**CİNSEL AZINLIK STRESİ VE DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ (Gender Minority Stress and Resilience Measure -TR)**

|  |
| --- |
| **Yönerge:** Aşağıda bir cümle yanında cevaplarınızı işaretlemeniz için; *Hiçbir Zaman*, *Evet, 18 yaşından önce; Evet, 18 yaşından sonra; Evet, geçtiğimiz yıl içinde seçenekleri* verilmiştir.  Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar doğru olanı belirtmek için uygun kutuya çarpı (x) işareti koyarak cevaplayınız. Birden fazla kutuyu işaretleyebilirsiniz. Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Size en yakın gelen kutu veya kutuları işaretleyiniz.  *Cinsiyet Kimliği, hissettiğiniz, sizin için uygun olduğunu düşündüğünüz cinsiyettir.*  *Cinsiyet ifadesi, hissettiğiniz cinsiyete uygun gördüğünüz kılık, kıyafet, tutum ve davranış vb. özelliklerinizdir.* |

A.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | *Hiçbir zaman* | *Evet,*  *18 yaşından önce* | *Evet,*  *18 yaşından*  *sonra* | *Evet, geçtiğimiz*  *yıl* |
| 1.Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle tıbbi ya da ruhsal tedaviye (dönüşümle ilgili ya da başka bir durumdan dolayı) ulaşmakta zorluk yaşadım. |  |  |  |  |
| 2. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle, toplum içinde kullanabileceğim bir tuvalet bulmakta zorluk yaşadım. |  |  |  |  |
| 3. Cinsiyet kimliğime uygun kimlik belgeleri elde etmekte zorluk yaşadım. |  |  |  |  |
| 4. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle ev bulmakta ya da mevcut evimde kalmayı sürdürmekte zorluk yaşadım. |  |  |  |  |
| 5. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle iş bulmada veya mevcut işimi sürdürmekte zorluk yaşadım ya da terfi hakkımdan mahrum edildim. |  |  |  |  |

B.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | *Hiçbir zaman* | *Evet,*  *18 yaşından önce* | *Evet,*  *18 yaşından sonra* | *Evet, geçtiğimiz yıl* |
| 1. Cinsiyet kimliğim veya ifademden nedeniyle bir partner bulmakta zorlandım veya mevcut ilişkim bitti. |  |  |  |  |
| 2. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle bir dini cemaat tarafından kabul edilmedim ya da hoş karşılanmağımı hissettim. |  |  |  |  |
| 3. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle kendi etnik topluluğum tarafından kabul edilmedim veya hoş karşılanmadığımı hissettim. |  |  |  |  |
| 4. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle arkadaşlarım tarafından kabul edilmedim veya mesafeli davranıldım. |  |  |  |  |
| 5. Cinsiyet kimliğimden veya ifadem nedeniyle okulda ya da işte dışlandım. |  |  |  |  |
| 6. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle ailem tarafından kabul edilmedim veya mesafeli davranıldım. |  |  |  |  |

C.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | *Hiçbir zaman* | *Evet,*  *18 yaşından önce* | *Evet,*  *18 yaşından sonra* | *Evet, geçtiğimiz yıl* |
| 1. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle sözlü olarak alay edildim ya da sataşıldım. (Örneğin, “şu” diye bahsedilmek gibi) |  |  |  |  |
| 2. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle ifşa edilmekle tehdit edildim veya şantaja maruz kaldım. |  |  |  |  |
| 3. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle kişisel eşyalarıma zarar verildi. |  |  |  |  |
| 4.Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle fiziksel zarar verilmesi ile tehdit edildim. |  |  |  |  |
| 5. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle itilip kalkıldım, hırpalandım veya üzerime bir şeyler fırlatıldı |  |  |  |  |
| 6. Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle isteğim dışında cinsel temasta bulunmak zorunda kaldım. |  |  |  |  |

D.

|  |
| --- |
| **Yönerge:** Aşağıda her bir cümle yanında cevaplarınızı işaretlemeniz için: *kesinlikle katılmıyorum* ile *kesinlikle katılıyorum* arasında değişen 5-puanlı ölçek üzerinden *seçenekler* verilmiştir.  Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar doğru olduğunu belirtmek için uygun kutuya çarpı (x) işareti koyarak cevaplayınız. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Kesinlikle  katılmıyorum  0 | 1 | 2 | 3 | Kesinlikle  katılıyorum  4 |
| 1. İnsanlara cinsiyet kimliğimi tekrar tekrar açıklamak veya insanların kullandığı hitapları düzeltmek zorunda kalıyorum. |  |  |  |  |  |
| 2. Kendi cinsiyetimde algılanmada zorluk yaşıyorum. |  |  |  |  |  |
| 3. İnsanların cinsiyetimi doğru görebilmeleri için çok uğraş vermek zorunda kalıyorum. |  |  |  |  |  |
| 4.İnsanların benim cinsiyetimi kabul edebilmeleri için “aşırı erkeksi” veya “aşırı kadınsı” olmak zorunda olmam gerekiyor. |  |  |  |  |  |
| 5. İnsanlar, görünüşüm veya bedenimden dolayı cinsiyet kimliğime saygı duymuyorlar. |  |  |  |  |  |
| 6. İnsanlar benim cinsiyetimi benim gördüğüm gibi değerlendirmedikleri için beni anlamıyorlar. |  |  |  |  |  |

E.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Kesinlikle  katılmıyorum  0 | 1 | 2 | 3 | Kesinlikle  katılıyorum  4 |
| 1.Cinsiyet kimliğim veya ifademden hoşnutsuzum. |  |  |  |  |  |
| 2.Cinsiyet kimliğim veya ifadem bana bir ucube gibi hissettiriyor. |  |  |  |  |  |
| 3.Cinsiyet kimliğimi veya ifademi düşündüğümde, çökkün hissediyorum. |  |  |  |  |  |
| 4.Cinsiyet kimliğimi veya ifademi düşündüğümde, mutsuz hissediyorum. |  |  |  |  |  |
| 5.Cinsiyet kimliğim veya ifadem nedeniyle, toplumdan dışlanmış gibi hissediyorum. |  |  |  |  |  |
| 6. Sıklıkla kendime ‘Cinsiyet kimliğim veya ifadem neden herkese gibi normal değil?’ diye sorarım |  |  |  |  |  |
| 7.Cinsiyet kimliğimi veya ifademi utanç verici buluyorum. |  |  |  |  |  |
| 8. Cinsiyet kimliği veya ifadesi benimki gibi olmayan insanlara imreniyorum. |  |  |  |  |  |

F.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Kesinlikle  katılmıyorum  0 | 1 | 2 | 3 | Kesinlikle  katılıyorum  4 |
| 1.Cinsiyet kimliğim veya ifadem beni özel ve eşsiz hissettiriyor. |  |  |  |  |  |
| 2. Cinsiyet kimliğimin doğumda atanmış cinsiyetimden farklı olduğununun başkaları tarafından bilinmesi benim için uygun. |  |  |  |  |  |
| 3.Cinsiyet kimliğimi ve cinsiyet geçmişim hakkında hemen hemen kimseyle konuşurken sıkıntı yaşamıyorum. |  |  |  |  |  |
| 4. Cinsiyet kimliğimin doğumda bana atanmış cinsiyetimden farklı olması benim için bir armağandır. |  |  |  |  |  |
| 5. Diğer insanlar gibiyim hem de cinsiyet kimliğim doğum-da atanmış cinsiyetimden farklı olduğundan dolayı özelim. |  |  |  |  |  |
| 6. Cinsiyet kimliği doğumda atanan cinsiyetten farklı bir kişi olmaktan gurur duyuyorum. |  |  |  |  |  |
| 7. Cinsiyet kimliğimin doğumda atanan cinsiyetimden farklı olduğunu başkalarına açıklarken rahatım. |  |  |  |  |  |
| 8. İnsanların her şeyi bilmesini ve beni cinsiyet kimliğim ve cinsiyet hikayemle kabul etmesini tercih ediyorum. |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| Her zaman veya neredeyse her zaman hissettiğiniz cinsiyette mi yaşıyorsunuz?  (Hissettiğiniz cinsiyet kendiniz için doğru gördüğünüz cinsiyettir.)  *Evet, çoğunlukla veya her zaman hissettiğim cinsiyette yaşarım*  *Hayır, çoğunlukla veya her zaman hissettiğim cinsiyette yaşamam.*  Eğer *evet* ise: aşağıdaki maddelerde “hikaye” sözcüğünü, Eğer *hayır* ise: aşağıdaki maddelerde “kimlik” sözcüğünü kullanın. |

G.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Kesinlikle  katılmıyorum  1 | 2 | 3 | 4 | Kesinlikle  katılıyorum  5 |
| 1. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, başkaları beni kabul etmez. |  |  |  |  |  |
| 2. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, işveren beni işe almaz. |  |  |  |  |  |
| 3. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, insanlar ruhsal bozukluğum olduğunu veya “deli” olduğumu düşünür. |  |  |  |  |  |
| 4. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, insanlar iğrenç veya günahkâr olduğumu düşünür. |  |  |  |  |  |
| 5. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, pek çok insan beni eksik görür. |  |  |  |  |  |
| 6. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, pek çok insan beni hor görür. |  |  |  |  |  |
| 7. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, suç ya da şiddet mağduru olabilirim. |  |  |  |  |  |
| 8. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, polis tarafından tutuklanabilir veya taciz edilebilirim. |  |  |  |  |  |
| 9. Eğer cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ ifade edersem, iyi bir tıbbi bakım hizmetinden mahrum bırakılabilirim. |  |  |  |  |  |

H.

|  |
| --- |
| **Yönerge:** Aşağıda bir cümle yanında cevaplarınızı işaretlemeniz için : *kesinlikle katılmıyorum* ile *kesinlikle katılıyorum* arasında değişen 5-puanlı ölçek üzerinden *seçenekler* verilmiştir.  Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar doğru olduğunu belirtmek için uygun kutuya çarpı (x) işareti koyarak cevaplayınız. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Kesinlikle  katılmıyorum  1 | 2 | 3 | 4 | Kesinlikle  katılıyorum  5 |
| 1-Başka insanların benim cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ bilmesini istemediğim için insanlarla geçmişimden bazı deneyimler hakkında konuşmam veya insanlara söyleyeceğim şeylerin bazı kısımlarını değiştiririm. |  |  |  |  |  |
| 2- Başka insanların benim cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ bilmesini istemediğim için konuşma tarzımı değiştiririm. |  |  |  |  |  |
| 3- Başka insanların benim cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ bilmesini istemediğim için giyim tarzım veya dış görünüşüme özellikle dikkat ederim. |  |  |  |  |  |
| 4- Başka insanların benim cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ bilmesini istemediğim için mayo giymek veya ortak soyunma odalarını kullanmak gibi bedenimin görüneceği durumlardan kaçınırım. |  |  |  |  |  |
| 5- Başka insanların benim cinsiyet KİMLİĞİMİ / HİKAYEMİ bilmesini istemediğim için yürüyüş, el hareketi, oturma veya ayakta durma biçimimi değiştiriyorum |  |  |  |  |  |

J.

|  |
| --- |
| **Yönerge:** Aşağıda bir cümle yanında da cevaplarınızı işaretlemeniz için *kesinlikle katılmıyorum* ile *kesinlikle katılıyorum* arasında değişen 5-puanlı ölçek üzerinden *seçenekler* verilmiştir.  Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar doğru olduğunu belirtmek için uygun kutuya çarpı (x) işareti koyarak cevaplayınız. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Kesinlikle  Katılmıyorum  1 | 2 | 3 | 4 | Kesinlikle  katılıyorum  5 |
| 1- Kendimi benimle aynı cinsiyet kimliğini paylaşan insanlardan oluşan topluluğun bir parçası hissediyorum. |  |  |  |  |  |
| 2- Benimle aynı cinsiyet kimliğini paylaşan diğer insanlara bağlı olduğumu hissediyorum. |  |  |  |  |  |
| 3- 3Benimle aynı cinsiyet kimliğini paylaşan insanların oluşturduğu bir topluluğun üyeleriyle iletişim içindeken oraya ait hissediyorum. |  |  |  |  |  |
| 4- Benimle aynı cinsiyet kimliğini paylaşan diğer insanlar gibi değilim. |  |  |  |  |  |
| 5- Benimle aynı cinsiyet kimliğini paylaşan diğer insanlardan ayrı ve izole hissediyorum. |  |  |  |  |  |

**Alt ölçekler:**

Alt ölçek isimleri yalnızca araştırmacılar içindir; ankete yanıt veren katılımcılarla paylaşılmaları amaçlanmamıştır.

A. Cinsiyet ilişkili ayrımcılık (distal stress)

B. Cinsiyet ilişkili reddedilme (distal stress)

C. Cinsiyet ilişkili mağduriyet (distal stress)

D. Cinsiyet kimliğinin olumlanmaması (distal stress)

E. İçselleştirilmiş transfobi (proksimal stress)

F. Onur (dayanıklılık alt ölçeği)

G. Gelecek ile ilgili olumsuz beklentiler (proksimal stress)

H. Gizlilik (proksimal stress)

J. Topluluk Bağı (dayanıklılık alt ölçeği)

**Puanlama**

İlk üç alt ölçek evet - hayır olarak puanlanırken, geri kalan alt ölçekler 5’li puanlama sistemine göre dizayn edilmiştir.

Ölçeğin tamamında toplam 2 ters (reverse) soru bulunmaktadır. Ters iki soru Topluluk Bağı alt ölçeğinin son iki sorusudur.

Herhangi bir psikopatolojik duruma özgü olmadığı için ölçekteki puanların toplamı bir psikiyatrik bozukluğu işaret etmemektedir. Ölçeğin toplam puan skorlaması bulunmamakta, daha ziyade alt boyutlardaki eğilimler dikkate alınmaktadır. Distal ve proksimal stres boyut puanlarının yüksekliği daha fazla algılanan stres ve olumsuz ruh sağlığı sonuçlarının riskinin arttığını göstermektedir. Dayanıklılık boyut puanları, cinsel azınlık stresine karşı tampon görevi gören faktörlere işaret etmektedir.

**Article:**

Şahin, A. B., Büyükgök, D., Uysal, Ö., & Kulaksizoğlu, I. B. (2023). A Preliminary Validation of Gender Minority Stress and Resilience Measure in Turkish Transgender Individuals. Journal of LGBTQ Issues in Counseling, 17(4), 271–288. https://doi.org/10.1080/26924951.2023.2202353