
Kadınlarda Mizah Anlayışının Aile Hayatı ve Sosyal Hayat Üzerindeki Etkisi

Songül KARACA AYDIN¹

Mizah, gülen düşüncedir. **Albert Einstein**

Özet

Bu derlemedeki amaç; kadınların mizah algısının ve mizah tarzlarının iş, aile ve tüm sosyal hayatı üzerindeki olumlu-olumsuz etkisine değinmek ve bu alanda çalışmak isteyen kişilere bilgi vermektir. Mizah; saçma ve uyumsuz düşünce, olay ve durumların zihin tarafından keşfedilme tecrübesidir. Yani bir şeye gülmek onu komik bulmakla ilgilidir. Değişen ve gelişen dünya ile birlikte insanların olaylara bakışı da değişmiş ve olaylara verdikleri tepkilerde farklılık olmaya başlamış ve bu farklıklar mizah anlayışının da çeşitlenmesine neden olmuştur. Artık herkes için mizah anlayışı farklı anlamlar taşımaya başlamıştır. Mizah hayatın her alanında normal karşılanmış ve bir iletişim şekli halini almıştır. Sosyal hayatta ve iş hayatında daha fazla yer almaya başlayan kadınların kendilerini özgür ve daha iyi ifade edebilecekleri ortamlar oluşmuş ve iletişim becerileri gelişmiştir. Bununla beraber kadınların mizah anlayışı önündeki ön yargı ve kalıp davranışların da değişikliğe uğradığı görülmüş ve kadınlar artık günlük hayatın her boyutunda mizah anlayışlarını öne çıkarmaya başlamış, psikolojik ve sosyolojik açıdan birçok faydasını görmüşlerdir.

Anahtar Kelimeler: Kadın, Mizah, Mizah Anlayışı, Mizah Tarzı, Sosyal Hayat

The Effect Of Humor And Understanding Of Humor In Women On Family Life And Social Communication

Humor is smiley thought.

Albert Einstein

Summary

Purpose of this review; The aim of this course is to discuss the positive and negative effects of women's perception of humor and humor styles on work, family and all social life and to give information to

¹ Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme ABD Yüksek Lisans Programı Öğrencisi
songulkaraca.aydin@atauni.edu.tr

people who want to work in this field. Humour is experience of discovering thoughts, events and conditions by mind. That's to say laugh something connects that it find funny. Humans outlook on events had changed with developing/changing world and caused to diversify humour intellection differences of react on events. No longer humour intellection for everyone had started to have a different meaning. Humour was responded to something normally at all field of life and assume a communication tip. Ambients consisted for women who took part in more social and worklife to state herself free and more good and developed their communication ability. Nonetheless it occur that prejudice on humour intellection of women and mold behavior undergo a change too. Women started to put forward humour intellections at each extent of daily life and reap the benefit of psychological and sociological perspective.

Key Words: Woman, Humor, Humour, Humor Style, Social Life

GİRİŞ

Mizah ve Mizah Anlayışı

Aristoteles'ten günümüze kadar birçok düşünür, bilim adamı ve psikoloğun üzerine söz söylenmiş olduğu mizahın çok eski bir tarihi olup, mizah için yapılan tanımlamalar kimine göre bir savunma mekanizması ve rahatlama durumu, kimine göre bilişsel üstünlük ya da karakter gücü, kimine göre ise ince alay, şaka, gülünç, alışılmadık, çelişkili, yerme-taşıma gibi sözlerle ifade edilmiş ve birçok kişi tarafından farklı şekillerde açıklanmıştır.

Dilimize Arapçadan geçmiş olan mizahın bugüne kadar yapılan tanımlarına bakıldığında, kavram olarak birçok sözcükle bağdaştırıldığı görülmektedir. Türk Dil Kurumu'nun web sitesinde ise mizahın bir tanımını yapılmamış sadece mizahı “*edebiyat ve gülmece*” olarak adlandırmıştır (TDK, 2019). Osmanlıca'da mizah “*zıddı ciddiyet, şaka, lâtiye; bir düşüncenin nükte, şaka veya takılmalarla süsleyip anlatan yazı çeşidi, hoş nükteli söz*” olarak aktarılmaktadır (www.turkcesozluk.net).

Mizah ve güldürü arasındaki güçlü bağa vurgu yapan bir başka tanım incelendiğinde ise mizahı “*İnsanı gülmeye sevk eden yazı ve resim sanatıdır*” (www.nedir.com/mizah) şeklinde izah etmiştir.

Yasin Özkara, mizah konusu ile ilgili çalışmasında, mizahı dil ve bilişsel alanla ilişkilendirerek mizahı sosyal, duygusal, bilişsel ve dil gibi anlamlı bileşenlerin bir araya gelerek bir akıl yürütme tarzı olduğunu ve sosyal hayatta bir öğrenme aracı olarak kullanılabileceğini ifade etmiştir (Özkara, 2013).

Yukarıdaki tanımların yanı sıra Eşiğül, mizah hakkında düşüncelerini şöyle dile getirmiştir:

“Mizahın en temel özelliklerinden biri gülmedir. Gülme ve mizahın tanımı ilk olarak İ.S. 1. yy'da Roma'daki Hatiplik Okulunda tartışılmış, günümüze kadar ulaşan bu tartışmadan kesin bir sonuç alınamamıştır. Gülme ile mizah arasındaki ilişki kimi zaman filozoflar tarafından, kimi zaman

araştırmacılar tarafından ele alınmış, farklı görüşler ileri sürülmüştür. Bu nedenle gülmenin ve onu yaratan mizahın tek ve kesin bir tarifini yapmak mümkün olmamıştır. Gülme ve mizahın tarifi, çeşitleri, psikolojisi, dil ve üslubu hakkında yapılan araştırmalar ise, konuyu aydınlattıkları kadar, daha da karmaşık hale getirmişlerdir denilebilir” (Eşiğül, 2002:1).

Murat Kurt'un çocuklar için çıkarmış olduğu Resimli Mucize Sözlük (*Miracle Picture Dictionary*) kitabında mizah için şu tanımlamaya yer vermiştir:

“Mizah, güldürü, espri, başkalarını güldürebilme yeteneğidir” (Kurt, 2011:231). Aziz Nesin ise Cumhuriyet Dönemi Türk Mizahı adlı kitabında; ulaştığı kişileri hangi oranda olursa olsun güldürebilen her şeyin mizah olduğunu belirtmiştir (1973:44). Yine 2002 yılında birçok yazarın gülme üzerine yazılarının bulunduğu derleme eser olan Gülmenin Kitabı'nda Aziz Nesin, gülmek ve mizah arasındaki bağdan *“Gülmece, seslendiği insanı, hangi oranda olursa olsun sağlıklı olarak güldürebilen her şeydir”* şeklinde bahsetmiş, aynı derlemede eserde Yalçın Küçük de gülünçlük, çelişkili ve yoz olarak açıklamıştır (Nesin ve ark.2002: 30-39).

Genel olarak mizahı, hoşça giden, insanı güldürüp rahatlatan, eğlendiren bir durum olarak tanımlayabiliriz. Dolayısıyla, mizah üzerine yapılan tanımlamalara bakıldığında, mizah ile gülme eylemi arasında yakın bir bağ kurmak yanlış olmayacaktır. Uçar'a göre insanlar artık günlük hayattaki olaylara gülerken tepki gösterirken, gün içerisindeki konuşmalarında da mizahı yakalamak adına gülünç konuşmalar ve davranışlarla katıldığını belirtir ve *“Gülmece kişiyi sorunlardan uzak tutar ve onları kişiselleştirmek yerine somutlaştırmaya olanak sağlar”* şeklinde yorumlar (Uçar, 2014: 18). Bundan dolayıdır ki mizahın en belirgin işlevi gülmedir ve gülmek de sosyal bir olgudur. İnsan sosyal bir varlık olduğundan dolayı başka insanlarla iletişim ihtiyacı duyar ve aile, iş gibi hemen hemen her sosyal ortamda olumlu iletişim için mizah ve gülmeyi davranışlarına yansıtır.

Mizahın yapılmasıyla verilen tepkinin mutlaka gülme eylemi olması gerektiğini söyleyen araştırmacılar bunun yanı sıra gülme eyleminin endorfin salgısını artırdığını ileri sürmüş ve mizahın bağışıklık sistemini güçlendirdiğini ve bir savunma mekanizması olarak stresle daha kolay başa çıkmayı sağladığını ortaya koymuşlardır (Oral, 2004: 21). İnsan ruhsal açıdan mizahla rahatlar ve sosyal iletişim becerilerinde mizahı kullanarak duygusal ve psikolojik sağlamlığını artırır. Buna karşın her güldürü mizah sayılmadığı gibi mizah yapmak da belirli bir donanımı, uygun zamanı, şiddeti, yönü ve mizah anlayışını gerektirir.

Mizah anlayışı; kişinin olayları farklı bir boyutta anlayış ve yorumlama yeteneğidir. Mizah anlayışının oluşmasında kültür etkili iken, biriken kültür etkisinin kişinin duruma ya da konuya öznel bakış açısını katmasıyla da mizah tarzı oluşur. Yani kişinin olayları kendi çerçevesinden bakıp, kendine özgü anlatım biçimiyle karşıya sunması kişinin mizah tarzını oluşturur. Yardımcıya göre; *“Mizah anlayışı, olayların alışılmadık, anlamsız, komik taraflarına ilişkin değerlendirme becerisi ve algısıdır. İyi geliştirilmiş bir*

mizah değerlendirmesi için yaratıcı ustalığa sahip olunması gereklidir” (Yardımcı, 2010:1). Mizah yapma işi zihinsel bir süreci de içinde barındırdığı için mizahın üretilmesinde kişinin uyarıcı duruma karşı bilgiyi beyinde farklı yönden yorumlayarak hoşla giden bir tepki olarak karşıya iletmesi gerekir.

Kişi mizahı yaparken de yapılan mizahı yorumlarken de düşünme eylemi içerisinde. Dil ve düşünce içi içe geçmiş görevlere sahip olup, birbirlerine bağlıdır. Bu sıkı bağdan hareketle insanın düşünce dünyası ile zihinsel yetileri arasındaki ilişki göz ardı edilemeyecek kadar kuvvetlidir. İnsan zihnine yansıyan soyut kavramlar, insanların kelime ve kavramlara farklı yönlerden bakabilmesi, kelime anlamlarının genişletilip daraltılabilmesi mizahın anlamlandırılması ile ilişkilendirilebilir (Balta, 2016: 1269)

Ercüment Yerlikaya yayınlanmış doktora tezinde mizah ve mizahın üretilmesi ile ilgili olarak şunları söyler:

Mizah, İnsanların söylediği veya yaptığı, komik olarak algıladığı, birilerini güldürmek için yapılan her şeyi kapsar. Bireyin mizah algısı ise gerçekleşen durumu kendi açısından algılanması ya da yaratılmasını sağlayan zihinsel süreçler ve bunlardan hoşlanmamıza yol açan duygusal tepkileri de içeren çok geniş kapsamlı bir kavramdır (Yerlikaya, 2009:14). Yani bir kişinin mizah yapabilmesi ile kişinin mizah anlayışı arasında paralellik vardır ve bunlar toplumdaki sosyal, kültürel değerlerden etkilenerek şekillenir. Bütün kültürlerin kendine has bir mizah anlayışı vardır ve zaman içerisinde birikerek bulunduğu döneme göre şekil değiştirir. Aziz Nesin yine Cumhuriyet Dönemi Türk Mizahı adlı kitabında; mizah anlayışının dönemler içinde şekillenmesinin de sosyal, siyasal ve ekonomik nedenlerin rol oynadığını belirtmiştir (Nesin, 1973:12-14)

Yukarıda yapılan tanımlama ve açıklamalar doğrultusunda insanlar mizah yaparken bireysel farklılıklarından kaynaklı olarak her zaman hoşnutluk durumu yaşayamayabilir. Bizim komik bulup güldüğümüz bir duruma karşımızdaki kişinin de güldüğümüz şeye gülüyor olması gerekir. Özkan, mizahtaki bireysel farklılıkla ilgili olarak şunları söylemiştir:

“Mizah kavramı kişiden kişiye, toplumdaki topluma değişebildiği gibi, bazen de yapılan bir espri herkes için anlaşılabilir ve eğlendirici olabilir. Her bireyin mizah anlayışının gelişmesi beklenemez, mizah gelişimi bireyin tüm donanımlarıyla ilgilidir. Bir gün güzel bir mizah anlayışına sahip birey ertesi gün beklide mizahın yakınlarından bile geçemeyecek düzeyde bir espri yapabilir” (Özkan, 2008).

Sosyo-Psikolojik İletişim Aracı Olarak: Mizah

Olayların ve durumların komik eğlenceli tarafını görebilme, kullanabilme yetisi olarak tanımlayacağımız mizah; hayatın zorlu deneyimleriyle baş etmede farklı bakış açısı sağlayan etkili ve sağlıklı yöntemlerden biridir. Kişiler arasında güveni sağlar ve iletişimi güçlendirir.

Çoğunlukla kişiler arası ilişkiler içerisinde oluşan mizah; kültürel, bilişsel algı özellikleri ve hayat deneyimleri nedeniyle birbirlerinden farklı olan insanlar arasında kolay iletişim kurabilme adına bir köprü görevi görür. Mizah, bireyin dünyayı daha geniş bir açıdan görmesine yardımcı olarak stres düzeyini azaltır ve strese karşı koruyucu etki yaratır. İletişimde mizahı kullanan birey, göz teması kurarak beden dilini de aktif hale getirir. (Aydın, 2005:2-3).

Mizaha psikoloji ve ruh sağlığı perspektifinden bakıldığında mizahın iyileştirici olumlu tarafları olduğu gibi yıkıcı olumsuz tarafları da bulunmaktadır. Akdur ve D.Batıgün, *Mizah Tarzları İle Kişilik Özellikleri, Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkiler* konulu çalışmasında “yıkıcı mizah” tarzı olan kişilerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin, “yapıcı-katılımcı mizah” ve “kendini geliştirici mizah” tarzına sahip olan kişilerden daha yüksek; yaşam doyumlarının ise daha düşük olduğuna değinmiştir (Akdur ve Durak Batıgün, 2017:2).

Bengü Hırlak; mizah anlayışı, insanları rahatlatır, kişisel etkileşimin gelişmesinde rol oynar ve stresle mücadelede en iyi ilaç olduğunu belirtir. Mizahta kişilerin hata yapmasına veya yanlış şeyler söylemesine müdahale edilmediğinden kişiler negatif duygularını mizah ile dışarı vurabilirler. Bu sayede stresini atan bireyler, yeni bir başlangıç için daha rahat hareket etme imkânı bulurlar. Çünkü kişi stres altındayken net bir şekilde düşünemez ve kendisi için iyi olacak seçenekleri göremez. Araya biraz mizahın girmesiyle, kaslar rahatlar, kan basıncı düzenlenir, tansiyon düşer, asabiyet kaybolur ve endorfin salgılanmaya başlar. Bu yüzden mizah psikolojik, fizyolojik ve sosyal alan gibi hayatın birçok noktasında olumlu yönde etkilidir (Hırlak ve ark. 2018:158) .

Eskiden mizah yapmanın hoş olmadığı fakat günümüzde insanlarda olumlu duygular uyandırdığı için mizah bireylerde farklı bir karakter özelliği olarak sayılmıştır. Artık bu özellik sayesinde insanlar mizahın iletişim, sosyal, psikolojik ve eğlence gibi birçok işlevinden faydalanmaya başlamışlardır. Eskiden mizah yapma işi cinsiyet olarak sadece erkeklerle sınırlandırılırken artık toplumsal ve kültürel değişimden dolayı kadınlar da bu sürecin bir parçası olmuştur. Bu bağlamda sosyal hayatta mizahın olumlu işlevlerinden sadece erkekler değil kadınlar da faydalanmaya başlamıştır.

Kadın ve Mizah

Mizahta mizah algısını ve tarzını etkileyen en temel öğelerden biri cinsiyettir. Cinsiyete göre mizah, kadın ve mizah ilişkisi alanında çok fazla bir çalışma yapılmamış olup bu duruma psikoloji ekseninden bakıldığında mizah anlayışının cinsiyete göre farklılık göstermesi; “*Erkekler agresyon (saldırganlık) ve cinsellikle ilgili konuları mizah içeriği olarak kullanma eğilimindedirler. Kızlar ise kendilerini neşelendirmek için onlara espri yapılmasını tercih ederler. Bu eğilimler kızlarda yaş büyüdükçe artar fakat erkeklerde artmaz aynı kalır*“ (www.kahramanmaras.org) şeklinde açıklanmıştır. Gülay Yavuz, araştırmasında kadın ve erkek arasındaki mizah algısına; erkeklerin saldırgan bir mizah kullandıklarını,

formüle dayalı mizahı tercih ettiklerini, kadınların ise erkeklere göre daha fazla anekdot ve hikâyeleri tercih ettiklerini, ayrıca kadınların mizah algısının merhamete odaklandığını, sosyal gerilimi azaltan, başkalarının mutsuzluğunu gideren ve kırıp, incitmekten çok neşelendiren bir mizah algısı olduğuna değinmiştir (Yavuz, 2017:70).

Ama genel anlamda kadınlar ve erkekler arasında mizah tarzları ve mizah anlayışlarındaki farklılığı toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklı olarak, kadına daha az değer verilmesiyle yani kültürel cinsiyet rolünün etkisiyle açıklanabilir. Birçok konuya malzeme olan kadınlar mizaha da çoğu zaman konu olmuş ve bu durumun toplumsal cinsiyet eşitliği adına negatif çağrışımlar uyandırdığı görülmüştür. Okray, bu hususta; *“Kadına yönelik şiddet yaşamımızın her alanında görülebilen bir olgudur. Bu olgu esprilere bile yansımakta ve kadına yönelik şiddetin meşrulaştırılması karikatürler üzerinden de yapılmaktadır”* demiştir (Okray, 2018:92). İnsanlar yazılı mizah ya da sözlü mizah üretirken bilinçli bir şekilde veya bilmeden kadını malzeme olarak kullanması, bunu yaparken de yıkıcı bir mizah tarzını tercih etmesi, toplumun farkında olmadan kadına karşı duygusal ve psikolojik şiddeti uygun ve yapılabilir hale gelmiştir. Yani toplumun benimsediği mizah tarzı ve davranışları, mizahın konusunun kadın olması, kadına uygulanan örtük bir şiddet şeklidir. Bu durum kadına karşı toplumsal algıyı şekillendirir ve kadının o toplumdaki yeri ve değerini belirler. Bu bağlamda mizahı üretirken kadın üzerinden yapılan tüm eylemler kadına şiddet faaliyetleri konusunda yapılan toplumsal çalışmalara yapıcı etkide olmalıdır.

Toplumsal Cinsiyet, Rollerde Değişim ve Kadın

Tunç, toplumların insanlardan oluştuğunu, insanların biyolojik olarak kadın (dişil) ve erkek (eril) olmak üzere iki cinsten oluştuğunu belirtmiştir. Dünya gelen tüm bireyler biyolojik cinsiyetinin dışında kültürle birlikte toplumsal bir cinsiyet rolüne sahip olduğuna değinen Tunç, cinsel kimlikler ve cinsiyet rollerinin toplumsal ve kültürel olarak yüklendiğini ve şekillendiğini dile getirmiştir. (Tunç, 2014:611). Bu doğrultuda, sosyal açıdan kadın ve erkeğe yüklenmiş olan roller ve sorumluluklar olarak açıklayabileceğimiz toplumsal cinsiyet kavramı birçok faktör tarafından belirlenmekte ve toplumsal cinsiyet rolleri bireylerin hayatının her aşamasında farklı biçimlerde etkilemektedir. Günümüz dünyasında teknolojinin de gelişmesiyle birlikte değişim ve dönüşüm çok hızlı olmakta, bunun sonucunda eskiden beri süregelen geleneksel yaşam tarzları da hızla değişime uğramaktadır. Yaşanan bu değişimler bir iletişim aracı olan mizahta da mizahı yapanda da kendini göstermiştir.

Birçok toplumda olduğu gibi Türk toplumunda da kadınların mizahtan çok anlamadıkları, mizah üretmedikleri, üretilen mizahı algılayamadıkları-yorumlayamadıkları düşüncesinin hâkim olduğu ve bir kültür gereği olarak kadınların mizah yapmasının ayıp karşılandığı aşikârdır.

Gülay Yavuz, *Türkiye’de Toplumsal Cinsiyet Kapsamında Popüler Türk Mizah Kültürü’nde Cinsiyetler Arası Mizah Algılarının Farklılaşması* konulu yüksek lisans çalışmasında bu konuya şöyle değinmiştir: “Cinsiyet konusu, mizahın en temel kaynaklarından biridir. Dişil ve eril cins mizaha sıklıkla konu olurken aynı zamanda bu iki cinsle ilgili mizah açısından belirli kalıp yargılar da oluşturulmuştur. En bilinen kalıp yargı kadınların mizahtan anlamadıkları üzerine oluşturulmuştur. Genel kaniya göre, kadınlar mizahtan anlamadıkları gibi mizah da üretmezler ve kadınların, mizahı kullanmaları toplumca hoş karşılanmaz. Bu algı sadece Türkiye’de değil, tüm dünyada bu şekildedir” (Yavuz, 2017:55).

Yine Gülay Yavuz, *Türkiye’de Toplumsal Cinsiyet Kapsamında Popüler Türk Mizah Kültürü’nde Cinsiyetler Arası Mizah Algılarının Farklılaşması* konulu yüksek lisans çalışmasında katılımcıların sorulara vermiş olduğu cevaplarda; kadınların mizahtan anlamadıkları yargısına karşı çıkıldığını, kadın mizahı ya da erkek mizahı diye bir ayrımın olmadığına ve kadınlarla erkeklerin benzer mizah algısına sahip olup olmadıklarına karar veremediklerine dikkat çekmiştir. Ayrıca katılımcılar bazı esprilerin sadece kadınlar ya da sadece erkeklerin anlayabileceğini de ifade etmişlerdir (Yavuz, 2017:55).

Atılğan Erözkan, *Üniversite Öğrencilerinin Kişiler Arası İlişki Tarzları Ve Mizah Tarzları* konulu çalışmasında;

“Mizah tarzlarına ilişkin, cinsiyetler arasında yapılan karşılaştırmada ise erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha kendini geliştirici; kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha katılımcı mizah tarzlarına sahip oldukları görülmektedir. Mizah tarzlarına ilişkin, cinsiyetler arasında farklılık olduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin akranları tarafından anlaşılma kabul görme ve ön plana çıkabilme istekleri ve kendilerinden söz ettirme çabaları popüler biri olma yönünde kendini geliştirici mizahı benimsedikleri varsayılabilir. Kızların erkeklere göre daha kolay kişiler arası ilişkiler kurabildikleri - özellikle hem cinsleri ile olan ilişkilerde- varsayıldığında kızların akranları tarafından kolayca kabul görebilmeleri için daha katılımcı bir mizah tarzını benimsedikleri varsayılabilir” şeklinde değerlendirmelerde bulunmuştur.(Erözkan, 2009:64).

Nebi Özdemir ise mizah ve kadın hakkında erkeklerin egemen olduğu toplumsal yapı etkisinin büyük olduğunu belirtmiş, kadınların kamusal alanda mizah ve eleştirel bakışın dışındaymış gibi algılandığını ve çok yakın bir tarihe kadar da sadece erkek egemenliğinin hâkim olduğu bir mizah ve eleştirel düşüncenin varlığını dile getirmiştir (Özdemir, 2010:33).

Kadınlar Açısından Mizah Yapmanın Aile İçi ve Sosyal İlişkiler Üzerine Etkisi

Geçmişten günümüze hızla gelişen toplum ve şekillenen kültür olgusu ile beraber, mizah yapmakla ilgili olarak kadınların önünde bulunan kalıp düşünceler de değişikliğe uğramış, kadınlar artık iletişime

geçtiği her ortamda mizahı kullanmaya başlamışlardır. Sosyal hayatın her alanında etkili olan kadınlar için olumlu iletişim kurabilme adına mizahı üretme yetisi de gelişmeye ve değişmeye başlamıştır. Kadınlar artık mizah ve mizahın özünü daha iyi anlayıp yorumlayarak günlük hayatlarında pozitif ilişkiler geliştirmişlerdir. Kadınlar mizahı artık kendileri ile ilişkili bulunduğu her alanı renklendiren bir unsur olarak kullanmaya başlamıştır. Böylece kadınlar aile, iş, sosyal medya gibi her alanda erkekler kadar iyi bir mizah algısına ve tarzına sahip olmaya başlamıştır.

Günlük hayatta pozitif ilişkiler kurmak isteyen kadınlar mizahı bir iletişim kanalı olarak kullanıp, sorunlarını daha az ciddiye alır hale gelmiş ve stres yönetimlerini daha iyi yapmaya başlamışlardır. Beceri gerektiren taklit yapabilen, farklı güldürü öğelerini bulabilen ve kendi zayıf yönlerini kullanarak da mizah üretebilen kadınlar daha özgüvenli davranışlar sergiler ve insan ilişkilerinde sosyal yetkinliği yüksek bireyler olarak güçlü iletişim ve problem çözme becerileri kazanırlar. Mizah duygusu ile hareket eden kadınlar, ailesi ve başkalarıyla daha sağlıklı ve olumlu ilişkiler kurdukları kadar yaşam kalitesini de yükseltirler. Kişiler geçmişlerine baktığında büyük ölçüde aile bireylerinin beraber güldükleri ve mutlu oldukları zamanları hatırlarlar.

Aile ve aile bireyleri arasında sağlıklı bir iletişim kurmak ve iletişimi geliştirmek adına mizah yapma çok önemlidir. Evliliklerde mizahın varlığı, eşlerin mizah uyumları ve tarzları arasındaki benzerlik, evlilik bağımlı güçlendirecek doğrudan ya da dolaylı bir etkiye sahiptir. Güngör çalışmasında; evlilikteki mizah tarzının ve olumlu mizahın, evlilik doyumunu pozitif yönde etkilediğine, mizah tarzının uyuşmadığı evliliklerde olumsuz mizahın ise negatif yönde etki ettiğine değinmiştir (Güngör ve İlhan, 2008:99).

Şule Karadağ'a göre "*Uyumlu evlilikler özelde aile içini, karı-kocayı, çocukları etkilemekte, genelde ise topluma etki etmektedir*" (Karadağ, 2015:16-17). Bu bağlamda, topluma yeni bireyler yetiştiren ailede, mizah kavramının etkin olması; olumlu mizah tarzıyla yetişen çocukların kendini daha iyi ifade edebilen özgüvenli bireyler olabilmelerini, günlük hayatta stres ve kaygıyla daha kolay başa çıkabilmelerini, akademik başarı ve meslek seçiminde doğru kararlar alabilmelerini, anne, baba, akraba, arkadaş ve öğretmenlerle olumlu ilişkiler içinde olan bireyler olabilmelerini sağlar. Kadınların evde mizah ve espri yapabilmesi, aile bireylerinin hayattan daha fazla keyif almasını ve çocukların mizah becerisinin şekillendirilmesi ve güçlendirilmesi için önemlidir. Uzman psikologlar mizahın uygun yönü ve uygun mizah tarzıyla yetişen çocukların sosyal yönleri ve becerileri geliştirdiğini belirtirler.

İş hayatına gelindiğinde ise olumlu ve yapıcı mizah tarzını kullanan kadınların kişiler arası iletişimleri pozitif yönde anlam kazanır. İş hayatında artık daha aktif olan kadınlar, gerek erkeklerle gerek kadınlarla olsun sorunsuz iletişim kurmayı isterler. Zira bunu yapmak için de mizahın eğlendirici-güldürücü olma işlevinden faydalanırlar. İş hayatının rutin akışına karşın mizahın etkili biçimde kullanılması stres karşısında hem olumsuzluklardan başarıyla kurtulma, hem de sorunların çözümünde olumsuzluklardan

fırsat yaratmaya yönelik çabalar olarak rol oynadığında, bir başa çıkma ve savunma stratejisi olarak da değerlendirilebilir.

Hakan Kara, mizah yapmanın iş yaşamında farklı nedenlerle oluşan gergin ve stresli havanın (iş yükü yoğunluğu, iş ve rol belirsizliği, iletişim bozuklukları, örgüt politikası vb.) dağılmasında etkili olabileceğine, ayrıca mizahın saygı sınırları içerisinde yapıldığında, stresli ortamın giderilmesinde etkili olabileceğine değinmiştir. Yine aynı çalışmasında mizahın farklı bakış açılarını bir araya getirip bütünleştirilmesi, bireyler arasındaki ilişkilerin geliştirilmesi, bireyler arasındaki iletişim uzaklıklarının kaldırılması ve yakınlaşması, ortak duyguların ifade edilmesi, dostlukların pekiştirilmesi, ortam gerginliğinin azaltılması ve bireylerin birbirlerine daha yakın olmaları gibi birçok işlevsel sonuçları olduğunu belirtmiştir (Kara, 2014:702-703).

Değerlendirme

Günlük hayatta pozitif ilişkiler içinde olmamızı sağlayan mizah, insan ruhunun ve bağlantılı olarak beden sağlığını olumlu yönde etkilediği gibi sosyal yaşamın gelişmesine büyük katkısı sağlamaktadır. Uzmanlar gülmenin, espri yapmanın birçok olumlu yönüne değinmiş ve hayatın hemen her alanında mizahı kullanmanın yaşamı kolaylaştıracağını belirtmişlerdir. Dolayısıyla aile içinde ve günlük ilişkilerde mizah duygusuyla hareket etmeli ve hayatımızın değişik yer ve zamanlarında kullanmalıyız. Bir anne ve bir eş olan kadın, aile içi iletişimlerinde mizahı arabulucu bir metod olarak kullanır ve mizaha bolca yer vererek eş olarak kocası ile anne olarak çocukları ile daha rahat bir aile ortamı oluşturmuş olur. Kadının günlük sohbetlerinde yer vereceği esprili hikâyeler sosyal hayata uyumunu daha kolay hale getirecek ve olay ve durumlara karşı psikolojik sağlamlığını artıracaktır. Kadınlar yöneticilik, öğretmenlik, hemşirelik vb. hangi mesleği yaparsa yapsın insanlara ulaşmada mizahı ve gülmeceyi metod olarak benimsemelidirler.

Yerinde yapılabilecek bir mizah huzursuz ortamları yumuşatarak daha sağlıklı iletişim kurmamızı sağlar. İletişimde bireylerin birbirlerinin alanlarına saygı duyarak yapacakları espriler ile mizahi öğeler, bireyler arasında sağlıklı bir ilişkinin oluşmasına olanak verir. Yıkıcı mizahın tersine, amacından saptırılmamış, suçlamadan uzak bir mizah şekli benimsemek, ilişkilerimizin ve hayatımızın daha eğlenceli hale gelmesini sağlar.

Mizahın terapötik etkilere sahip olması nedeniyle hemen hemen tüm meslek dallarında lisans ve lisansüstü alanlarda müfredatta ders ya da danışmanlık olarak yer alması gerekmektedir. Bu sayede mizah, ileride meslek hayatına atılan bireylerin ilişkilerinde ilerlemelerini sağlayarak meslek başarılarını olumlu yönde etkileyecektir. Kişinin bir mizah duygusuna ve espri anlayışına sahip olmasına önem veren araştırmacılar, mizahın aile, iş ve sosyal hayat terapinin de nasıl kullanılacağı hakkında konferans ve seminerler düzenlenmesi gerektiğini dile getirirler.

Bireylerin olay ya da konuyu farklı algılaması dolayısıyla kendine özgü bir mizah anlayışı oluşur. Birbiriyle uyumsuz mizah tarzı olan eşlerin ilişkilerini düzene koyabilmek adına mizahı yapılan durumu açıkça ve suçlayıcı olmadan konuşarak aralarındaki ilişki için bazı sınırları belirlemeleri gerekir.

Sonuç olarak bireyler ve özellikle kadınlar hangi durumda olursa olsun hayatın içinde mizahı aramalı, gülümsemeli ve eğlenmelidir. Yaşamı sekteye uğratabilecek durumlarda olaya mizahi taraftan bakıp olayların eğlendirici ve komik tarafını görmek, işlerin çok daha kolay hale gelmesini sağlayabilir. Bunun için tek yapmanız gereken, biraz çaba harcamaktır.

Kaynakça

- AKDUR, S. ve DURAK BATIGÜN, A., (2017). *Mizah Tarzları İle Kişilik Özellikleri, Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkiler*, Türk Psikoloji yazıları, Sayı: 20(39)
- AYDIN, A., (2005). *Hemşirelik ve Mizah*, Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 9,(1) <http://eskidergi.cumhuriyet.edu.tr/makale/1118.pdf>
- BALTA, E. E., (2016). *Eğitimde Mizahın Kullanımına İlişkin Öğretmen Tutumları*, <http://ilkogretim-online.org.tr>
- ERÖZKAN, A.,(2009). *Üniversite Öğrencilerinin Kişiler Arası İlişki Tarzları Ve Mizah Tarzları*, Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı:26,
- EŞİĞÜL, E., (2002), *Cumhuriyet Dönemi Mizahı Üzerinde Değerlendirmeli Bir Bibliyografya*, Yüksek Lisans Tezi, file:///C:/Users/hp/Desktop/0231-Cumhuriyet_Donemi_Mizah-Esengul_Eshigul.pdf
- GÜNGÖR, Hüdayar C. ve İLHAN, T., (2008). *Evlilik Uyumu ve Mizah Tarzları Arasındaki İlişkiler*, Aile ve Toplum Dergisi, Yıl:10 Cilt: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/spcd/article/view/5000108042>
- HIRLAK,B., TAŞLIYAN, M. ve SEZER, B., (2018). *Mizah Anlayışı, Mesleki Stres ve Demografik Özellikler Bağlamında Algı Farklılıkları*, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt:15,Sayı: 1 Alındı: https://www.researchgate.net/publication/325203230_Mizah_Anlayisi_Mesleki_Stres_ve_Demografik_Ozellikler_Baglaminda_Algi_Farkliliklari
- KARA, H., (2014). *Yöneticilerin Mizah Tarzlarının Uygulamadaki Durumunun Kuramsal ve Uygulamalı Olarak Açıklanması*, Tarih Okulu Dergisi (TOD), Yıl 7, Sayı XVII,
- KARADAĞ, Ş., (2015). *Evlilik Uyumu İlişkisinde Aile İçi İletişimin Rolü: Konya Örneği*, Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler

- Enstitüsü, Konya, Alındı: [http://www.selcuk.edu.tr/dosyalar/files/334/aile%20i%C3%A7i%20ileti%C5%9Fim\(1\).pdf](http://www.selcuk.edu.tr/dosyalar/files/334/aile%20i%C3%A7i%20ileti%C5%9Fim(1).pdf)
- KURT, M., (2011) *Miracle Picture Dictionary*, İstanbul, Sayfa: 231, MK Publications
- ORAL, G., (2004). *Ergenlikte Mizah Ölçeği*, Eğitim ve Bilim Dergisi, Cilt:29 Sayı:133 Alındı: <http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/5058/1173>
- OKRAY, Z., (2018). *Yaşam Koçu Afet' Tiplemesi üzerinden Aile İçi Şiddetin Meşrulaştırılması*, Uluslararası Beşeri Bilimler ve Eğitim Dergisi, Cilt 4, Sayı 7
- ÖZDEMİR, N., (2010). *Mizah, Eleştirel Düşünce ve Bilgelik: Nasreddin Hoca*, Millî Folklor Uluslararası Kültür Araştırmaları Dergisi (<http://www.millifolklor.com>), Yıl-Sayı:22-87
<http://www.millifolklor.com/PdfViewer.aspx?Sayi=87& Sayfa=24>
- ÖZKAN, H. İ., (2008). *Öğretmen Ve Öğrencedeki Mizah Anlayışının Sınıf Atmosferine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya Alındı: <http://acikerisim.selcuk.edu.tr:8080/xmlui/handle/123456789/9275>
- ÖZKARA, Y., (2013). *İlköğretim Türkçe eğitimi sürecinde mizah unsurlarından yararlanma*. Uluslararası Kültür Araştırmaları Dergisi (<http://www.millifolklor.com>), Sayı:25-100, <http://www.millifolklor.com/PdfViewer.aspx? Sayi=100& Sayfa=179>
- TUNÇ, Harun, (2014). *Toplumsal cinsiyet farklılaşması üzerine sosyolojik bir araştırma: Erkeklerin küpe takması örneği*, Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, Sayı:33,Cilt:7, http://www.sosyalarastirmalar.com/cilt7/sayi33_pdf/6psikoloji_sosyoloji_felsefe/tunc_harun.pdf
- NESİN, A., (1973). *Cumhuriyet Dönemi Türk Mizahı*, Adam Yayınları, İstanbul
- NESİN, A., Küçük, Yalçın, İnam, Ahmet, (2002) *Gülme'nin Kitabı, (Derleme Kitabı) YGS (Yazı-Görüntü-Ses)*, Yayınları, İstanbul
- UÇAR, A., (2014) *Gülmece Ve Gülme Kaynağı Olarak Sözcük Oyunları*, Dil Edebiyat Dergisi, Cilt:11, Sayı: 1
- YARDIMCI, İsmail, (2010). *Mizah Kavramı ve Sanattaki Yeri*, Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Sayı: 3/2, <https://www.pegem.net/dosyalar/dokuman/132715-2012042816937-yardimci-1.pdf>
- YAVUZ, G., (2017) *Türkiye'de Toplumsal Cinsiyet Kapsamında Popüler Türk Mizah Kültürü'nde Cinsiyetler Arası Mizah Algılarının Farklılaşması*, Yüksek Lisans Tezi Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, <http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080/xmlui/handle/11655/3709>
http://www.academia.edu/34229581/Mizah_Tarzlar

YERLİKAYA, E. E., (2009) *Üniversite Öğrencilerinin Mizah Tarzları ile Algılanan Stres, Kaygı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana Alındı:
<http://libratez.cu.edu.tr/tezler/7665.pdf>

Web Site Alıntıları

http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guidTD

K.GTS.5c9a12abcbce70.97793252 adresinden 25.03.2019 tarihinde erişim sağlandı.

<https://www.nedir.com/mizah> adresinden 25.03.2019 tarihinde erişim sağlandı.

<https://www.turkcesozluk.net/index.php?word=mizah> adresinden 25.03.2019 tarihinde erişim sağlandı.

<http://www.kahramanmaras.org/forum/archive/index.php?t-87349.html> adresinden 16.04.2019 tarihinde erişim sağlandı.