

# Saç Yapımının, Kadınların Psikolojik Durumu Üzerindeki Etkileri<sup>1</sup>

## INFLUENCE OF HAIRDRESSING ON THE PSYCHOLOGICAL MOOD OF WOMEN

A. PICOT-LEMASSON\*, G. DECOCQ\*, F. AGHASSIAN\* and J.L. LEVEQUE\*\*

L'Oréal-Recherche, Centre Eugène Schueller, 8-12 impasse Barbier, 92117 Clichy, France, \*\*Centre Charles Zviak, 90 rue du Général Roguet, 92583 Clichy, France

©Picot-Lemasson A, Decocq G, Aghassian F and Leveque JL. Influence Of Hairdressing On The Psychological Mood of Women. International Journal of Cosmetic Science, 2001; 23(3):161-164

### Özet

359 kadının farklı kuaförlere gelişinde ve değişik saç bakımı hizmeti aldıktan sonraki ruhsal durumları değerlendirmek üzere bir anket tasarlanarak uygulandı. Sonuçların gösterdiği gibi, saç bakımları ruhsal durumun bütün pozitif boyutlarını artırmakta ve bütün negatifleride azaltmaktadır. Sadece hoşsohbetlikle artma, yaşla bağlantılı görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Yaş, Saç yapımı, Ruhsal durum, Hoşsohbetlik

T Klin Kozmetoloji 2002, 3:184-188

### Summary

A questionnaire, specially designed to measure the mood change was filled in by 359 women at their arrival in different hair-salons and after having received various hair care services. The results show that hair treatments increase all the positive dimensions of mood and decrease all the negative ones. Only the improvement in sociability appears to be linked to age.

**Key Words:** Age, Hairdressing, Mood, Sociability

T Klin J Cosmetol 2002, 3:184-188

Birçok çalışmaların bir kişinin fizik görünümüyle, psikolojik durumu ve diğerleriyle ilişki kurduğu yol arasında sıkı bir bağlantı olduğunu göstermiştir (1,2).

Sosyal ilişkilerde, pozitif bir kendi görüntünün önemli bir etkisi vardır. Bu, insanlar birbirleriyle ilişkiye geçtiğinde oluşan az veya çok görülmeyen değişimlerle biçimlendirilir. Diğerlerinin bakışları, sözcükleri veya yargılarıyla ilişkili itibar veya gurur, kişinin kendisinin tatmin olup olmamasını haklı çıkarır ve güçlendirir. Böylece, diğerlerinden gelen itibar üzerinde kendi itibarının cesaretlenmesi ve beslenmesi, sosyal ilişkilerden kopmaya eğilimi olan bu kişisel tatmin hissetmeyen, düşük seviyede bir fiziksel çekiciliği olan insanları açıklayabilir. Pozitif kendi görüntüyü yaratan veya güçlendiren, bir çeşit doğru siklus vardır (3,4).

Kastenbaum (5) ve Kligman, yaşlı bireylerde kozmetik tedavilerin psikolojik yararlarını önceden haber verdi ve gösterdi. Benzer olarak, Jouhar ve Graham, diğerleri arasındaki itibarın belirgin

olarak daha fazla pozitif bir görüntü yaratan kozmetik bir tedaviden sonra arttığını gösterdi. Tedavi gören bireylerin, ayrıca yüksek düzeyde kendini iyi hissetme duygusu vardır. Yazarlar, aynı etkilerin her geçen gün tekrarlandıkça, kişiliği veya en azından davranışı belirgin olarak değiştirip, kendilerini tekrar güçlendirebileceğini öne sürdüler.

Hastanelerde "güzellik salonlarının" açılması, gittikçe yaygın hale gelmektedir, çünkü hastalara yararları sadece saf olarak psikolojik olmamakta ayrıca hastalığın gidişine de etkili olabilmektedirler (1,2). Akıl, duygular ve immün sistem arasındaki bağlantıları gösteren Kan ve Kimura'nın ünlü çalışması, araştırmada bir sıra ilginç yollar açmaktadır (7).

Bütün bu çalışmalar, saç yapımı olsun veya olmasın, parfümlerin kullanımını veya makyaj seanslarını içermektedir. Diğer yandan bilgilerimize göre diğer kozmetik tedavilerinden bağımsız olarak, saç yapımının etkileri üzerinde çalışmalar yapılmamıştır. Saçın sembolizm ve

sosyal iddia belirtileriyle dolu olduğu ve hangi boyutlarda olduğu belirgin olarak açıktır (8). Saç salonlarının artan sayısı ve saç bakım ürünlerinin çeşitliliği ve yüksek teknolojisi açıkça tüketicilere bu hizmetin önemini tanımlamaktadır. Şu anki çalışmanın primer amacı, alıcının ruhsal durumu üzerindeki profesyonel saç yapımının etkisini değerlendirmektir. İkinci amaç ise ruhsal durum değişikliklerinin saç bakımının tipine ve/veya tüketicinin yaşına mı bağlı olduğunu belirtmektir. Örneğin, Graham ve Kligman (9), yaşlı deneklerde meslektaşları veya kadının kendince uygulansın, kozmetik tedavilerin psikolojik yararlarını gösterdi. Bu çalışmada ortaya çıkan sonuçları, bu gözlerin doğrulayıp doğrulamayacağını görmek ilginçti.

### Materyel ve Metodlar

Psikolojik durum üzerinde, bir kozmetik tedavinin –bu olguda bir kuaföre gitmenin etkilerini değerlendirmek için, ruhsal durum değerlendirmesinin değişik çalışmalarında kullanılan metodolojiyi kullandık. Bu çalışmalar, bir bireyde ruhsal durum değerlendirmesinin standart bir metodunu tanımlamaktadır: Ruhsal Durum Niteleyici Kontrol Listesi (Mood Adjective Check List (MACL)). Nowlis ve Watson'un ilk çalışmaları (10,11), sonradan bir sıra psikolog tarafından saflaştırılmış, bir çok farklı alanda ilginç uygulamalarla basit ve inanılır bir "aracı" gelişimine yol açmışlardır.

#### Ön Çalışma – Skalaların Oluşturulması

Ruhsal durum skalasının oluşturulması, verilen bir sürede bir bireyin ruhsal durumunu tanımlamak için niteleyicilerinin listesinin seçimine dayanıyordu.

Çalışma popülasyonuna uydurulan bir skalayı geliştirmek için, ruhsal durumu tanımlayarak, 158 kadında 112 niteleyici kullanıldı. Bu 112 niteleyici, varolan İngiliz ve Amerikan skalalarının çevrilmesiyle elde edildi ve etkinin tanımlanması ve benzerleri eklendi (13).

Her niteleyici 4 dereceli skala üzerine skorlandı (Ne kadar iyi hissettiğimi "bu niteleyici çok güzel tanımlıyor"dan "tamamen tanımlamıyor"a)

**Tablo 1.** Ruhsal durumu tanımlayan faktörler ve maddeler

Pozitif görünümeler		Negatif görünümeler	
Faktörler	Maddeler	Faktörler	Maddeler
Jole de vivre	Neşeli Çok iyi Memnun Gevşemiş Mutlu	Huzursuzluk	Canı sıkın Sıkıntılı Uykusuz Hastalanmış İşkence edil- mişçesine
Dinamizm	Canlı Yapıcı Dinç Enerjik Dinamik	Stres	Stresli Gergin Yıpranmış Tükenmiş Endişeli
Hoşsohbet	Dostane Samimi Mutabık Kibar Zevkli	Saldırganlık	Saldırgan Nefret dolu Alıngan Sinirli Huysuz

### İstatistikler

Yanıtlar, anlamsal grupların çıkarılabileceği bir Temel Komponent Analiz (Principal Component Analysis)'le analiz edildi. Her grupta, en kuvvetli ilişkiyi gösteren bu maddeler ayrıldı. Sonuçta toplam 30 niteleyici, üçü pozitif ve üçü negatif olmak üzere 6 boyuta bölündü ve Tablo 1'de gösterilen ruhsal durum skalasına dahil edildi.

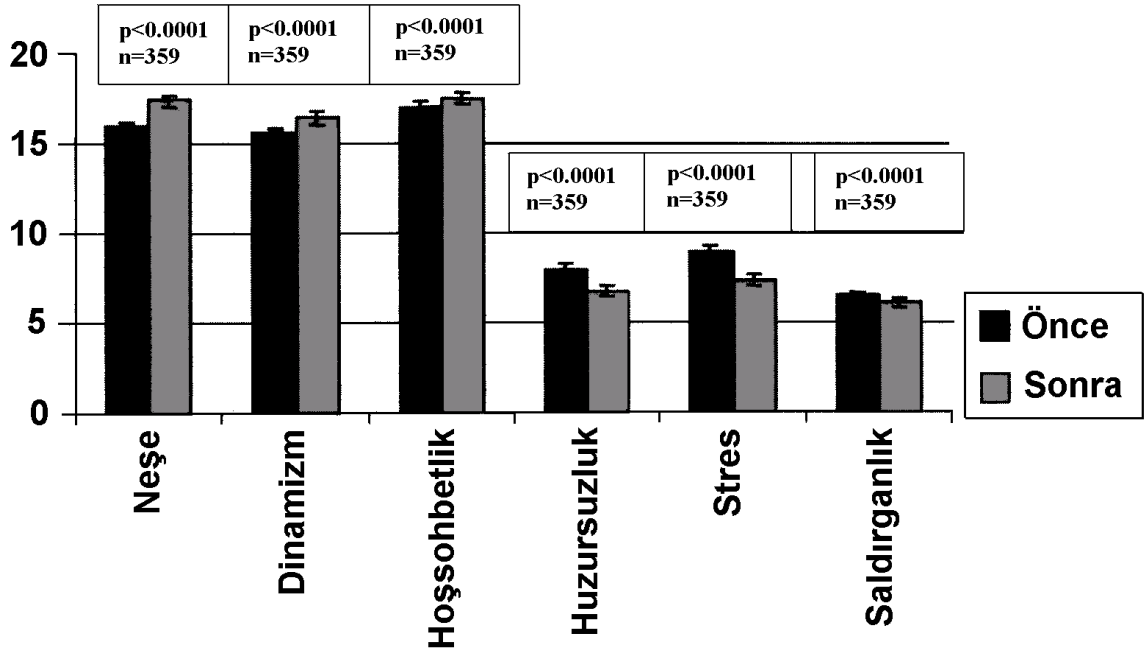
Her niteleyici; şu anda ne hissediyorum'a "tamamen", "biraz", "çok az" veya "asla"ya uygun gelen, 4 dereceli skala ile uyumlu olarak değerlendirildi.

Ana Son Nokta – Ruhsal Durumun Saç Yapımından Önce ve Sonra Değerlendirilmesi:

Mart ve Nisan 1998 ayları sırasında, Fransa'nın değişik bölgelerindeki büyük şehirlerdeki (Paris, Lille, Nancy) 9 kuaför salonu, müşterilerine anketi dağıtmayı kabul etti. Çalışmada toplam 359 kadın yer aldı ve salona vardıklarında ilk anketi ve çıkarkende ikincisini tamamladı.

İkinci anketi bitirdikten sonra, kadınların tanımlayıcı bir levha üzerinde yaşlarını ve saç bakımının tipini (şampuan, tedavi, saç kesimi v.b.) belirttiler.

## Skor



**Resim 1.** Saç yapımından sonra ruhsal durumun pozitif ve negatif boyutlarındaki değişiklikler (ortalama±ortalamanın %95 güvenirlilik aralığında).

### Sonuçlar

Tablo 1, kuaföre giden 158 kadınlık bir örnekte uygulanan niteleyicilere dayanan istatistiksel analizde tutulan farklı niteleyicileri vermektedir. Bu 30 sözcük, ruhsal durumu tanımlayan 6 boyutla (üç pozitif ve üç negatif) uyumludur. Temel çalışma, bu terimlerin seçimiyle yürütüldü.

Saç yapımından önce/sonraki Wilcoxon test sonuçları ruhsal durumun bütün pozitif boyutlarının saç yapımından sonra arttığını ve bütün negatif boyutlarında azaldığını göstermektedir. Bu sonuç, bütün maddeler için oldukça anlamlıdır ( $p < 0.0001$ ).

Aynı fenomen, her boyut ayrı ayrı ele alındığında da gözlemlendi. Resim 1'de gösterildiği gibi, yaşamda neşelilik, enerji ve hoşsohbetlik belirgin olarak artarken, huzursuzluk, stres ve saldırganlık belirgin olarak azaldı.

Farklı değişkenlerin etkisinin analizi, yaşın hoşsohbetlikteyi ilerlemeyi etkilediğini

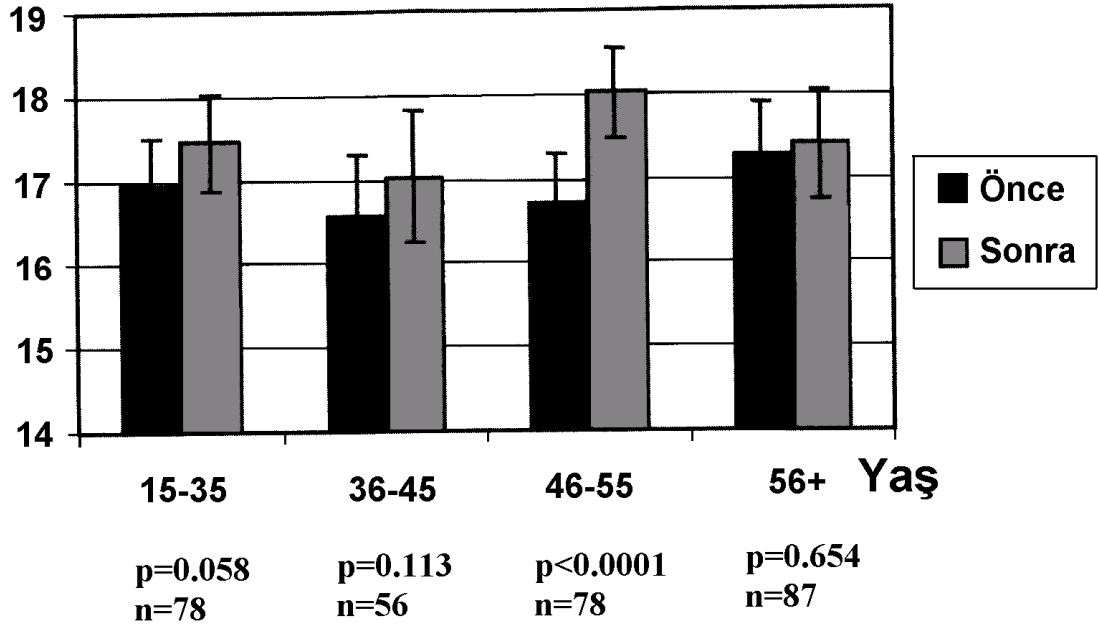
göstermektedir ( $F=3.02$ ,  $P=0.03$ ). Eğer hoşsohbetlik yaş gruplarına göre ayrı ayrı bölümlerde incelenirse, Resim 2'de gösterildiği, özellikle 46-55 yaşlarındaki kadınlarda, saç yapımından sonra en büyük artış görülmektedir. Bir bağlantının kurulması için daha fazla çalışma gerekmesine rağmen, bu yaş grubunun menapoz yaşıyla uyumlu olduğuna dikkat edilmelidir.

Son olarak, sonuçlarımızın üç ana saç bakımı tipi arasında, (şampuan, tedavi, kesim) bir ayrıma gitmediğine dikkat edilmelidir.

### Tartışma

Çok yönlü bir ruhsal durum kontrol listesi kullanılmasıyla, psikolojik durumun saç yapımından sonra düzeldiğini gösterebiliriz. Alınan saç bakımı tipini hesaba katmadan, yaşamda neşelilik, enerji ve hoşsohbetlik skorlarında artma varken, eşlik eden stres, huzursuzluk ve saldırganlıkta da azalma vardı. Dahası, hoşsohbetlilik yaşa bağlıydı, saç yapımından sonra hoşsohbetlilikte en büyük

## Skor



**Resim 2.** Saç yapımından sonra yaş grubuna bağlı olarak hoşsohbetlikte değişiklikler (ortalama±ortalamanın %95 güvenilirlik aralığında).

düzelme, 46-55 yaş arasındaki kadınlarda rastlanıyordu.

Hoşsohbetliliği hariç tutarsak, sonuçlarımız yaşlı denekler için belirli bir yarar göstermemektedir. Bununla beraber sonuçlarımızın, Kligman ve ark.'ının, çalışma popülasyonunun genel olarak şehirli olduğu, sağlıklı ve bağımsız yaşayan ve düzenli olarak kuaföre gidecek belirgin olarak yeterli finansal ortalaması olan, yaşlılarda kozmetik tedavilerin önemine dikkat çeken, şimdiki çalışmada olduğu gibi, diğer basılı çalışmaların tersine, karşıt olmamaktadır.

Saç salonlarının ziyaret etmek, genelde zevk verir. Saç bakımının verildiği mutlu atmosfere adanan, gevşemek için bir zamandır. Ayrıca sosyal ilişkileri de kolaylaştırır ve görünüşte ve fiziksel çekicilikte düzelme gibi sonuçta bir yararı vardır.

Sonuçlarımız, bir zevk kaynağı olma ve fiziksel görünümde düzelmenin yanısıra, saç yapımının, en azından Fransa'da ülke boyutunda, psikolojik durumda bir pozitif etkisinin olduğunu

ve böylece sosyal ilişkiler için kapasiteyi arttırdığını göstermektedir. Saç yapımıyla oluşturulan kendi görüntüdeki düzelmenin, hoşsohbetliği artıran bir feed-back fenomene yol açacağı anlaşılmalıdır.

Bu bulgular, popülasyon yaşı şartlarının ışığında özellikle cesaret vericidir. Eğer saç yapımı, deneyimli ve zor bir geçiş yaşı olarak tanımlanan bir yaştaki kadınların psikolojik durumunu düzeltiyorsa, kuaförün rolünün tam bir fiziksel görünümün ötesinde gittiği ve iyi hissetmenin gerçek bir kaynağını sunduğu tartışılabilir.

Son olarak, bu çalışma, tüketiciler için saç yapımının önemini açıklayan ek bir madde ortaya koymaktadır. Sağlık kavramı fizyolojik, psikolojik ve davranışsal faktörleri içerdiğinden, kozmetik kavramıda cilt ve saçtaki basit yüzeysel değişikliklerin ötesinde, psikolojik durumdaki gizli pozitif değişiklikler veya genel olarak tanımlanan "yaşam kalitesi" veya "iyi hissetmeyi" kapsamına alır.

**KAYNAKLAR**

1. Graham JA and Kligman AM. The Psychology of Cosmetics Treatments. Praeger Publishers. New York, 1985.
2. Howarth E and Schokman-Gates K. Self report multiple mood instruments. Br J Psychol 1981; 72:421-41.
3. Graham JA and Jouhar AJ. Cosmetics considered in the context of physical attractiveness: a review. Int J Cosmet Sci 1980; 2:77-101.
4. Lévêque JL. Apparence et santé: le rôle des cosmétiques. Revue Médicale Liège 1996; 51:1-6.
5. Kasterbaum K. On the Significance of Skin in Human Aging and Survival. Psychological Observations. Columbia Point Campus. University of Massachussets, USA, 1974.
6. Kligman AM. Psychologic asperts of skin disorders in the elderly. In: Levêque JL and Agache P, eds. Aging skin. New York: Marcel Dekker, 1993: 275-84.
7. Kan C and Kimura S. Psychoneuroimmunological benefits of cosmetics. Proceedings of the IFSCC Meeting. Venice 1994; 769-84.
8. Pomey-Rey D. Hair and psychology. In: Zviak C, ed. The science of hair care. New York: Marcel Dekker, 1986: 571-86.
9. Graham JA and Kligman A. Cosmetics therapy for the elderly. J Soc Cosmet Chem 1984; 35:133-45.
10. Nowlis V and Nowlis HH. The description and analysis of mood. Ann New York Acad Sci 1956; 65:345-55.
11. Watson D and Tellegen A. Toward a consensual structure of mood. Psychol Bull 1985; 98:219-35.
12. Gotlib IH and Meyer JP. Factor analysis of the Multiple Affect Adjective Check List. A separation of positive and negative affect. J Personality Social Psychol 1986; 50:1161-65.
13. Nowlis V. Research with the Mood Adjective Check List. In: Tomkins SS, Izard CE, eds. Affect, cognition and personality. New York: Springer, 1965: 352-89.

*\*Orijinal İngilizce şeklinden Türkiye Klinikleri tarafından tercüme edilmiştir. Türkçeye tercümesinin doğruluğundan Türkiye Klinikleri sorumludur, Blackwell Science Limited veya Society of Cosmetic Chemists sorumluluk kabul etmemektedir.*

*Translated by Türkiye Klinikleri Publishing House from the original English language version. Responsibility for the accuracy of the translation in the Turkish language rests solely with Türkiye Klinikleri Publishing House and is not the responsibility of Blackwell Science Limited or the Society of Cosmetic Chemists.*