cross-sectional investigation. *Current Psychology, 36*, 184-191. <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9399-6>
- Nam, S. K., Choi, S. I., Lee, J. H., Lee, M. K., Kim, A. R., ve Lee, S. M. (2013). Psychological factors in college students' attitudes toward seeking professional psychological help: A meta-analysis. *Professional Psychology: Research and Practice, 44*(1), 37-45. <https://doi.org/10.1037/a0029562>
- Olatunji, B. O., Cisler, J., McKay, D., ve Phillips, M. L. (2010). Is disgust associated with psychopathology? Emerging research in the anxiety disorders. *Psychiatry Research, 175*, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.04.007>
- Overton, P. G., Markland, F. E., Taggart, H. S., Bagshaw, G. L., ve Simpson, J. (2008). Self-disgust mediates the relationship between dysfunctional cognitions and depressive symptomatology. *Emotion, 8*(3), 379-385. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.8.3.379>
- Palmeira, L., Pinto-Gouveia, J., ve Cunha, M. (2019). The role of self-disgust in eating psychopathology in overweight and obesity: Can self-compassion be useful? *Journal of Health Psychology, 24*(13), 1807-1816. <https://doi.org/10.1177/1359105317702212>
- Powell, P. A., Overton, P. G., ve Simpson, J. (2014). The revolting self: An interpretative phenomenological analysis of the experience of self-disgust in females with depressive symptoms. *Journal of Clinical Psychology, 70*(6), 562-578. <https://doi.org/10.1002/jclp.22049>
- Powell, P. A., Overton, P. G., ve Simpson, J. (2015a). Reflections on the revolting self: a commentary and further directions. P. A. Powell, P. G. Overton ve J. Simpson (Ed), *The revolting self: Perspectives on the psychological, social, and clinical implications of self-directed disgust* içinde (ss. 243-255). London: Karnac Books Ltd.

- Powell, P. A., Simpson, J., ve Overton, P. G. (2013). When disgust leads to dysphoria: A three-wave longitudinal study assessing the temporal relationship between self-disgust and depressive symptoms. *Cognition & Emotion*, *27*(5), 900-913. <http://dx.doi.org/10.1080/02699931.2013.767223>
- Powell, P. A., Simpson, J., ve Overton, P. G. (2015b). An introduction to the revolting self: Self-disgust as an emotion schema. P. A. Powell, P. G. Overton ve J. Simpson (Ed), *The revolting self: Perspectives on the psychological, social, and clinical implications of self-directed disgust* içinde (ss. 1-24). London: Karnac Books Ltd.
- Power, M. J., ve Dalgleish, T. (2008). *Cognition and emotion: From order to disorder* (2nd ed.). Hove: Psychology Press.
- Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, *40*(3), 879-891. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>
- Rozin, P., ve Fallon, A. E. (1987). A perspective on disgust. *Psychological Review*, *94*, 23-41. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.1.23>
- Rozin, P., Haidt, J., ve McCauley, C. R. (1999). Disgust: The body and soul emotion. T. Dalgleish ve M. J. Power (Ed), *Handbook of cognition and emotion* içinde (2nd ed., ss. 293-319). Chichester, UK: Wiley.
- Simpson, J., Helliwell, B., Varese, F., ve Powell, P. (2020). Self-disgust mediates the relationship between childhood adversities and psychosis. *British Journal of Clinical Psychology*, *59*, 260-275. <https://doi.org/10.1111/bjc.12245>
- Simpson, J., Hillman, R., Crawford, T., ve Overton, P. G. (2010). Self-esteem and self-disgust both mediate the relationship between dysfunctional cognitions and depressive symptoms. *Motivation and Emotion*, *34*, 399-406. <https://doi.org/10.1007/s11031-010-9189-2>
- Smith, N. B., Steele, A. M., Weitzman, M. L., Trueba, A. F., ve Meuret, A. E. (2015). Investigating the role of self-disgust in nonsuicidal self-injury. *Archives of Suicide Research*, *19*(1), 60-74. <https://doi.org/10.1080/13811118.2013.850135>
- Stasik-O'Brien, S. M., ve Schmidt, J. (2018). The role of disgust in body image disturbance: Incremental predictive power of self-disgust. *Body Image*, *27*, 128-137. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.08.011>
- Troop, N. A., Treasure, J. L., ve Serpell, L. (2002). A further exploration of disgust in eating disorders. *European Eating Disorders Review*, *10*(3), 218-226. <https://doi.org/10.1002/erv.444>
- Uysal, A., ve Lu, Q. (2011). Is self-concealment associated with acute and chronic pain? *Health Psychology*, *30*(5), 606-614. <https://doi.org/10.1037/a0024287>
- Williams, C. J., ve Cropley, M. (2013). The relationship between perfectionism and engagement in preventive health behaviours: The mediating role of self-concealment. *Journal of Health Psychology*, *19*(10), 1211-1221. <https://doi.org/10.1177/1359105313488971>
- Ypsilanti, A., Lazuras, L., Powell, P. A., ve Overton, P. G. (2019). Self-disgust as a potential mechanism explaining the association between loneliness and depression. *Journal of Affective Disorders*, *243*, 108-115. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.09.056>
- Ypsilanti, A., Robson, A., Lazuras, L., Powell, P. A., ve Overton, P. G. (2020). Self-disgust, loneliness and mental health outcomes in older adults: An eye-tracking study. *Journal of Affective Disorders*, *266*, 646-654. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.166>
- Yukawa, S., Tokuda, H., ve Sato, J. (2007). Attachment style, self-concealment, and interpersonal distance among Japanese undergraduates. *Perceptual and Motor Skills*, *104*(3), 1255-1261. <https://doi.org/10.2466/pms.104.4.1255-1261>
- Zahn, R., Lythe, K. E., Gethin, J. A., Green, S., Deakin, J. F. W., Young, A. H., ve Moll, J. (2015). The role of self-blame and worthlessness in the psychopathology of major depressive disorder. *Journal of Affective Disorders*, *186*, 337-341. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.08.001>

Summary

The Mediating Role of Self-Concealment in the Relationship between Self-Disgust and Psychological Symptoms

Asiye Yıldırım¹

Maltepe University

Başak Bahtiyar

Maltepe University

Disgust is a basic emotion characterized by adaptive responses to mobilize organisms against unpleasant or harmful stimuli (Ekman, 1992). There is a wide range of disgust eliciting stimuli, including primarily food, animals, body and also moral violations (Rozin & Fallon, 1987; Rozin, Haidt, & McCauley, 1999). Although disgust has a substantial survival value; excessive, distressing and stable disgust related responses have been associated with various psychological problems such as anxiety disorders (Olatunji, Cisler, McKay, & Phillips, 2010), disordered eating patterns (Davey, Buckland, Tantow, & Dallos, 1998; Troop, Treasure, & Serpell, 2002).

Disgust directed toward one's own behavior, body, physical appearance or overall self is conceptualized as self-disgust (Overton, Markland, Taggart, Bagshaw, & Simpson, 2008). However, unlike basic disgust experience, self-disgust reactions tend to be persistent and excessive acting like a personality trait and related to maladaptive self-appraisals (Powell, Simpson, & Overton, 2015). Moreover, the development of self-disgust is more complex involving sociocultural expectations, negative past experiences, also childhood trauma and abuse (Powell et al., 2015a, 2015b). These features of self-directed disgust are similar to those of self-conscious emotions such as shame and guilt (Power & Dalglish, 2008). At the same time, this stable and complex pattern closely related to behavioral and cognitive processing is assumed to be served as an emotional aspect of self-schema (Powell et al., 2015a).

Self-directed disgust is conceptualized initially as a vulnerability factor for depression (Overton et al., 2008) and contemporary studies support this association both in the short and long term (Powell, Simpson, & Overton, 2013; Simpson, Hillman, Crawford, & Overton, 2010). Moreover, there is a growing body of evidence indicating that this maladaptive pattern also predicts self-injury (Smith, Steele, Weitzman, Trueba, & Meuret, 2015), body dissatisfaction (Stasik-O'Brien &

Schmidt, 2018), as well as the eating problems (Palmeira, Pinto-Gouveia, & Cunha, 2019). In addition to its direct role, the indirect effect of self-disgust has been highlighted in the relation between dysfunctional cognition and depression (Overton et al., 2008), between post-traumatic stress and suicidal tendency (Brake, Rojas, Badour, Dutton, & Feldner, 2017), and between loneliness and depression (Ypsilanti, Lazuras, Powell, & Overton, 2019).

Although self-disgust tends to be connected with various psychological problems; there is a need for research to highlight the explanatory mechanisms in these associations. The current study focused on the potential role of self-concealment in the link between self-directed disgust and psychological symptoms. Self-concealment refers to active and deliberate attempts to hide personal information appraised as unpleasant or negative (Larson & Chastain, 1990). Like self-disgust, the persistent tendency to hide private information from other people tends to be increased among individuals with childhood trauma, insecure attachment, and negative social interactions (Larson, Chastain, Hoyt, & Ayzenberg, 2015). Besides, there is a body of literature establishing that self-concealment is related to different emotional and behavioral problems including disordered eating (Masuda, Latner, Barlie, & Sargent, 2018), alcohol-related problems (Hartman et al., 2015), and suicidal tendency (Hogge & Blankenship, 2020). It is plausible to expect the positive association between self-disgust and self-concealment considering the similarity in the development and outcomes of both constructs.

In summary, self-disgust is a novel concept that can contribute to acknowledging the etiology psychological problems; while, the explanatory mechanisms need to be clarified. Therefore, the current study aims to examine the mediator role of self-concealment in the association between self-disgust and psychological symptoms.

Method

Sample

The study was carried out with 495 volunteered university students (390 females, 105 males) whose ages were ranged from 18 to 30 ($M = 21.55$, $SD = 1.98$). All participants were recruited from various universities in Turkey by using the convenience sampling method. The majority of participants (91.7%) were undergraduate students, while others (8.3%) were enrolled in higher education or graduate program.

Measures

Demographic Information Form. The form was developed by the authors in order to obtain information about the characteristics of the participants including age, gender, education level, and socioeconomic status.

Self-Disgust Scale (Revised). The scale was developed to assess disgust directed one's own physical appearance, behaviors and overall self (Overton et al., 2008). The revised version includes 22 items rated on a 7-point Likert-type scale in which higher scores indicate elevated self-related disgust (Powell et al., 2015a). Turkish version of the scale adapted by Bahtiyar and Yıldırım (2019) contains 21 items with similar factor structure yielding good consistency and validity properties. For the current study, Cronbach's alpha was calculated as .96.

Self-Concealment Scale. The instrument has 10 items rated on a 5-point Likert-type scale assessing the overall tendency to hide personal information perceived as unpleasant or negative from others (Larson & Chastain, 1990). Turkish version of the scale also consists 10 items indicating satisfactory internal consistency (Deniz & Çok, 2010). Higher scores indicate greater self-concealment tendency. For the current study, Cronbach's alpha was calculated as .89.

Brief Symptom Inventory-25. This self-report inventory has 25 items rated on a 7-point Likert-type scale assessing the intensity of general psychiatric symptoms (Blais et al., 2015). Turkish version of the scale also consists 25 items in which higher scores point to an increase in symptomatology with high consistency and validity features (Gülüm & Volkan, 2019). The internal consistency of the scale was found as .95 in this study.

Procedure

After the approval of the ethical committee in Maltepe University, self-report questionnaires were administered via an online survey platform. All participants were informed about the aim and the scope of the study and confidentiality through the informed consent. In addition, normality assumptions and outliers were checked. After eliminating 28 cases, the main analyses

were performed with the remaining 495 cases by using the SPSS software program.

Results

First of all, gender difference (105 females, 105 males) for the mean scores of self-disgust, self-concealment, and psychological symptoms were examined through the independent sample t-test analyses. Randomly selected data of 105 participants among 390 female participants' data were included in the analysis. The results yielded significant difference for only self-concealment [$t(208) = -2.22$, $p < .05$]. Accordingly, males ($M = 26.61$, $SD = 9.73$) showed greater tendency of concealing self from others compared to females ($M = 23.64$, $SD = 9.69$).

Secondly, Pearson correlation coefficients were calculated in order to investigate the relationship among these variables. According to the findings, self-disgust was positively correlated with self-concealment ($r = .15$, $p < .01$) and with psychological symptoms ($r = .16$, $p < .01$). In addition to that, there was a significant and positive correlation between self-concealment and psychological symptoms ($r = .49$, $p < .001$).

Thirdly, the mediating role of self-concealment in the relationship between self-disgust and psychological symptoms was examined. For this examination, regression analysis was performed by using bootstrapping method through the PROCESS macro for SPSS (Hayes, 2013). In this procedure, the sampling distribution of indirect effects was bootstrapped 5000 times and 95% of confidence intervals (CI) were taken into consideration in which no zero "0" value between these intervals indicate significant indirect effect (Preacher & Hayes, 2008). The model also included gender as covariate. The findings revealed that the total effect of self-disgust on psychological symptoms was significant [$\beta = .15$, $t(492) = 3.46$, $SE = .04$, $p < .001$]. Accordingly, self-disgust significantly and positively predicted self-concealment [$\beta = .14$, $t(492) = 3.20$, $SE = .04$, $p < .01$]; and self-concealment was the positive predictor of psychological symptoms [$\beta = .47$, $t(491) = 11.87$, $SE = .04$, $p < .001$]. However, there was significant gender effect on only self-concealment [$\beta = .11$, $t(492) = 2.46$, $SE = .11$, $p < .05$]. In addition, the direct effect of self-disgust on psychological symptoms was found also significant [$\beta = .09$, $t(492) = 2.19$, $SE = .04$, $p < .05$]. Finally, indirect effect of self-concealment was significant as well, $\beta = .07$, $SE = .02$, %95 CI [0.24, 0.11]. According to these findings, self-concealment partially mediated the relationship between self-disgust and psychological symptoms. This model explained 24% of total variance, $F(3,491) = 52.73$, $p < .001$.

Discussion

The current study aimed to examine the mediator role of self-concealment in the association between self-disgust and psychological symptoms in a non-clinical sample. Prior to hypothesis testing, the gender differences were examined and the results revealed that men had a higher tendency to conceal themselves from others compared to women. Limited studies about the development of both self-disgust and self-concealment emphasize the negative childhood experiences and toxic social interactions over biological factors (Larson et al., 2015; Powell et al., 2015a, 2015b). Therefore, retrospective research is recommended to achieve more information for individual differences and etiology regarding to these patterns.

The findings of the study also revealed that self-disgust, self-concealment, and psychological factors were positively correlated with each other. Moreover, the mediator role of self-concealment in the relationship between self-disgust and psychological symptoms was also confirmed. Accordingly, self-directed disgust predicted an increase in self-concealment, which in turn led to an increase the intensity of psychological symptoms. These results are in accordance with previous studies indicating that both self-disgust and self-concealment are vulnerability factors for psychopathology (e.g., Brake et al., 2017; Cruddas, Gilbert, & McEwan, 2012; Edmonds, Masuda, & Tully, 2014; Simpson et al., 2020). Besides, the explanatory role of self-concealment in the link between self-directed disgust and psychological symptoms has been highlighted. Therefore, it is reasonable to interpret that experiencing excessive and stable disgust toward self may trigger the attempts to hide self-related information appraised as repulsive from others in order to avoid possible criticism or rejection. As long as individual shows active and stable efforts to keep unpleasant or disgusting self-related information in dark, psychological problems may increase because of the intense feeling of isolation, lack of social support and also lack of corrective responses to challenge maladaptive self-appraisals. Consistent with this assumption, clinical research points out that people with higher self-concealing tendency are more reluctant to seek psychological help (Masuda & Boone, 2011; Nam et al., 2013) or to share private information with professionals even in a therapeutic setting (Love & Farber, 2019). Therefore, the indirect role of self-related disgust on psychological problems through the self-concealment may be considered as both an antecedent and a maintaining factor.

The present study has limitations as well. Firstly, the cross-sectional nature of the study limits to make inferences about the causality in this model. Therefore,

longitudinal research is recommended, to achieve further knowledge about the role of self-concealment in the self-disgust promoted psychological problems. Although the concepts focused on this study are not specific to psychopathology; the lack of clinical sample can be considered as another limitation. For instance, it is important to determine the role of particular concealing strategies used by the patients having eating disorders triggered by disgust toward their bodies (Palmeira et al., 2019) or body dysmorphic disorder associated with disgust toward physical appearance (Stasik-O'Brien & Schmidt, 2018). Therefore, future studies carried out with clinical samples may provide detailed information about these mechanisms that are valuable for effective case conceptualizations and interventions. Finally, the characteristics of the sample composed of primarily young and female adults may limit the generalizability of the findings. Further research working with different demographic characteristics is recommended to validate these associations and also to examine individual differences regarding to self-concealing and self-disgusting tendency.

Despite these limitations, the current study has a good potential to highlight the association between self-disgust and self-concealment. Self-disgust is recently conceptualized as a vulnerability factor for psychopathology; hence, the need for empirical evidence for clarifying mechanisms still maintains. Nevertheless, these findings of the present study revealed the importance of self-concealment in explaining the role of self-disgust on psychological symptoms.