

YAŞAM BECERİLERİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

LIFE SKILLS JOURNAL OF PSYCHOLOGY

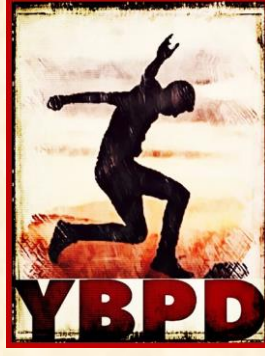
YIL(YEAR): 2017, CİLT(VOLUME): 1, SAYI(ISSUE): 1, HAZİRAN(JUNE)



PSİKİYATRİ
PSİKOLOJİ
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK
SOSYAL HİZMET
PSİKİYATRİ HEMŞİRELİĞİ

PSYCHIATRY
PSYCHOLOGY
PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND GUIDANCE
SOCIAL WORK
PSYCHIATRIC NURSING





Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi
Life Skills Journal of Psychology

ISSN: 2587-1536

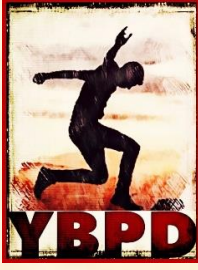
Cilt: 1 • Sayı: 1 • Haziran 2017
Volume: 1 • Issue: 1 • June 2017

Yılda İki Kez Yayınlanan Hakemli Dergi
Biannual Peer-Reviewed Journal

ISSN 2587-1536



9 772587 153004



YAŞAM BECERİLERİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

LIFE SKILLS JOURNAL OF PSYCHOLOGY

Yıl: 2017, Cilt: 1, Sayı: 1, Haziran
Year: 2017, Volume: 1, Issue: 1, June

Başlangıç 2017
Founded

ISSN 2587-1536

Yayın Türü Bilimsel, Süreli ve Hakemli
Publication Type Scientific, Periodical and Peer-Reviewed Publication

Periyot Yılda 2 Sayı (Haziran ve Aralık)
Period Biannually (June and December)

Dili Türkçe-İngilizce
Language Turkish-English

Hakemlik Türü Çift Kör Hakemlik
Peer Review Type Double Blind Peer Review

Sahibi ve Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Muhammed YILDIZ, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Owner and Legal Representative

Editör Dr. Sevgi NEHİR, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa-TÜRKİYE
Editor

Hakemler, Yayın ve Danışma Kurulu
Referees, Editorial and Advisory Board

Dr. Aydın ÇİVİLİDAĞ (Akdeniz Üniversitesi)
Dr. Ayşe SEZEN SERPEN (Ankara Üniversitesi)
Dr. Ayşegül BİLGE (Ege Üniversitesi)
Dr. Binnur YEŞİLYAPRAK (Ankara Üniversitesi)
Dr. Burcu ARKAN (Uludağ Üniversitesi)
Dr. Deniz ALBAYRAK KAYMAK (Boğaziçi Üniversitesi)
Dr. Devrim ERGİNSOY OSMANOĞLU (Kafkas Üniversitesi)
Dr. Elif GÜNERİ YÖYEN (İstanbul Gelişim Üniversitesi)
Dr. Ersin UZMAN (Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi)
Dr. Esra ENGİN (Ege Üniversitesi)
Dr. Fatih KUCUR (İstanbul Üniversitesi)
Dr. Güdener ALBAYRAK (Ömer Halisdemir Üniversitesi)
Dr. Hüdayar CİHAN GÜNGÖR (Yıldırım Beyazıt Üniversitesi)
Dr. İbrahim AKKAŞ (Erzincan Üniversitesi)
Dr. İdris KAYA (Mustafa Kemal Üniversitesi)
Dr. Kamuran ELBEYOĞLU (Toros Üniversitesi)
Dr. Kasım TATLILIOĞLU (Bingöl Üniversitesi)
Dr. Mehmet AK (Necmettin Erbakan Üniversitesi)
Dr. Mine EKİNCİ (Atatürk Üniversitesi)
Dr. Mualla YILMAZ (Mersin Üniversitesi)
Dr. Mustafa BİLİCİ (İstanbul Gelişim Üniversitesi)
Dr. Nagihan OĞUZ DURAN (Uludağ Üniversitesi)
Dr. Orhan KOÇAK (İstanbul Üniversitesi)
Dr. Ömer Miraç YAMAN (İstanbul Üniversitesi)
Dr. Pınar GÜZEL ÖZDEMİR (Yüzüncü Yıl Üniversitesi)
Dr. Recep YILDIZ (Yalova Üniversitesi)
Dr. Rıdvan ÜNEY (İstanbul Gelişim Üniversitesi)
Dr. Satı DOĞAN (Ege Üniversitesi)
Dr. Seda BAYRAKTAR (Akdeniz Üniversitesi)

Dr. Songül Sonay GÜÇRAY (Çukurova Üniversitesi)
Dr. Sultan OKUMUŞOĞLU (Lefke Avrupa Üniversitesi)
Dr. Yaşar BARUT (Ondokuz Mayıs Üniversitesi)
Dr. Yıldırım Beyatlı DOĞAN (Ankara Üniversitesi)
Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM (Abant İzzet Baysal Üniversitesi)
Dr. Zihniye OKRAY (Lefke Avrupa Üniversitesi)
Dr. Zümrüt GEDİK (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi)

Yazışma Adresi ve İletişim Haciosmanlı Mahallesi 4012 sk. No:7/2, 80010 Merkez/Osmaniye/Türkiye
Correspondence Address and Contact Web: www.dergipark.org.tr/ybpd E-Mail: pdrdanisman@hotmail.com
Telefon / Phone: +90 533 144 36 99

Dizinler Türk Psikiyatri Dizini
Abstracting and Indexing

Tüm hakları saklıdır. Makalelerin sorumlulukları yazarlara aittir.
All rights reserved. Authors are fully responsible for their papers.

Bu sayının hakemleri Dr. Aydın ÇİVİLİDAĞ (Akdeniz Üniversitesi)
Referees of this issue Dr. Devrim ERGİNSOY OSMANOĞLU (Kafkas Üniversitesi)
Dr. Elif GÜNERİ YÖYEN (İstanbul Gelişim Üniversitesi)
Dr. Ersin UZMAN (Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi)
Dr. Hüdayar CİHAN GÜNGÖR (Yıldırım Beyazıt Üniversitesi)
Dr. Mine EKİNCİ (Atatürk Üniversitesi)
Dr. Mualla YILMAZ (Mersin Üniversitesi)
Dr. Mustafa BİLİCİ (İstanbul Gelişim Üniversitesi)
Dr. Nagihan OĞUZ DURAN (Uludağ Üniversitesi)
Dr. Pınar GÜZEL ÖZDEMİR (Yüzüncü Yıl Üniversitesi)
Dr. Rıdvan ÜNEY (İstanbul Gelişim Üniversitesi)
Dr. Satı DOĞAN (Ege Üniversitesi)
Dr. Seda BAYRAKTAR (Akdeniz Üniversitesi)
Dr. Sevgi NEHİR (Manisa Celal Bayar Üniversitesi)
Dr. Yaşar BARUT (Ondokuz Mayıs Üniversitesi)
Dr. Zümrüt GEDİK (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi)

YAYIN İLKELERİ

- 1.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, psikiyatri, psikoloji, psikolojik danışma ve rehberlik, sosyal hizmet, psikiyatri hemşireliği, çocuk gelişimi, okulöncesi eğitimi ve özel eğitim alanlarında Türkçe ve İngilizce özgün araştırmalara yer veren hakemli akademik bir dergidir.
- 2.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, Haziran ve Aralık aylarında olmak üzere yılda iki kez yayınlanır. Ancak ihtiyaç olması durumunda özel sayılar da yayımlanabilir.
- 3.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, araştırma makalesi, olgu sunumu, derleme, konferans bildirisi, tez makalesi, editöre mektup, kitap incelemesi, sistematik derlemeler ve meta analiz türünden makaleler kabul etmektedir. Konferans ve kongrelerde sunulan ancak tam metni kongre kitabında yayımlanmamış olmak kaydıyla yapılan çalışmalarda, sunumun gerçekleştiği konferans ve kongrenin adı, yapıldığı yer ve tarih birinci sayfanın altında dipnot olarak ifade edilmelidir. Gönderilecek çalışma yüksek lisans ya da doktora tezinden üretilmişse bu ayrıntı yazar tarafından makalenin ilk sayfasının altında dipnot kısmında ifade edilmelidir.
- 4.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, açık erişimli bir dergidir. Bilimsel eserlerin akademisyenler, öğrenciler ve halkla ücretsiz bir biçimde paylaşılması prensibini benimsemiştir. Budapeşte Açık Erişim Girişimi'ni desteklemektedir. Okurlar dergide yayınlanan makalelere ücretsiz olarak erişebilmektedirler.
- 5.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine gönderilen eserlerin daha önce herhangi bir dergide yayımlanmamış ya da yayımlanmak üzere gönderilmemiş olması gerekmektedir. Bu hassasiyetin sağlanmasından yazar sorumludur. Makale yayımlandıktan sonra, başka dergilere de gönderilmesinin anlaşılması üzerine makale yayından kaldırılır. Bu durumda doğacak etik ihlalinin sorumlulukları yazara aittir.
- 6.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayımlanan yazılar nedeniyle yazarlara ve hakemlere herhangi bir ücret ödenmez.
- 7.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, Creative Commons Atıf 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır. Bu nedenle yayımlanan eserlerin telif hakları yazara aittir. İlk yayımlama hakkı dergiye aittir.
- 8.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayımlanan eserlerin tüm sorumlulukları eser sahibine aittir.
- 9.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde değerlendirilmeye alınan makaleler önce bilimsel içerik ve etik standartlara uygunluk bakımından editör kurulu tarafından incelenir. Gönderilen makalelerin benzerlik kontrolü ve intihal denetimi Turnitin programıyla yapılır. Benzerlik oranı %15'in üstünde olan ve intihal yapıldığı tespit edilen makaleler anında reddedilir. Editör incelemesinde, makalenin bilimsel özgünlüğü, öne sürdüğü hipotezler, tutarlılığı, test edilebilirliği ve tekrarlanabilirliği gibi belli özelliklere sahip olup olmadığı, alana bulunacağı katkı, yöntemin yeterli olup olmaması, araştırmaya dahil edilen değişkenlerin aralarında ilişki aranıp aranmayacağına ve makalenin dergi yazım kuralları ve APA formatına uygun bir biçimde yazılıp yazılmadığına bakılır. Ayrıca istatistikî yöntemlerin kontrolü, makalenin daha önce bir yerde yayınlanıp yayınlanmadığı, herhangi bir tezin parçası olup bu durumun dipnot olarak bildirilip bildirilmediği, herhangi bir kongrede sunulmuş olup bu durumun dipnot olarak bildirilip bildirilmediği, sunulduysa tam metnin kongre kitabında yayınlanıp yayınlanmadığı araştırılır. En son ise kaynakça kontrolü yapılır. Tüm kontrollerin sonunda uygun bulunan makaleler, alanlarında uzman hakemlere gönderilir.
- 10.Editöryal süreci başarıyla geçen makaleler alanında uzman iki hakeme gönderilir. Dergi makale değerlendirmesinde çift kör hakemlik sistemiyle çalışmaktadır. Yazar makalesini değerlendiren hakemin kim olduğunu, hakemse makalesini değerlendirdiği yazarın kim olduğunu bilmez. Bu gizliliğin sağlanmasından editör sorumludur. Her iki hakemin de olumlu görüş bildirmesinden sonra makale yayımlanır. Hakemlerden biri olumsuz diğeri

olumlu görüş bildirmişse, makale üçüncü bir hakeme gönderilir. Hakemlik süreci biten makaleler erken görünüm başlığı altında yayınlanır.

11.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine gönderilen makaleler, metin içi referans gösterme, tablo gösterimi ve kaynakça gösteriminde American Psychological Association (APA) 6 stilinde olmalıdır. Çalışmanın değerlendirilmeye alınması için benzerlik oranının özet, abstract ve kaynakça hariç %15'in altında olması gerekmektedir.

12.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine makale göndermek isteyen yazarlar, makalelerini derginin yazım kurallarına göre düzenledikten sonra Dergipark sistemine giriş yapmalıdırlar. Ardından makale gönder sekmesinden yayını göndermelidirler. Biçim bakımından şablona uygun olarak gönderilmeyen yazılar hiç bir şekilde değerlendirmeye alınmayacaktır.

YAYIN ETİĞİ KRİTERLERİ

Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayın etiği kriterleri olarak *International Committee of Medical Journal Editors* ve *Committee on Publication Ethics* önerileri dikkate alınmıştır.

Editörün Sorumlulukları

- 1.Editör, dergiye gönderilen makalenin ön incelenmesinden yayın kuruluna sunulmasına, hakemlere gönderilmesinden kabul veya ret aşamasına ve yayına kabul edilen makalelerin baskı süreçlerine kadar tüm aşamalarda sorumluluk taşımaktadır.
- 2.Editör, gönderilen makalenin içeriğinin gizliliğinden ve kör hakemlik sürecinde hakem isimlerinin gizliliğinden sorumludur.
- 3.Editör, dergiye gönderilen makalenin ilk aşamasında benzerlik kontrolünü yapar. Derginin standartlarının üzerinde benzerlik oranına sahip ve benzerlik oranı düşük olsa bile intihal yapıldığı tespit edilen makaleleri anında reddeder. Bu anlamda problem bulunmayan makaleleri yayın kuruluna sunar. Yayın kurulu makalenin bilime sunacağı katkı, özgünlüğü, tekrarlanabildiği, bilimsel metodolojiye sahip olması konularında nihai kararını editöre bildirir. Editör uygun bulunan makaleleri alanda en az doktora düzeyinde iki hakeme gönderir.
- 4.Editör hakemlik sisteminde çift kör hakem metodunu kullanır. Hakemin yazarı görmesine, yazarınsa hakemi görmesine izin vermez. Bu gizliliğin sağlanmasından sorumludur. Makalenin doğru bireylerce değerlendirilmesi için hakemlerin bu alanda spesifik çalışmaları olmalarına dikkat eder. İki hakemin ret verdiği makaleyi yazara iade eder. Bir hakemin kabul bir hakemin ret verdiği makaleyi bir kez olmak koşuluyla üçüncü bir hakeme gönderir. En az iki hakemin yayınlanabilir raporu verdiği makaleleri yayın aşamasına koyar.
- 5.Editör dergiye makale gönderen yazarları görebildiklerinden onlarla ilgili bir yanlılığa düşmez. Görevini kötüye kullanmaz ve onları herhangi bir özelliklerinden dolayı ayrımcılığa veya ayrıcalığa tabi tutmaz.
- 6.Dergide yayınlanmış bir makaleyle ilgili ilerleyen süreçte etik bir ihlalin saptanması durumunda editör bu durumla ilgili yaptırımlarını uygular.

Hakemlerin Sorumlulukları

- 1.Hakemler yazıyı değerlendirme sürecinde adil ve şeffaf olmalıdır. İlgili makalenin konusu uzmanlık alanı nedeniyle kendi yayınlarına benzer olabileceği için herhangi bir yanlı veya olumsuz bir tutum içerisinde girmemeli yayını adil bir biçimde değerlendirmelidir.
- 2.Hakemler makalede bulunan metin içi alıntılarla kaynakçanın örtüşmesini kontrol etmeli bu anlamda gördükleri hataları editöre bildirmelidir.
- 3.Hakemler, gönderilen makaleyle ilgili alanlarda çalıştıkları için, makalenin özgünlüğü konusunda hassas olmalıdır. Makaleyle ilgili bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri yordayıp yordamayacağı veya değişkenler arasında ilişki aranıp aranmayacağı konusunda ilgili literatürü kontrol edip makaleyle ilgili karar vermelidir.
- 4.Hakemler, gönderilen makalelerin daha önce bir kongrede sunulup sunulmadığı veya bir tezin parçası olup olmadığını kontrol etmeli, böyle bir durumun dipnot olarak verilip verilmediğini incelemelidir.
- 5.Hakemler, makaleyi değerlendirirken yazarı incitecek kişisel yorumlamalardan kaçınmalı ve tüm eleştirileri bilimsel bir dille yapmalıdır.
- 6.Hakemler, değerlendirdikleri makalelerin gizliliğinden sorumludur. Bu nedenle makaleyle ilgili duygusal bir tavır takınmaktan uzak olmalıdırlar.
- 7.Hakemler, çıkar çatışması olduğunu düşündükleri durumları mutlaka editöre bildirmekle sorumludur.
- 8.Hakemler, kendilerine verilen süre zarfında makaleyi değerlendiremeyeceklerse bu durumu editöre bildirmelidir.

Yazarların Sorumlulukları

- 1.Yazarların çalışması özgün olmalı, bilime katkıda bulunabilecek yeterlikte olmalı, bilimsel metodolojiyi takip etmeli ve raporlaştırmayı APA 6 kriterlerine göre uygun standartlarda yapmalıdır.
- 2.Yazarlar dergiye intihal yapılmamış bir makale sunmak zorundadırlar. Makalenin yayımından yıllar sonra bile böyle bir durumun tespiti halinde haklarındaki idari ve adli yaptırımların olabileceğini göz ardı etmeden yayınlarını bilimsel ve ahlaki standartlara göre hazırlamakla sorumludurlar.
- 3.Yazarlar yayınlarında alıntılama kurallarına uymadan alıntı yapmak, bir başka yazarın ifadelerini kaynakça göstermeden kendi beyanı gibi kullanmak, uydurulmuş verileri kullanmak, verilerle oynamak, yapılmamış bir çalışmayı yapılmış olarak göstermek, daha önce yayınlanmış bir makaleyi tekrar yayın için göndermek, bir datadan birden fazla yayın çıkarmaya çalışmak, hak etmediği halde makaleye hediye yazar eklemek, araştırma esnasında destek aldığı kurumların katkılarını makalesinde yazmamak, deneysel çalışmalarda insan haklarına uymamak ve ileride telifi güç hatalar yapmak, bir tezden birden fazla makale yayınlamaya çalışmanın etik ihlali olduğunu bilmeli ve bu standartlara göre hareket etmelidir.
- 4.Yazarlar dergiye gönderdikleri makaleleri yazım kurallarıyla yazmak zorundadırlar. Ayrıca imla ve noktalama konusunda hassasiyet göstermelidirler. Öz, bilimsel açıdan yeterli olsa bile şekil konusunda hassas olunmayan makalelerin reddedileceğini unutmamalıdır.
- 5.Yazarlar, değerlendirme sürecinde editörle devamlı iletişim halinde olmalıdırlar. Editör yazara, hakemin düzeltme tavsiyelerini gönderecek ve bu düzeltmeleri tekrar hakeme gönderebilecektir. Yazar düzeltmeleri zamanında yapmalı ve hakemlerin önerilerini harfiyen yerine getirmelidir. Bu konuda yükümlülüklerini yerine getirmeyen yazarın makalesi reddedilecektir.
- 6.Yazarlar araştırmalarda elde ettikleri verileri saklamakla yükümlüdür. Dergi editörlüğü makalelerin yayımından yıllar sonra bile yazarlardan bu dataları talep edebilir.
- 7.Yazarlar makaleye katkısı olmayan kişileri yazar olarak eklememelidir. Ayrıca çok yazarlı makalelerde yazarların sırası, makaleye katkı yoğunluklarına göre yapılmalıdır.
- 8.Dergiye makale gönderildikten sonra yazar, makaleye yazar eklemek ve yazar çıkartmak için başvuru yapamaz, böyle bir talep oluştuğunda makalesinin reddedileceğini peşinen kabul eder.
- 9.Yazarlar makaleleriyle ilgili çıkar çatışmasını ve varsa mali destekleri dipnot olarak beyan etmelidir.

YAZIM KURALLARI

Metnin tamamında bölüm başlıklarının yalnızca ilk harfi büyük yazılmalıdır ve hiçbir başlığa numara verilmemelidir. Makalelerde sıralama şu şekilde olmalıdır: Giriş, kuramsal çerçeve, literatür taraması, yöntem, bulgular, tartışma ve sonuç ve kaynakça. Makaleniz A4 boyutunda, 1 satır aralığında, karakter olarak Cambria 12 pts olmalıdır. Bölüm başlıkları 12 pts ve bold yazılmalıdır. Sayfa kenarları soldan, sağdan, alt ve üstlerden 3 cm boşluk içermelidir. Paragraf arası önce ve sonra 6 nk boşluk bırakılmalıdır. Paragraflarda girinti verilmemelidir.

1.Türkçe Başlık: Makalenin başlığı, araştırmayı en doğru ifade edecek bir biçimde yazılmalı, yazı büyüklüğü 14 pts ve bold olmalıdır. Tümü büyük harflerle yazılmalıdır.

2.Türkçe başlığın altında yayın sahibi/sahiplerinin Adı SOYADI, yer almalıdır. Bunun altında çalışılan kurum, en altta ise yazara ait Orcid ID yer almalıdır. Yazı büyüklüğü 12 pts ve bold olmalıdır. Birinci sayfanın en altında ise yayın sahibi/sahiplerinin Unvanı, Kurumu, e-mail adresi dipnot olarak yer almalıdır. Yazı büyüklüğü 8 pts olmalıdır. Çalışılan kurumlar ifade edilirken kısaltmalar kullanılmamalı, kurumun, fakültenin tam adı açıkça yazılmalıdır.

3.Türkçe Öz: Öz başlığı 10 pts ve bold, öz içeriği 10 pts ve iki tarafa yaslı olmalıdır. 225-250 kelime içermelidir. Bu bölümde çalışmanızın Türkçe özü yer almalıdır. Öz kısmında araştırmanın nerede yapıldığı, örneklem büyüklüğü, kullanılan ölçme araçları, kullanılan istatistiksel analizler, analizlerin sonuçları yer almalıdır. Anahtar Kelimeler başlığı 10 pts ve bold, içeriği 10 pts olmalıdır. Anahtar kelimelerin ilk harfleri büyük gerisi küçük harfle yazılmalıdır. Anahtar kelimeler başlığı normal, diğerleri italik yazılmalıdır. En az 3, en fazla 5 sözcük bulunmalıdır. Ve virgül (,) işareti ile ayrılmalıdır.

4.İngilizce Başlık: Makalenin başlığı, araştırmayı en doğru ifade edecek bir biçimde yazılmalı, yazı büyüklüğü 14 pts ve bold olmalıdır. Tümü büyük harflerle yazılmalıdır.

5.İngilizce Abstract: Abstract başlığı 10 pts ve bold, abstractın içeriği 10 pts ve iki tarafa yaslı olmalıdır. 225-250 kelime içermelidir. Bu bölümde çalışmanızın İngilizce özü yer almalıdır. Abstract kısmında araştırmanın nerede yapıldığı, örneklem büyüklüğü, kullanılan ölçme araçları, kullanılan istatistiksel analizler, analizlerin sonuçları yer almalıdır. Key words başlığı 10 pts ve bold, içeriği 10 pts olmalıdır. Key wordsun ilk harfleri büyük gerisi küçük harfle yazılmalıdır. Key words başlığı normal, diğerleri italik yazılmalıdır. En az 3, en fazla 5 sözcük bulunmalıdır. Ve virgül (,) işareti ile ayrılmalıdır.

6.Giriş: Bu kısımda araştırmacı bu makalede değindiği problemin niçin bu kadar önemli olduğunu ifade etmelidir. Araştırmada ele alınan problem açık ve anlaşılır bir biçimde ifade edilmelidir.

7.Kuramsal Çerçeve: Makalelerde, her bir değişken için kuramsal çerçeve verilmelidir.

8.Literatür Taraması: Çalışmayla ilgili yurt içi ve yurt dışı literatüre yer verilmelidir.

9.Yöntem: Bu kısımda araştırmanın türü, örnekleme, ölçme araçları ve kullanılan istatistiksel analize yer verilmelidir. Alt başlıklar numaralandırılmamalıdır. Ölçek isimleri 12 pts ve eğik yazıyla verilmelidir.

10.Bulgular: Bu kısımda bulgulara yer verilmeli tablo başlıkları 12 pts ve bold yazıyla verilmelidir. Tablolarda yalnızca ilk kelime büyük harfle başlamalı, tablo içi yazı büyüklüğü 8 pts olmalıdır. Tablo gösteriminde APA 6 stili kullanılmalıdır.

11.Tartışma ve Sonuç: Bu kısımda elde edilen sonuçlar literatürle beraber değerlendirilmeli, daha önce yapılmış olan araştırmaların sonuçlarıyla karşılaştırılmasını içermeli ve önerilere değinilmelidir.

12.Metin içi atıflar ve Kaynakça: APA kriterleri kullanılmalıdır. Kaynaklar ilk satırdan sonra 0.6 cm girintili yazılmalıdır.

Tek Yazarlı Kitap

Güleç, C. (2009). *Psikiyatrinin ABC'si* (2. Basım). İstanbul: Say Yayınları.

İki Yazarlı Kitap

Kalkan, M., & Ersanlı, K. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme kuram ve uygulama* (1.Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Editörlü Kitap

Akın, A. (Ed.). (2013). *Eğitimde kullanılan güncel ölçme araçları* (1.Basım). Ankara: Nobel Yayınları.

Editörlü Kitaptan Bölüm

Cohen, R.J., & Swerdlik, M.E. (2015). *Psikolojik test ve değerlendirme. Testlere ve ölçmeye giriş*. E. Tavşancıl (Ed.). Test Geliştirme (A. Kan, Çev.) içinde, Ankara: Nobel Yayıncılık, 233-276.

Yüksek Lisans, Uzmanlık ve Doktora Tezleri

Ergin, F. (2000). *Üniversite öğrencilerinin sahip oldukları duygusal zekâ düzeyiyle 16 kişilik özelliği arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Makaleler

Ertem, Ü., & Yazıcı S. (2006). Ergenlik döneminde psikososyal sorunlar ve depresyon, aile ve toplum. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(9), 7-12.

Bildiriler

Aktekin, M., Şenol, Y., Türkay, M. & Erengin, H. (2002). Tıp öğrencilerinde kaygı, depresyon ve bazı yaşam sorunlarının düzeyleri: Uzunlamasına bir çalışma. *Ulusal Halk Sağlığı Kongresi*. 23-28 Eylül 2002 Diyarbakır; 852-855.

Web Sitesi Alıntıları

Zorlu, S. (2010). *Kognitif (bilişsel) davranışçı terapi nedir*. doktorsitesi.com, Erişim tarihi: 17.03.2017.

ÖNSÖZ

Merhaba,

Uzun zamandır hayalini kurduğumuz bir projenin ilk aşamasında, Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisiyle, değerli bilim insanları ve öğrencilerin huzurunda olmanın büyük mutluluğunu yaşıyoruz. Ruh sağlığı yasa tasarısının hazırlıklarının tüm hızıyla sürdüğü bugünlerde, ruh sağlığı alanındaki beş bölümü bir araya getiren bir dergi çıkarıyoruz. Dergimizin ilk kurulum aşamasında desteklerini esirgemeyen dergimizin editör, hakem, yayın ve danışma kurullarında bize destek veren değerli bilim insanlarına şükran borçluyuz. Dergimiz bu aşamada Türk Psikiyatri Dizini tarafından indekslenmektedir. Uzun vadede dergimizin EBSCO'da taranan ve nihayetinde SSCI'da taranan bir dergi olması adına elimizden gelen tüm gayreti kullanma azmindeyiz. Bu sayımıza destek veren tüm editör ve hakem hocalarımıza teşekkür ediyor, dergimizi alanımızdaki hocalarımıza ve lisansüstü öğrencilerine tanıtılmalarını umuyoruz.

Hoşçakalın...

Muhammed YILDIZ

Yazı İşleri Müdürü

İÇİNDEKİLER / CONTENTS

ARAŞTIRMA MAKALESİ / RESEARCH ARTICLE

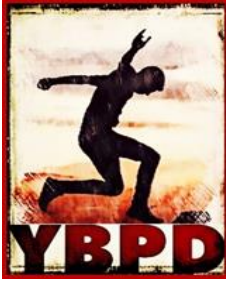
- 1.Muhammed YILDIZ, Ahmet ÜNAL(10-23)**
Bipolar Bozukluğu olan Hastalarda Uyku Kalitesi, Biyolojik Ritim Örüntüsü ve Yaşam Kalitesinin Tedavi Uyumuyla İlişkisi.
The Relationship of Sleep Quality, Circadian Rhythm Pattern and Quality of Life over Treatment Compliance in Patients with Bipolar Disorder.
- 2.Muhammed YILDIZ.....(24-34)**
Evlilik Olgunluk Ölçeğinin Geliştirilmesi.
The Development of Marital Maturity Scale.
- 3.Elif GÜNERİ YÖYEN.....(35-50)**
Şiddet Türleri ve Kişilik Özellikleri.
Violence and Personality Traits.

OLGU SUNUMU / CASE REPORT

- 4.Zihniye OKRAY.....(51-58)**
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Göç: Bir Olgu Sunumu.
Early Maladaptive Schemas and Immigration: A Case Study.

ARAŞTIRMA MAKALESİ / RESEARCH ARTICLE

- 5.Sultan OKUMUŞOĞLU.....(59-65)**
Yeme Tutumunun, Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması, Cinsiyet ve Vücut Kitle İndeksi ile İlişkisinin Araştırılması.
Investigation of the Relationship of Eating Attitudes with Thought Shape Fusion, Gender and Body Mass Index
- 6.Cemaliye DİREKTÖR, Cahit NURİ.....(66-75)**
Benlik Saygısının Akademik Motivasyon Üzerindeki Etkisi: Otomatik Düşüncenin Aracı Rolü.
The Effects of Self-Esteem on Academic Motivation: The Mediating Role of Automatic Thoughts.



ARAŞTIRMA MAKALESİ / RESEARCH ARTICLE

BİPOLAR BOZUKLUĞU OLAN HASTALARDA UYKU KALİTESİ, BİYOLOJİK RİTİM ÖRÜNTÜSÜ VE YAŞAM KALİTESİNİN TEDAVİ UYUMUYLA İLİŞKİSİ (*)

Muhammed YILDIZ (**)

İstanbul Üniversitesi

ORCID: 0000-0002-0760-2333

Ahmet ÜNAL (***)

Gaziantep Üniversitesi

Öz

Bu çalışmada bipolar bozukluğa sahip tedavi uyumu olan hastalarla olmayan hastaların uyku kalitesi, biyolojik ritim örüntüsü ve yaşam kalitesinin karşılaştırılması amaçlandı. Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Şahinbey Araştırma ve Uygulama Hastanesi Psikiyatri Polikliniği tarafından DSM-IV-TR tanı ölçütlerine göre bipolar bozukluk tanısı almış ötimik durumdaki onam veren, polikliniğe ardışık olarak gelen 102 hastaya Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeği (HDDÖ), Young Mani Derecelendirme Ölçeği (YMDÖ), tedavi uyumu için Morisky Tedaviye Uyum Ölçeği (MTUÖ), uyku kalitesi için Pittsburg Uyku Kalitesi Ölçeği (PUKÖ), biyolojik ritim örüntüsü için Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi (BRDG), yaşam kalitesi için Yaşam Kalitesi Ölçeği (YKÖ), Sosyodemografik ve Klinik Veri Formu uygulandı. Tedavi uyumu olan ve olmayan hastaların, uyku kaliteleri, biyolojik ritim örüntüleri ve yaşam kaliteleri arasında ilişki olup olmadığına bakıldı. Tedavi uyumu olan hastaların daha iyi uyku kalitesine sahip olduğu, daha az uyku bozukluğu yaşadıkları, sosyal yaşamlarında daha işlevsel oldukları, biyoritimlerinin daha düzenli olduğu saptandı.

Anahtar Kelimeler

Bipolar Bozukluk, Tedavi Uyumu, Uyku Kalitesi, Biyolojik Ritim Örüntüsü, Yaşam Kalitesi

THE RELATIONSHIP OF SLEEP QUALITY, CIRCADIAN RHYTHM PATTERN AND QUALITY OF LIFE OVER TREATMENT COMPLIANCE IN PATIENTS WITH BIPOLAR DISORDER

ABSTRACT

In this study, it is aimed to compare the biological rhythm patterns and quality of life of bipolar disorder treatment compliance with the sleep quality of patients with non-patients. Hamilton Depression Rating Scale (HDRS), Young Mania Rating Scale (YMRS), treatment compliance for Morisky Medication Adherence Scale (MMAS), sleep quality for the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), Biological Rhythms Interview of Assessment in Neuropsychiatry (BRIAN) for biological rhythm patterns, Quality of Life Scale (QLS) for quality of life, Socio-demographic and Clinical Data Form were used for the sequentially outpatient of 102 patients, in the Psychiatry Clinic of the University of Gaziantep Sahinbey Research and Practise Hospital, the patients with bipolar disorder according to the DSM-IV-TR diagnose criterions. Whether there is a relationship between the biological rhythm patterns, sleep quality and quality of life of patients who have adherence to treatment and who do not was evaluated. It appears that the patients who have adherence to treatment have a better quality of sleep, less sleep disorder, are more functional in social life and have more regular biorhythms.

Key Words

Bipolar Disorder, Treatment Compliance, Sleep Quality, Circadian Rhythm Pattern, Quality of Life

(*) Bu makale, Doç. Dr. Ahmet ÜNAL'ın tez danışmanlığında Muhammed YILDIZ'ın tamamladığı yüksek lisans tezinin özetidir.

(**) Uzm.Psk.Dan., İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Doktora Öğrencisi, e-mail: muhammed.yildiz@ogr.iu.edu.tr

(***) Doç.Dr., Gaziantep Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Öğretim Üyesi, e-mail: drahmetunal@hotmail.com

Alıntılama: Yıldız, M., Ünal, A. (2017). Bipolar bozukluğu olan hastalarda uyku kalitesi, biyolojik ritim örüntüsü ve yaşam kalitesinin tedavi uyumuyla ilişkisi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(1), 10-23.

Giriş

Bipolar bozukluk, kişide yoğun mutsuzluk duygularından, aşırı enerjik bir biçimde taşkınlıklara, aynı zamanda çaresizlik, umutsuzluk, değersizlik duygularıyla birlikte kişinin kıpır kıpır ve enerjik olduğu karma duyguduruma varan önemli değışikliklere yol açar. Hastaların önemli bir bölümünde bu duygudurumlar yıllarca sürer. Bipolar bozuklukla yaşamı sürdürmek kişi için birtakım zorluklar içermektedir. Yaşanılan güçlükler, bu bozuklukla yaşayan kişiler kadar kendilerine destek veren; arkadaşlar ve aile üyeleri için de geçerlidir (Bristol-Myers, 2011). Eskilerde, toplum tarafından önemi ve sıklığı hakkında çok bilgi sahibi olunmayan bipolar bozukluğun yaygınlığının %1'in altında olduğuna inanılırdı. Son 10 yılda yapılan çalışmalarda bipolar bozukluğun kapsamı genişletilmiş ve veriler bu hastalığın yaygınlığının %5'e kadar çıkabileceğini ortaya çıkarmıştır (Angst, 2003; Angst, 2002; Akiskal vd., 2000). Bu oran hem önleyici tıp hizmetleri hem de bipolar bozukluğun önemi hakkında bize fikir sunmaktadır.

Tedavisinin uzun yıllar alması, kişinin iş, aile ve bireysel yaşamında birçok problemler oluşturması bipolar bozuklukla ilgili araştırmaların önemini ortaya koymaktadır. Kuşkusuz tüm rahatsızlıklarda olduğu gibi bipolar bozuklukta da üzerinde durulması gereken kavramlardan biri tedavi uyumudur. Yapılan bir araştırma bipolar bozuklukta hastaların yaklaşık %71'inde ilaç uyumsuzluğu olduğunu göstermektedir (Aksoy, 2013). Bu oran çok yüksektir. Hastalarda tam bir tedavi uyumunun olmaması çeşitli nedenlerle bipolar bozukluk tedavisinde önemli bir sorun olmaktadır. Bunlar; Hastanın yeniden hastaneye yatırılmasına yol açan önemli bir problem olması (Üçok, 2011), düzensiz ilaç kullanıcılarında hastane maliyetinin neredeyse beş kat artması (Svarstad, Shireman ve Sweeney, 2001; Hong, Reed, Novick, Haro ve Aguado, 2011), intihar oranlarının tedavi uyumu olan hastalara göre daha fazla olması (Hong ve ark, 2011; Foster, Sheehan ve Johns, 2011), bipolar bozuklukta iyileşme oranlarının tedavi uyumu az olan hastalarda daha az olması (Hong vd., 2011), manik atakla hastaneye başvuran hastaların %64'ünün hastaneye yatışından önceki ay duygudurum düzenleyici ilaçlarını kullanmayı bıraktığını bildirmesidir (Keck vd., 1996). Yapılan diğer araştırmalar bipolar bozukluk tanısı olan bireylerin üçte birinden fazlasının kendi psikiyatristi ile işbirliği yapmadan ilaçlarını iki veya daha fazla kez bıraktığını göstermektedir. Her on bipolar bozukluk hastasından dokuzu hayatlarında en az bir kez ciddi bir şekilde ilaçlarını kullanmayı bıraktığını kabul etmiştir. Ayrıca bipolar bozukluk hastalarının en az üçte biri kendi reçeteli ilaçlarını almada %70 başarısızdır (Colom vd., 2005; Sajatovic, Chen, Dines ve Shirley, 2007). Dolayısıyla bipolar bozuklukta bu kadar öneme sahip olan tedavi uyumu, uyku kalitesi, biyolojik ritim örüntüsü ve yaşam kalitesi araştırmamızın konusu olmuştur. Araştırmamızın amacı bipolar bozukluğa sahip olan hastalarda, uyku kalitesi, biyolojik ritim örüntüsü ve yaşam kalitesinin tedavi uyumuyla ilgisinin olup olmadığını tespit etmektir.

Kuramsal Çerçeve

Tedavi Uyumunu

Tedavi uyumu, bilhassa ruhsal rahatsızlığı olan hastalarda farmakolojik tedavi için kritik bir öneme sahiptir. İlaçlar, doktorun önerdiği bir biçimde alınmazsa, tedaviden beklenen olumlu klinik neticeler alınmaz. Hastalık belirtileri şiddetlenir ve bireylerin atak sayısı, hastanede yatarak tedavi görme oranları, özkıyım olasılığı ve hastalıktan doğan maliyet artar. Bu nedenle ilaç kullanımı konusunda ortaya konan uyumsuzluk ruhsal hastalıklarda olumsuz klinik tabloların en büyük nedenlerinden biridir (Mahmood, Khalid ve Makhdum, 2010; Riley vd., 2009). Bipolar bozuklukta ilaç kullanımındaki düzensizlikler, ilaçların hekim önerisine bakılmaksızın bırakılması birtakım problemleri beraberinde getirmektedir. Keck ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada manik atakla hastaneye başvuran hastaların %64'ünün hastaneye yatışından önceki ay duygudurum düzenleyici ilaçları kullanmayı bıraktığı ortaya çıkmıştır (Keck vd., 1996). Tedaviye uyumda en önemli bileşenlerden biri ilaç uyumudur. Birçok hastada ilaçların düzenli bir biçimde kullanılmaması ya da aşırı kullanılması zamanla ortaya çıkan büyük bir problem halini almaktadır (Yüksel, 2010). Bipolar bozukluk belirtileri yaşayan kimi hastalar konulan tanıyı düşünmeden reddeder. Bazıları ise istemeye istemeye bipolar bozukluk tanısını kabul eder fakat

daha sonra tedavi rejimlerine uymayı redderek, tedaviye direnç gösterir (Miklowitz, 2011).

Uyku Kalitesi

Uyku kalitesi, kişinin uyku bitiminde kendini zinde bir biçimde, dinlenmiş, vücut fonksiyonları bakımından formunda, bir sonraki güne hazır, rahatlamış olarak algılamasıdır. Uyku kalitesinin; uyku latensi, kişinin bir gecede toplam uyuduğu süre ve toplam gece uyanıklık sayısı gibi uykunun sayısal taraflarını içeren tarafları olduğu gibi; uykunun derin olması, bireyi dinlendirmesi, kişinin uyandıktan sonra kendini nasıl hissettiği gibi kişiye özgü tarafları da vardır (Üstün ve Çınar, 2009). Doğrudan biyolojik ritimle ilgisi olan uyku kalitesinin aynı zamanda bipolar bozuklukla da ilgili olduğunu ortaya koyan çalışmalar vardır (Bunney ve Bunney, 2000; Millar, Espie ve Scott, 2004; Shen, Alloy, Abramson ve Sylvia, 2008). Uyku süresi ve uyku uyanıklık döngüsü bipolar bozuklukta manik ve depresif atakların gelişmesinde önemli bir rol oynar. Bir çalışmada uyku süresinin uzunluğunun ve uyku uyanıklık döngüsünün bipolar bozuklukta etkili olduğu ortaya konmuştur (Giglio vd., 2010).

Biyolojik Ritim

İnsanlarda, vücut biyolojisi, fizyolojisi, endokrinal sistemi, edimleri ve psikolojik tarafı olan birçok olay standart bir ritime uygun bir biçimde meydana gelir. Bireyde bulunan uyuma ve uyanık olma sarmalı, beden sıcaklığı, endokrinal düzeyler, duygudurumda meydana gelen değişimler ve bilişsel süreçler sirkadyen ritim olarak tarif edilen yirmidört saatlik bir ritimle oluşur (Selvi, Beşiroğlu ve Aydın, 2011). Biyolojik ritimlerden en çok kullanılanı sirkadyen ritimdir. Sirkadyen ritim takriben yirmidört saat süren bir döngüdür. Sirkadyen ritimde, pineal bez'den melatonin hormonu salgılır. Vücut sıcaklığı ayarlanır ve plazmada kortizol oranlarında değişiklikler meydana gelir. (Reinberg ve Ashkenazi, 2003; Schulz ve Steimer, 2009). Bireylerin hasta ve sıhhatli oldukları evrelere ait biyolojik ritimlerdeki farklılıkların ortaya konması, hasta bireylere teşhis konması ve tedavilerinin sağlanması açısından tıptaki gelişmelere ciddi bir fayda sağlamıştır (Lemmer, 2009). Biyoritimlerin sürelerini araştıran bilim dalına kronobiyojoloji adı verilmektedir. İnsan vücudundaki kimyasal faaliyetleri yürüten biyolojik saat, organlara ve onların görevlerine saatlik, yirmidört saatlik, otuz günlük veya mevsimsel ritimleri kaydeder (Şenel, 2008). Bipolar bozuklukla ilgili önemli kavramlardan bir diğeri biyolojik ritimdir. Kişinin biyolojik ritiminde oluşan ilerlemelerin, gecikmelerin veyahut bozuklukların ruhsal problemlerle bilhassa da iki uçlu depresyon, major depresyon ve mevsimle ilgili olan duygudurum bozuklukları ile çok önemli bir ilişkisi bulunmaktadır (Selvi, Beşiroğlu ve Aydın, 2011).

Yaşam Kalitesi

Bipolar bozukluğu olan hastalar fiziksel ve sosyal işlevsellik alanlarında, genel topluma oranla önemli bozukluklar göstermektedir. Bipolar bozukluğun düzelme ve alevlenmelerle bir arada giden döngüsel gidişi, kişinin yaşamının birçok alanında bozulmalara neden olmaktadır. Hastaların aile içi ilişkilerinde bozulmalar meydana gelmekte, iş yaşamlarında sorunlar yaşanmakta, sosyal ilişkilerinde uyumsuzluklar oluşmaktadır. Bu alanlarda meydana gelen işlev yitimleri kişinin iyilik halini ve bir bütün olarak yaşam kalitesini bozmaktadır (Sierra, Livianos ve Rojo, 2005). Hastalığın belirtilerini azaltmanın yanı sıra hastaların yaşam kaliteleri de son dönemlerde psikiyatride önem verilen konulardan biri halini almıştır (Michalak, Lakshmi, Yatham ve Raymond, 2005). Bipolar bozuklukta yaşam kalitesiyle ilgili yapılan çalışmalarda bipolar bozukluk hastalarının normal bireylere göre fiziksel rollerde meydana çıkan güçlükler, ortalama sağlık, kişinin sosyal işlevselliği ve duygusal rol gücüğü faktörlerinde puanları manidar bir biçimde düşük çıkmıştır (Özdemir, 2007).

Literatür Taraması

Bipolar bozuklukta tedavi uyumuyla ilgili bir çalışmada hastaların %39,3'ü uyumlu, %60,7'si ise uyumsuzdur (Aksoy, 2013). Diğeri bir çalışmada %47,9'u uyumlu, %52,1'i ise uyumsuzdur (Yılmaz, 2004). Tedavi uyumunun bipolar bozuklukta uyku kalitesine etkisiyle ilgili çalışma bulunmamaktadır. Uyku kalitesiyle ilgili yapılan çalışmalarda bipolar bozukluk hastalarıyla, sağlıklı bireyler karşılaştırılmıştır. Bir çalışmada bipolar

bozukluk hastalarının sağlıklı kontrollerle karşılaştırıldığında, bipolar bozukluğu olan hastaların gece sık uyanma, uzun süreli uyuma ve uzun süreli uyanık kalma belirtileri gösterdikleri ortaya konmaktadır (Roybal vd., 2011). Tedavi uyumunun bipolar bozuklukta biyoritimlere etkisiyle ilgili çalışma bulunmamaktadır. Yapılan çalışmalarda bipolar bozukluk hastalarıyla, sağlıklı bireyler karşılaştırılmıştır. Bir araştırmada sağlıklı bireylerle remisyondaki bipolar bozukluk hastaları karşılaştırılmış biyolojik ritmin uyku ve sosyal aktivite boyutunun bipolar bozuklukta etkili bir faktör olduğu ve sadece uyku uyanıklık döngüsünün değil, sosyal ilişkilerin ve aktivitelerin de bipolar bozuklukta rol oynadığı ortaya çıkmıştır (Rosa vd., 2013).

Araştırmamızda benzer araştırmalarla kıyaslayabileceğimiz tek alan yaşam kalitesi olarak görülmektedir. Bipolar bozuklukta tedavi uyumunun yaşam kalitesine etkisiyle ilgili bir araştırmada, ilaç uyumuyla arkadaş desteği arasında pozitif ve manidar bir ilişki ortaya konmuştur (Kelleci ve Ata, 2011). Bir araştırmada tedavi uyumuyla toplumsal destek arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu ve sosyal desteği yüksek olan grupta tedavi uyumunda yüksek olduğu görülmüştür (Scheurer, Choudry, Swanton, Matlin ve Shrank, 2012). Ancak bir çalışmada sosyal destekle ilaç uyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Aksoy, 2013). Araştırmalar sağlıklı bireylerle bipolar bozukluk hastalarının ve sağlıklı bireylerle diğer kronik hastalıklara sahip olan hastaların kıyaslandığı çalışmalarla sınırlıdır. Örneğin bir çalışmada bipolar bozuklukla yaşam kalitesi arasında çok yönlü bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Araştırmanın sonuçları, bipolar bozukluğun hastaların eğitim, mesleki, ekonomik, sosyal ve kişilerarası ilişkilerinde bozulmalara neden olduğunu göstermiştir (Michalak, Lakshmi, Yatham ve Raymond, 2006). Biyolojik ritimlerle ve uyku kalitesiyle ilgili yapılan araştırmalar bu iki faktörün birbiriyle yakından ilintili olduğunu göstermektedir. Duygudurum bozukluklarında bireyin yirmidört saatlik sirkadyen ritmini düzenleyen mekanizmanın bozulması hastanın uyku da dahil olmak üzere biyolojik ritimlerinin bozulmasına yol açar. (Bunney ve Bunney, 2000; Millar, Espie ve Scott, 2004; Shen, Alloy, Abramson ve Sylvia, 2008). Bir çalışmada bipolar bozukluk hastalarının biyolojik ritim örüntüleri ile uyku kaliteleri arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur (Hüzmeli, 2014). Dolayısıyla uykudaki düzensizliklerin biyolojik ritimleri etkilediği sonucu ortaya çıkmaktadır. Yaşam kalitesiyle ilgili olarak ta hem bizim çalışmamızın sonuçlarına hem de bipolar bozuklukta yaşam kalitesiyle ilgili olarak diğer çalışmalara bakıldığında tedaviye uyumunun yüksek olduğu hastalarda aynı zamanda sosyal desteğin de yeterli olduğu, bu hastaların çevresinde daha fazla kişi olduğu ve sosyal fonksiyonlarının yeterli olduğu görülmektedir (Aksoy, 2013). Birçok araştırmada sosyal desteği fazla olan hastaların iyileşme açısından daha olumlu bir seyir izlediği ortaya konmuştur (Harrow, Goldberg ve Grosman, 1990; Keck ve diğ., 1998). Bipolar bozuklukta hastaların aldıkları sosyal destek hastalığın seyrini etkilemektedir (Canbaba, 2011). Bipolar bozuklukta tedavinin ana faktörü ilaç tedavisidir. Bu tedaviye ek olarak psiko eğitim verildiğinde hastalığın tedavisinde etkili bir yol izlenmiş olur. Bu durumun tüm bipolar bozukluk türlerinde, nöksleri ve hastanede yatılı tedavi süresini azalttığı ortaya konmuştur. Amaç, hastanın bipolar bozukluğu anlaması ve bununla beraber tedavi uyumunun gerçekleşmesidir (Colom ve Vieta, 2012). Ruhsal bozukluklarda farmakoterapi ile psikoterapinin birleştirilmesi uygulaması bu rahatsızlıkların tedavisinde sıklıkla kullanılmaktadır. Terapistler, bipolar bozukluk tedavisinde tedavilerin tek tek kullanılması yerine iki terapi yaklaşımının beraber kullanılmasının tedavide etkili ve yararlı olduğunu ifade etmektedirler (Topçuoğlu, 2011).

Yöntem

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Şahinbey Araştırma ve Uygulama Hastanesi Psikiyatri Polikliniği tarafından DSM-IV-TR tanı ölçütlerine göre bipolar bozukluk tanısı almış hastalar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Şahinbey Araştırma ve Uygulama Hastanesi Psikiyatri Polikliniğine başvuran ve ardışık olarak gelen basit rastgele örneklem yöntemiyle gönüllülük esasına göre çalışmaya katılan 102 hasta oluşturmaktadır.

Araştırmanın Yapıldığı Yer, Tarih ve İşlem

Araştırma Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Şahinbey Araştırma ve Uygulama Hastanesi Psikiyatri Polikliniğinde yapılmıştır. Araştırma yapılmadan önce Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulundan izin alınmıştır. Araştırmada 109 hastaya ölçekler uygulanmıştır. Hastaların araştırmaya dahil edilebilmeleri için bir takım ölçütler aranmıştır. Bunlar: Gönüllü olmaları, 18-60 yaş aralığında olmaları, en az bir yıl boyunca bipolar bozukluk tanısıyla izlenme ve ötimik olmaları, okuryazar olmaları, iletişime ve işbirliğine açık olmalarıdır. Dışlama ölçütleri ise şunlardır: Hastanın akut alevlenme dönemi içine olması, yatan hasta ya da hastaneden çıkarılmasının üzerinden 2 hafta geçmemiş hasta olması, hastanın aktif olarak alkol ya da psikoaktif madde kullanması, hastada zeka geriliği ya da demans gibi zihinsel rahatsızlık bulunması, hastanın başka psikiyatrik rahatsızlığı olması ve çalışmaya isteksiz olması (Kurdal, 2011). Çalışmaya alınan ve dışlanan ölçütler yoluyla araştırmanın yapılacağı hasta grubu belirlendikten sonra hastalara Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeği ve Young Mani Derecelendirme Ölçeği uygulanmıştır. Hastalardan HDDÖ'den 7 ve daha altında, YMDÖ'den 5 ve daha altında puan alan, ötimik olan 102 tanesi araştırmaya dahil edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeği (HDDÖ): Hamilton (1960) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte 17 madde bulunmaktadır. Depresyonun şiddetini belirlemek için kullanılan bir ölçektir. Depresif mizaç, özkiyim, iş ve fonksiyonlarda yitim, mental retardasyon, ajitasyon, gastrointestinal semptomlar, genel psikosomatik belirtiler, hipokondriyak semptomlar, bireyde içgörü kaybı, yemek yeme isteğinde azalma ve kilo azalması, uykusuzluk ve kaygı alt ölçekleri vardır (Hamilton, 1960; Akdemir vd., 1996). Toplam puan 0-7 için depresyonun olmadığı, 8-12 için bireyde hafif seviyede depresyon olduğu, 13-17 için orta seviyede depresyon olduğu, 18-29 için majör depresyon olduğu, 30-52 için bireyde ağır majör depresyon olduğu kabul edilir (Hamilton, 1960). Akdemir ve arkadaşları (1996) tarafından ülkemizde kullanımı için geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği 0.85, iki yarım güvenilirliği 0.76, Cronbach alfa değeri 0.85 olarak bulunmuştur (Akdemir vd., 1996). Araştırmamıza dahil edilebilmek için hastaların 0-7 puan arası almalarına bakılmış bu şartları yerine getirmeyen hastalar ötimik olmadıkları için araştırmadan çıkarılmıştır.

Young Mani Derecelendirme Ölçeği (YMDÖ): Young ve arkadaşları (1978) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte 11 madde bulunmaktadır. Manik nöbetin şiddetini ve değişimlerini ölçen bir ölçektir. Ölçek onbir maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt ölçekleri, kabarmış duygudurum, hareket ve enerji artışı, cinsel ilgi, uyku, iritabilite, konuşma hızı ve miktarı, düşünce yapısında bozukluk, düşünce içeriği, yıkıcı ve saldırgan davranış, dış görünümdür (Young, Biggs, Ziegler ve Meyer, 1978). Ülkemizde kullanımı için geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Karadağ ve arkadaşları (2002) tarafından yapılmış ve ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.79 bulunmuştur (Karadağ, Oral, Yalçın ve Erten, 2002). Araştırmamızda ölçekten 5 puandan fazla alan hastalar ötimik olmadıkları için araştırmadan çıkarılmıştır.

Morisky Tedaviye Uyum Ölçeği (MTUÖ): Donald E. Morisky tarafından geliştirilmiş ve geçerlik çalışmaları Morisky, Green ve Levine (1986) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin normal hastalar için geçerlilik çalışması ve Türkçe'ye uyarlanması Yılmaz (2004) tarafından yapılmıştır. Bipolar bozukluğa sahip hastalar için geçerlik ve güvenilirlik çalışması ise Bahar ve arkadaşları (2014) tarafından yapılmıştır. Ölçek 4 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin yanıtlanmasında "evet", "hayır" cevapları kullanılmaktadır ve hastanın ilaç uyumunu "iyi", "orta" ve "kötü" olmak üzere üç kategoride göstermektedir (Yılmaz, 2004). Araştırmamızda hastaların uyum düzeyleri tüm sorulara "evet" cevabı verenler "uyumlu", en az bir soruya "hayır" cevabı verenler "uyumsuz" olarak kabul edilmiştir.

Pittsburg Uyku Kalitesi Ölçeği (PUKÖ): Buysse ve arkadaşları (1989) tarafından geliştirilmiştir. Bireyde son bir otuz günlük uyku kalitesini saptamak için uykunun kalitesini, sayısal olarak süresini, bireydeki uyku probleminin varlığını ve şiddetini ölçmek üzere 19 maddeden oluşmaktadır (Buysse, Reynolds ve Monk, 1989). Subjektif uyku kalitesi, uyku latansı, uyku süresi, habituel uyku etkinliği, uyku bozuklukları,

uyku ilacı kullanımı, gündüz fonksiyonları adı altında 7 adet alt ölçeği vardır (Ağargün, Kara ve Anlar, 1996). Toplam puanlar 0-21 arasındadır. Ölçekte puanların artması uyku kalitesinin iyi olmadığını, uyku problemi düzeyinin yüksek olduğunu ifade etmektedir. PUKÖ'nin Türkiye için uyarlamasını Ağargün ve arkadaşları (1996) yapmıştır.

Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi (BRDG): Giglio ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilmiştir. Hastaların günlük döngüsel ritmini ve işlevselliğini ölçmek için geliştirilmiş bir ölçektir. BRDG uygulayıcı tarafından değerlendirilir, dördümlük likert tipi 21 maddeden oluşmaktadır. Yüksek puanlar biyolojik ritimde düzensizliğe işaret etmektedir. Beş adet alt ölçeği bulunmaktadır, bunlar: uyku, etkinlikler, sosyal, yeme alışkanlıkları ve baskın ritim örüntüsüdür. Ölçeğin toplam puanı hesaplanırken baskın ritim örüntüsü puanları toplam puana eklenmez (Giglio vd., 2009). Türkiye uyarlaması Aydemir ve arkadaşları (2012) tarafından yapılmıştır.

Yaşam Kalitesi Ölçeği (YKÖ): Ware (1987) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte 36 madde yer almaktadır. Sekiz alt ölçeği bulunmaktadır. Bu alt ölçekler: Fiziksel fonksiyon, fiziksel rol kısıtlanması, emosyonel rol kısıtlanması, vücut ağrısı, sosyal fonksiyon, mental sağlık, canlılık, genel sağlıktır. Her bir sorunun puanları 0-100 arasında değişir. YKÖ'de puanlar arttıkça yaşam kalitesinin arttığı şekilde yorumlanmalıdır (Eser, 2006; Ware ve Sherbourne, 1992). YKÖ'nin Türkçe'ye uyarlanması, ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik analizleri Koçyiğit ve arkadaşları (1999) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Sosyodemografik ve Klinik Veri Formu: Sosyodemografik ve Klinik Veri Formu hastaların adı soyadını, cinsiyetini, eğitim düzeyini, medeni halini, geldiği sosyal alanı, gelirini, tanısını, hastalık başlama yaşını soran 8 sorudan oluşmaktadır.

İstatistiksel Analiz

Araştırmanın bağımsız değişkeni hastaların tedaviye uyumları, bağımlı değişkenler ise uyku kalitesi, biyolojik ritim örüntüsü ve yaşam kalitesidir. Hastalar MTUÖ'ye göre tedavi uyumu olan ve olmayan şeklinde iki gruba ayrılmıştır. Hastaların uyum düzeyleri belirlenirken bütün sorulara "evet" diyenler "uyumlu", en az bir soruya "hayır" cevabı verenler "uyumsuz" olarak kabul edilmiştir. İki grup arasında uyku kalitesi, biyolojik ritim örüntüsü ve yaşam kalitesi puanları açısından anlamlı fark olup olmadığına bakılmıştır. Veriler SPSS programıyla değerlendirilmiştir. Verilerin parametrik olup olmadıklarına bakmak için Tek Örneklem Kolmogorov Smirnov Testi kullanılmıştır. Test sonucunda parametrik olan PUKÖ'nün uyku toplam puanı, BRDG'nin uyku boyutu, sosyal boyut, baskın ritim boyutu ve toplam ölçek puanına YKÖ'nün, fiziksel rol kısıtlanması, mental sağlık ve yaşam kalitesi toplam puanlarına tedavi uyumu arasındaki ilişkiye bağımsız örneklem t-testi ile bakılmıştır. Parametrik olmayan PUKÖ'nün subjektif uyku kalitesi, uyku latansı, uyku süresi, habituel uyku etkinliği, uyku bozuklukları, uyku ilacı kullanımı, gündüz fonksiyonları puanları, BRDG'nin etkinlikler boyutu, yeme alışkanlıkları puanları, YKÖ'nün fiziksel fonksiyon, emosyonel rol kısıtlanması, vücut ağrısı, sosyal fonksiyon, canlılık ve genel sağlık puanları ile tedavi uyumu arasındaki ilişkiye Mann-Whitney U Testi ile bakılmıştır. Anlamlılık düzeyi olarak $p < 0.05$ alınmıştır. Araştırmadaki değişkenler arasındaki ilişkiyi saptayabilmek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular

Hastaların Demografik Özellikleri

Hastaların 38'i (% 37.25) kadın, 64'ü (% 62.75) erkektir. Hastalardan 40'ı (% 39.22) bekar, 62'si (% 60.78) evlidir. Hastaların 38 (% 37.25) ilkökul mezunu, 14 (% 13.73) ortaokul mezunu, 39 (% 38.24) lise mezunu, 10 (% 9.8) lisans, 1'i ise (% 0.98) lisansüstü mezundur. Hastalardan 60'ı (% 58.82) çalışıyor, 42'si ise (% 41.18) çalışmıyor. Hastalardan 48'i (% 47.06) asgari ücretin altında bir gelire sahipken, 54'ü (% 52.94) asgari ücretin üstünde bir gelire sahiptir. Hastalardan 19'u (%18.63) köy, 12'si (%11.76) kasaba, 21'i (%20.59) ilçe, 22'si (%21.57) il, 28'i (%27.45) ise büyükşehirde yaşamaktadır. Hastaların 39'u (%38.2) tam uyumlu iken, 63 hasta ise (%61.8) uyumsuzdur.

Tablo 1. Hastaların PUKÖ, BRDG ve YKÖ toplam puanlarına dönük betimsel bulgular ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı

Ölçekler	N	\bar{X}	Ss	1	2	3
PUKÖ	102	9.32	2.95	1		
BRDG	102	24.95	6.93	0.315**	1	
YKÖ	102	1770.54	435.77	-0.099	-0.017	1

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001), 1:PUKÖ, 2:BRDG, 3:YKÖ

PUKÖ: Pittsburgh Uyku Kalitesi Ölçeği, BRDG: Biyolojik Ritim Değerlendirme Görüşmesi, YKÖ: Yaşam Kalitesi Ölçeği

Tablo 1 incelendiğinde, hastaların uyku kalitesi puanları ile biyolojik ritim puanları ($r=0.32$, $p=0.001<0.05$), pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmaktadır. Hastaların yaşam kalitesi puanlarıyla, uyku kalitesi puanları arasında ve biyolojik ritim puanları arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamıştır.

Tablo 2. Hastaların PUKÖ alt boyutlarına ait puanlarının uyum düzeylerine göre karşılaştırılmaları için t-testi sonuçları

	Grup	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p
Uyku kalitesi toplam	Uyumlu	39	7.79	2.63	-4.481	100	0.000***
	Uyumsuz	63	10.26	2.75			

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Tablo 2'de tedavi uyumu olan hastalarla olmayan hastaların PUKÖ uyku kalitesi toplam puanları arasındaki farklılıklara ait t-testi sonuçları gösterilmektedir. Tabloya göre tedavi uyumu olan hastalarla olmayanlar arasında ($t_{100} = -4.481$, $p=0.000<0.05$) anlamlı farklılık vardır. Aynı zamanda tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarının uyku kalitesi toplam puanları (Ort.=7.79, ss.=2.63), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarından (Ort.=10.26, ss.=2.75) oldukça düşüktür. Ölçeğin özelliğine göre düşük puanlar uyku kalitesinin yüksek olmasına işaret etmektedir.

Tablo 3. Hastaların PUKÖ alt boyutlarına ait puanlarının uyum düzeylerine göre karşılaştırılmaları için Mann Whitney U-Testi sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	Z	p
Subjektif uyku kalitesi	Uyumlu	39	46.03	1795	1015	-1.523	0.128
	Uyumsuz	63	54.89	3458			
Uyku latansı	Uyumlu	39	46.14	1799.50	1019.5	-1.490	0.136
	Uyumsuz	63	54.82	3453.50			
Uyku süresi	Uyumlu	39	46.99	1832.50	1052.5	-1.265	0.206
	Uyumsuz	63	54.29	3420.50			
Habituel uyku etkinliği	Uyumlu	39	52.21	2036	1201	-0.199	0.842
	Uyumsuz	63	51.06	3217			
Uyku bozuklukları	Uyumlu	39	28.28	1103	323	-6.634	0.000***
	Uyumsuz	63	65.87	4150			
Uyku ilacı kullanımı	Uyumlu	39	56.56	2206	1031	-1.453	0.146
	Uyumsuz	63	48.37	3047			
Gündüz fonksiyonları	Uyumlu	39	51.97	2027	1210	-0.133	0.894
	Uyumsuz	63	51.21	3226			

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Tablo 3'te tedavi uyumu olan hastalarla olmayan hastaların PUKÖ alt ölçeklerinden subjektif uyku kalitesi, uyku latansı, uyku süresi, habituel uyku etkinliği, uyku bozuklukları, uyku ilacı kullanımı, gündüz fonksiyonları puanları arasındaki farklılıklara ait Mann Whitney U testi sonuçları gösterilmektedir. Mann Whitney U testi, t-testindeki grup ortalamalarının karşılaştırılması yöntemini kullanmaz, bunun yerine grupların medyanlarını birbiriyle karşılaştırır (Kalaycı, 2006). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=46.03), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=54.89) subjektif uyku kalitesi

puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1015$, $p=0.128>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=46.14), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=54.82) uyku latansı puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1019.5$, $p=0.136>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=46.99), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.= 54.29) Uyku süresi puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1052.5$, $p=0.206>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=52.21), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=51.06) habituel uyku etkinliği puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1201$, $p=0.842>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=28.28), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=65.87) uyku bozuklukları puanları açısından anlamlı bir fark bulunmuştur ($U=323$, $p=0.000<0.05$). Tedavi uyumu olan grup daha düşük uyku bozukluğu puanı almıştır. Ölçekte düşük puanlar olumlu olduğu için tedavi uyumu olan grubun daha az uyku bozukluğu yaşadığı sonucuna varılabilir. Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=56.56), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=48.37) uyku ilacı kullanımı puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1031$, $p=0.146>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=51.97), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=51.21) gündüz fonksiyonları puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1210$, $p= 0.894>0.05$).

Tablo 4. Hastaların BRDG alt boyutlarına ait puanlarının uyum düzeylerine göre karşılaştırılmaları için t-testi sonuçları

	Grup	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p
Uyku boyutu	Uyumlu	39	5.23	2.38	-4.111	100	0.000***
	Uyumsuz	63	7.49	2.87			
Sosyal boyut	Uyumlu	39	5.74	2.36	-4.187	100	0.000***
	Uyumsuz	63	8	2.79			
Baskın ritim	Uyumlu	39	5.20	1.90	0.424	100	0.672
	Uyumsuz	63	5.01	2.34			
Biyoritim toplam	Uyumlu	39	21.92	6.97	-3.679	100	0.000***
	Uyumsuz	63	26.82	6.25			

(* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$)

Tablo 4'te tedavi uyumu olan hastalarla olmayan hastaların BRDG uyku boyutu, sosyal boyut, baskın ritim alt ölçekleri ve biyoritim toplam puanları arasındaki farklılıklara ait t-testi sonuçları gösterilmektedir. Tabloya göre tedavi uyumu olan hastalarla olmayanlar arasında uyku boyutu puanları incelendiğinde ($t_{100}=-4.111$, $p=0.000<0.05$) anlamlı farklılık vardır. Aynı zamanda tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarının uyku boyutu puanları (Ort.=5.23, ss.=2.38), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarından (Ort.=7.49, ss.=2.87) oldukça düşüktür. Ölçeğin özelliğine göre düşük puanlar biyolojik ritimlerden uyku boyutunun daha düzenli olmasına işaret etmektedir. Tabloya göre tedavi uyumu olan hastalarla olmayanlar arasında sosyal boyut puanları incelendiğinde ($t_{100}=-4.187$, $p=0.000<0.05$) anlamlı farklılık vardır. Aynı zamanda tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarının sosyal boyut puanları (Ort.=5.74, ss.=2.36), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarından (Ort.=8, ss.=2.79) oldukça düşüktür. Ölçeğin özelliğine göre düşük puanlar biyolojik ritimlerden sosyal boyutun daha düzenli olmasına işaret etmektedir. Tabloya göre tedavi uyumu olan hastalarla olmayanlar arasında baskın ritim puanları incelendiğinde ($t_{100}=0.424$, $p=0.672>0.05$) anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Tabloya göre tedavi uyumu olan hastalarla olmayanlar arasında biyoritim toplam puanları incelendiğinde ($t_{100}=-3.679$, $p=0.000<0.05$) anlamlı farklılık vardır. Aynı zamanda tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarının biyoritim toplam puanları (Ort.=21.92, ss.=6.97), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarından (Ort.=26.82, ss.=6.25) oldukça düşüktür. Ölçeğin özelliğine göre düşük puanlar genel olarak biyolojik ritimlerin daha düzenli olmasına işaret etmektedir.

Tablo 5. Hastaların BRDG alt boyutlarına ait puanlarının uyum düzeylerine göre karşılaştırılmaları için Mann Whitney U-Testi sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	Z	p
Etkinlikler boyutu	Uyumlu	39	49.09	1914.50	1134.5	-0.651	0.515
	Uyumsuz	63	52.99	3338.50			
Yeme alışkanlıkları	Uyumlu	39	52.41	2044	1193	-0.247	0.805
	Uyumsuz	63	50.94	3209			

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Tablo 5'te tedavi uyumu olan hastalarla olmayan hastaların BRDG alt ölçeklerinden etkinlikler boyutu ve yeme alışkanlıkları puanları arasındaki farklılıklara ait Mann Whitney U testi sonuçları gösterilmektedir. Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=49.09), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=52.99) etkinlikler boyutu puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır (U=1134.5, p=0.515>0.05). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=52.41), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=50.94) yeme alışkanlıkları puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır (U=1193, p=0.805>0.05).

Tablo 6. Hastaların YKÖ alt boyutlarına ait puanlarının uyum düzeylerine göre karşılaştırılmaları için t-testi sonuçları

	Grup	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p
Fiziksel rol kısıtlanması	Uyumlu	39	208.97	131.22	0.626	100	0.533
	Uyumsuz	63	191.26	143.27			
Mental sağlık	Uyumlu	39	263.07	121.52	-1.134	100	0.260
	Uyumsuz	63	293.36	136.67			
Yaşam kalitesi toplam	Uyumlu	39	1792.56	456.58	0.400	100	0.690
	Uyumsuz	63	1756.92	425.53			

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Tablo 6'da tedavi uyumu olan hastalarla olmayan hastaların YKÖ fiziksel rol kısıtlanması, mental sağlık, yaşam kalitesi toplam puanları arasındaki farklılıklara ait t-testi sonuçları gösterilmektedir. Tabloya göre tedavi uyumu olan hastalarla olmayanlar arasında fiziksel rol kısıtlanması puanları incelendiğinde ($t_{100}=0.626$, p=0.533>0.05), mental sağlık puanları incelendiğinde ($t_{100}= -1.134$, p=0.260>0.05), yaşam kalitesi toplam puanları incelendiğinde ($t_{100}=0.400$, p=0.690>0.05) anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 7. Hastaların YKÖ alt boyutlarına ait puanlarının uyum düzeylerine göre karşılaştırılmaları için Mann Whitney U-Testi sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	Z	p
Fiziksel fonksiyon	Uyumlu	39	46.79	1825	1045	-1.268	0.205
	Uyumsuz	63	54.41	3428			
Emosyonel rol kısıtlanması	Uyumlu	39	57.14	2228.50	1008.5	-1.575	0.115
	Uyumsuz	63	48.01	3024.50			
Vücut ağrısı	Uyumlu	39	53.83	2099.50	1137.5	-0.636	0.525
	Uyumsuz	63	50.06	3153.50			
Sosyal fonksiyon	Uyumlu	39	62.95	2455	782	-3.123	0.002**
	Uyumsuz	63	44.41	2798			
Canlılık	Uyumlu	39	53.76	2096.50	1140.5	-0.612	0.541
	Uyumsuz	63	50.10	3156.50			
Genel sağlık	Uyumlu	39	55.40	2160.50	1076.5	-1.054	0.292
	Uyumsuz	63	49.09	3092.50			

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Tablo 7'de tedavi uyumu olan hastalarla olmayan hastaların YKÖ alt ölçeklerinden fiziksel fonksiyon, emosyonel rol kısıtlanması, vücut ağrısı, sosyal fonksiyon, canlılık puanları ve genel sağlık puanları arasındaki farklılıklara ait Mann Whitney U testi sonuçları gösterilmektedir. Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=46.79), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=54.41) fiziksel rol kısıtlanması puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1045, p=0.205>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=57.14), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=48.01) emosyonel rol kısıtlanması açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1008.5, p=0.115>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=53.83), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=50.06) vücut ağrısı puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1137.5, p=0.525>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=62.95), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=44.41) sosyal fonksiyon puanları açısından anlamlı bir fark bulunmuştur ($U=782, p=0.002<0.05$). Buna göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarının sosyal fonksiyonları, olmayanlara göre oldukça yüksektir. Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=53.76), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=50.10) canlılık puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1140.5, p=0.541>0.05$). Tabloya göre tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla (Sıra ort.=55.40), tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastaları arasında (Sıra ort.=49.09) genel sağlık puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır ($U=1076.5, p=0.292>0.05$).

Tartışma

Araştırmamızda hastaların %38,2'sinin tedavi uyumunun olduğu, %61,8'inin ise tedaviye uyumsuz olduğu saptanmıştır. Bu sonuç benzer araştırmaların sonuçlarını destekler niteliktedir (Aksoy, 2013; Yılmaz, 2004). Çalışmamızda tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla olmayanlar arasındaki uyku kalitesine bakıldığında, gruplar arasında subjektif uyku kalitesi, uyku latansı, uyku süresi, habituel uyku etkinliği, uyku ilacı kullanımı ve gündüz fonksiyonları açısından anlamlı bir fark olmadığı, uyku bozuklukları ve genel olarak uyku kalitesinde anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar daha önce yapılan bazı araştırmaların sonuçlarını destekler niteliktedir (Roybal vd., 2011). Araştırmanın sonuçları tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarının uyku kalitesi açısından tedavi uyumu olan hastalara göre problemler yaşadığını ortaya koymaktadır. Çalışmamızda tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla olmayanlar arasındaki biyolojik ritimlere bakıldığında, gruplar arasında uyku boyutu, sosyal boyut ve biyoritim toplam puanlarında anlamlı bir fark olduğu, etkinlikler boyutu, yeme alışkanlıkları ve baskın ritim alanlarında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlar daha önce yapılan araştırmaların sonuçlarını destekler niteliktedir (Rosa vd., 2013). Tedavi uyumunun bipolar bozukluk hastalarının uyku kalitesinde ve sosyal ilişkilerinde belirleyici bir faktör olabileceği görülmektedir. Araştırmanın sonuçları, tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarının uykuya dalmakta, uyanmakta problemler yaşadığı, uykuda yeteri kadar dinlenemedikleri, uyku uyanıklık döngülerinin bozulduğunu ortaya koymaktadır. Tedavi uyumunun bipolar bozukluk hastalarının sosyal ilişkilerine olan etkisi ise kişinin etrafındaki bireylerle olan ilişkilerinde problemler, teknolojik aletler yoluyla iletişimin azalması, aile bireylerine gösterilen ilginin azalması olarak ortaya çıkmaktadır. Tedavi uyumu olmayan bireylerin biyoritimlerinde bozulmalar olduğu anlaşılmaktadır. Çalışmamızda tedavi uyumu olan bipolar bozukluk hastalarıyla olmayanlar arasında yaşam kalitesine bakıldığında, gruplar arasında fiziksel fonksiyon, fiziksel rol kısıtlanması, emosyonel rol kısıtlanması, vücut ağrısı, mental sağlık, canlılık, genel sağlık ve yaşam kalitesi açısından anlamlı bir fark olmadığı, sosyal fonksiyonlar açısından anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Araştırmanın sonuçları tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarının sosyal aktivitelere daha az katıldıklarını, yakınlarını ziyaret etme ve etkinliklere katılmada tedavi uyumu olan hastalara göre daha başarısız olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar daha önce yapılan araştırmaların sonuçlarını destekler niteliktedir (Kelleci ve Ata, 2011; Scheurer, Choudry, Swanton, Matlin ve Shrank, 2012). Araştırmamızda tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarının

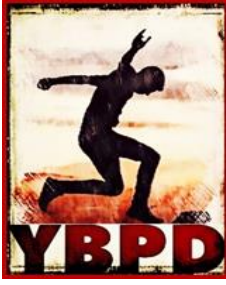
BRDG ve YKÖ sosyal alanlarında tedavi uyumu olan bireylerle kıyaslandığında anlamlı bir biçimde yetersizlikler görölmektedir. Çalışmamızda hastaların PUKÖ, BRDG ve YKÖ toplam puanlarına ait korelasyon incelendiğinde uyku kalitesi ile biyolojik ritim arasında anlamlı ve orta derecede bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak tedavi uyumu olmayan bipolar bozukluk hastalarının uyku kalitesinin düşük olduğu, biyoritimlerinin düzensiz olduğu ve sosyal aktivitelere katılmada problem yaşadıkları ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla araştırmamızda ortaya çıkan bulgular tedavi uyumsuzluğunun bipolar bozukluk tedavisinde çok önemli bir problem olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırmamızda elde ettiğimiz bulgular bipolar bozukluk hastalarının ilaçlarını düzenli almamaları sonucunda uyku kalitelerinin düştüğünü, uyku bozuklukları yaşadıklarını ve uyku uyanıklık düzenlerinin bozulduğu ortaya koymaktadır. Araştırmamızda elde edilen bulgular uyku kalitesiyle biyolojik ritimler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Araştırmamızın sonuçları tedavi uyumunun bipolar bozuklukta hastalığın tedavisi ve kişinin işlevselliğinin artırılmasında önemli bir faktör olduğunu ortaya çıkarmaktadır. Tedaviye uyumda gösterilen bu başarısızlıklar yaptığımız araştırmamızda sonuçlarında göröldüğü gibi uyku bozukluklarına, biyolojik ritmin bozulmasına ve sosyal aktivitelerdeki yetersizliklere neden olmaktadır. Aynı zamanda bipolar bozukluk tedavisinde farmakolojik tedavinin yanı sıra kişinin sosyal aktivitelerindeki artış, çevresinden görödüğü sosyal desteğin bipolar bozukluk dönemleri ve işlevselliğinin artırılmasında önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir. Bu sonuçlar araştırmamızın sonuçlarını destekler niteliktedir. Çalışmamız örneklem büyüklüğü göz önüne alındığında güçlü bir çalışmadır. Özellikle de tedavi uyumunun uyku kalitesine ve biyolojik ritimlere etkisinin araştırıldığı öncül bir çalışma olarak ön plana çıkmaktadır. Araştırmamızda değişkenlerimizle ilgili olarak yalnızca yaşam kalitesiyle ilgili olarak benzer çalışmalarla kıyaslama olanağı bulunmuştur. Ancak bipolar bozuklukta tedavi uyumunun etkisi ile ilgili daha kapsamlı veriler elde edebilmek ve karşılaştırma olanakları oluşturabilmek için bipolar bozuklukta tedavi uyumunun; hastaların uyku kalitesine, biyolojik ritim örüntüsüne ve yaşam kalitesine etkisiyle ilgili daha çok çalışma yapılması gerekmektedir.

Kaynakça

- Ağargün, M.Y., Kara, H., & Anlar, Ö. (1996). Pittsburgh uyku kalitesi indeksi'nin geçerliliği ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, (7), 107-115.
- Akdemir, A., Örsel, S., Dağ, G., Türkçapar, M.H., Özcan, N., & Özbay, H. (1996). Hamilton depresyon derecelendirme ölçeği'nin (HDDÖ) geçerliliği, güvenilirliği ve klinikte kullanımı. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, (4), 251-259.
- Akiskal, H.S., Bourgeois, M.L., Angst, J., Post, R., Möller, H.J., & Hirschfeld, R. (2000). Re-evaluating the prevalence of and diagnostic composition within the broad clinical spectrum of bipolar disorder. *J Affect Disord*, (59), 5-30.
- Aksoy, A. (2013). *Bipolar bozukluğu olan hastalarda ilaç uyumu ve etkileyen bazı faktörlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Angst, J., Gamma, A., Benazzi, F., Ajdacic, V., Eich, D., & Rössler, W. (2003). Toward a re-definition of subthreshold bipolarity: Epidemiology and proposed criteria for bipolar-II, minor bipolar disorder and hypomania. *J Affect Disord*, (73), 133-146.
- Angst, J., & Gamma, A. (2002). A new bipolar spectrum concept: A brief review. *Bipolar Disord*, 4(Suppl.1), 11-14.
- Aydemir, Ö., Akkaya, C., Altınbaş, K., Kora, K., Sücüllüoğlu, D., Akdeniz, F., Kalaycı, F., Oral, E.T., & Vahip, S. (2012). Biyolojik ritim değerlendirme görüşmesinin Türkçe sürümünün güvenilirliği ve geçerliliği. *Anatolian Journal of Psychiatry*, (13), 256-261.
- Bahar, G., Savaş, H.A., Ünal, A., Savaş, E., Kaya, H., & Bahar, A. (2014). Reliability and validity of the morisky medication adherence scale for bipolar mood disorder. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(2), 141-149.
- Bristol-Myers Squibb Company and Otsuka Pharmaceutical Europe. (2011). *Bipolar bozuklukla yaşamayı öğrenmek*. Yardımcı Rehber.
- Bunney, W.E., & Bunney, B.G. (2000). Molecular clock genes in man and lower animals: Possible implications for circadian abnormalities in depression. *Neuropsychopharmacology*, 22(4), 335-345.
- Buyse, D.J., Reynolds, C.F., Monk, T.H., Berman, S.R., & Kupfer, D.J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193-213.
- Buzlu, S. (2004). *Psikiyatri hastalarında ilaç yan etkileri ve ilaç uyumu*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Canbaba, C. (2011). *Psikiyatri kliniğinde ayaktan takipli bipolar bozukluk tanılı ötimik hastalarda ve ailelerinde yaşam kalitelerinin değerlendirilmesi: Sağlıklı kontrollerle karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Colom, F., & Vieta, E. (2012). *Bipolar bozukluğun klinik, tanısall ve terapötik yönleri*. Bipolar Bozuklukta Psikoeğitim El Kitabı. Ankara: BAYT Bilimsel Araştırmalar Basın Yayın ve Tanıtım Ltd. Şti.
- Colom, F., Vieta, E., Tacchi, M.J., Sanchez-Moreno, J., & Scott, J. (2005). Identifying and improving non-adherence in bipolar disorders. *Bipolar Disord*, 7(Suppl 5), 24-31.
- Eser, E. (2006). Sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin kavramsal temelleri ve ölçümü, sağlıkta yaşam kalitesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sağlıkta Birikim Dergisi*, 1(2), 1-5.
- Foster, A., Sheehan, L., & Johns, L. (2011). Promoting treatment adherence in patients with bipolar disorder. *Current Psychiatry*, 10(7), 45.
- Giglio, L.M.F., da Silva Magalhães, P.V., Andreazza, A.C., Walz, J.C., Jakobson, L., Rucci, P., ... & Kapczinski, F. (2009). Development and use of a biological rhythm interview. *Journal of affective disorders*, 118(1), 161-165.

- Giglio, L.M.F., Magalhães, P.V., Andersen, M.L., Walz, J.C., Jakobson, L., & Kapczinski, F. (2010). Circadian preference in bipolar disorder. *Sleep and Breathing*, 14(2), 153-155.
- Hamilton, M. (1960). A rating scale for depression. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 23(1), 56-62.
- Harrow, M., Goldberg, J.F., Grossman, L.S., & Meltzer, H.Y. (1990). Outcome in manic disorders: A naturalistic follow-up study. *Archives of General Psychiatry*, 47(7), 665-671.
- Hong, J., Reed, C., Novick, D., Haro, J.M., & Aguado, J. (2011). Clinical and economic consequences of medication non-adherence in the treatment of patients with a manic/mixed episode of bipolar disorder: Results from the European Mania in Bipolar Longitudinal Evaluation of Medication (EMBLEM) Study. *Psychiatry Research*, 190(1), 110-114.
- Huzmeli, S. (2014). *İki uçlu bozuklukta biyolojik ritim örüntüsü ile uyku kalitesi arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kalaycı, Ş. (2006). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Ankara: Asil Yayınları.
- Karadağ, F., Oral, E.T., Aran Yalçın, F., & Erten, E. (2001). Young mani derecelendirme ölçeğinin Türkiye'de geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 107-114.
- Keck Jr, P.E., McElroy, S.L., Strakowski, S.M., Stanton, S.P., Kizer, D.L., Balistreri, T.M., ... & West, S.A. (1996). Factors associated with pharmacologic noncompliance in patients with mania. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 57(7), 292-297.
- Keck Jr, P.E., McElroy, S.L., Strakowski, S.M., West, S.A., Sax, K.W., Hawkins, J.M., ... & Haggard, P. (1998). 12-Month outcome of patients with bipolar disorder following hospitalization for a manic or mixed episode. *Am J Psychiatry*, 155(5), 646-652.
- Kelleci, E., & Ata, E. (2011). Psikiyatri kliniğinde yatan hastaların ilaç uyumları ve sosyal destekle ilişkisi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(3), 105-110.
- Koçyiğit, H., Aydemir, Ö., Fişek, G., Ölmez, N., & Memiş, A. (1999). Kısa form-36 (KF-36)'nın Türkçe versiyonunun güvenilirliği ve geçerliliği. *İlaç ve Tedavi Dergisi*, 12(2), 102-6.
- Kurdal, E. (2011). *İki uçlu bozukluk hastalarında psikoeğitimin işlevsellik düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Lemmer, B. (2009). Discoveries of rhythms in human biological functions: A historical review. *Chronobiology International*, 26(6), 1019-1068.
- Mahmood, K.T., Khalid, N., & Makhdum, Z. (2010). Adherence to drug therapy in psychiatric patients. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 2(11), 700-703.
- Michalak, E.E., Yatham, L.N., & Lam, R.W. (2005). Quality of life in bipolar disorder: A review of the literature. *Health and Quality of Life Outcomes*, 3(1), 72.
- Michalak, E.E., Yatham, L.N., Kolesar, S., & Lam, R.W. (2006). Bipolar disorder and quality of life: A patient-centered perspective. *Quality of Life Research*, 15(1), 25-37.
- Miklowitz, D. (2011). *The bipolar disorder survival guide* (Second Edition), The Guilford Press.
- Millar, A., Espie, C. A., & Scott, J. (2004). The sleep of remitted bipolar outpatients: A controlled naturalistic study using actigraphy. *Journal of Affective Disorders*, 80(2), 145-153.
- Morisky, D.E., Green, L.W., & Levine, D.M. (1986). Concurrent and predictive validity of a self-reported measure of medication adherence. *Medical care*, 24(1), 67-74.

- Özdemir, Ö. (2007). *Sivas il merkezinde iki uçlu duygudurum bozukluğunun yaygınlığı, eş tanılar ve hastaların yaşam kalitesinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Reinberg, A., Ashkenazi, I. (2003). Concepts in human biological rhythms. *Dialogues Clin Neurosci*, 5(4), 327-342.
- Riley, W., Velligan, D., Sajatovic, M., Valenstein, M., Safren, S., Lewis-Fernandez, R., Weiden, P., & Ogedegbe, G. (2009). Adherence to psychiatric treatments. *CML Psychiatry*, 20(4), 89-96.
- Rosa, A.R., Comes, M., Torrent, C., Solè, B., Reinares, M., Pachiarotti, I., ... & Vieta, E. (2013). Biological rhythm disturbance in remitted bipolar patients. *International Journal of Bipolar Disorders*, 1(1), 6.
- Roybal, D.J., Chang, K.D., Chen, M.C., Howe, M.E., Gotlib, I.H., & Singh, M.K. (2011). Characterization and factors associated with sleep quality in adolescents with bipolar I disorder. *Child Psychiatry & Human Development*, 42(6), 724-740.
- Sajatovic, M., Chen, P., Dines, P., & Shirley, E.R. (2007). Psychoeducational approaches to medication adherence in patients with bipolar disorder. *Dis Mofioqe Health Outcomes*, 15(3), 181-192.
- Scheurer, D., Choudry, N., Swanton, K.A., Matlin, O., & Shrank, W. (2012). Association between different types of social support and medication adherence. *Am J Manag Care*, 18(12), 461-467.
- Schulz, P., Steimer, T. (2009). Neurobiology of circadian systems. *CNS Drugs*, 23(Suppl 2), 3-13.
- Selvi, Y., Beşiroğlu, L., & Aydın, A. (2011). Kronobiyoloji ve duygudurum bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 368-386.
- Shen, G.H., Alloy, L.B., Abramson, L.Y., & Sylvia, L.G. (2008). Social rhythm regularity and the onset of affective episodes in bipolar spectrum individuals. *Bipolar disorders*, 10(4), 520-529.
- Sierra, P., Livianos, L., & Rojo, L. (2005). Quality of life for patients with bipolar disorder: Relationship with clinical and demographic variables. *Bipolar Disorders*, 7(2), 159-165.
- Svarstad, B.L., Shireman, T.I., & Sweeney, J.K. (2001). Using drug claims data to assess the relationship of medication adherence with hospitalization and costs. *Psychiatric Services*, 52(6), 805-811.
- Şenel, F. (2008). Biyolojik saat. *Bilim ve Teknik*. (Aralık), 67.
- Topçuğlu, V. (2011). *Farmakoterapi ile psikoterapinin birleştirilmesinde yetkinlik*, BAYT Bilimsel Araştırmalar Basın Yayın ve Tanıtım Ltd. Şti. Ankara.
- Üçok, A. (2011). Şizofreni tedavisinde karşılaşılan güçlükler. *Kronik Ruhsal Hastalıklarda Tedavi İşbirliği*, (1), 7-8.
- Üstün, Y., Çınar, Ş. (2009). Hemşirelerin uyku kalitesinin incelenmesi. *Uluslararası Katılımlı 12. Ulusal Hemşirelik Kongresi*. 20-24 Ekim 2009, Sivas Poster Bildiri.
- Ware, J.E., & Sherbourne, D.C. (1992). The MOS 36 item short form health survey (SF 36). *Medical Care*, (30), 473-83.
- Yılmaz, S. (2004). *Psikiyatri hastalarında ilaç yan etkileri ve ilaç uyumu*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Young, R.C., Biggs, J.T., Ziegler, V.E., & Meyer, D.A. (1978). A rating scale for mania: Reliability, validity and sensitivity. *The British Journal of Psychiatry*, 133(5), 429-435.
- Yüksel, N. (2010). *Temel psikofarmakoloji* (1. Baskı). Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği Bilimsel Çalışma Birimleri Dizisi No: 11.



ARAŞTIRMA MAKALESİ / RESEARCH ARTICLE

EVLİLİK OLGUNLUK ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ

Muhammed YILDIZ (*)

İstanbul Üniversitesi

ORCID: 0000-0002-0760-2333

ÖZ

Bu çalışmada bireylerin evliliğe hazır olup olmadıklarını test etmek amacıyla hazırlanan Evlilik Olgunluk Ölçeğinin geçerlik, güvenilirlik ve madde analizi çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin geliştirilme çalışmaları, bekâr bireylerden oluşan 623 kişi üzerinde yürütülmüştür. Ölçeğin geçerlik çalışmalarında açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt bağımlı geçerlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Yapılan faktör analizinde ölçeğin dört boyutlu olduğu saptanmıştır. Ölçekteki dört faktör toplam varyansın %60.91'ini açıklamaktadır. Ölçekte yer alan maddelerin faktör yük değerleri 0.42 ile 0.86 arasında değişmektedir. Ölçüt bağımlı geçerlik çalışmalarında İnönü Evlilik Tutum Ölçeği kullanılmıştır. İki ölçeğin korelasyon değeri $r=0.72$ ($p=0.000$) anlamlı bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarının tamamının, toplam ölçekle anlamlı bir korelasyona sahip olduğu saptanmıştır. Ölçeğin birinci boyutunun cronbach alpha değeri 0.85, ikinci boyutunun cronbach alpha değeri 0.68, üçüncü boyutunun cronbach alpha değeri 0.80, dördüncü boyutunun cronbach alpha değeri 0.91 ve toplam ölçeğin cronbach alpha değeri 0.90 olarak belirlenmiştir. Test tekrar test sonuçları $r=0.70$, ($p=0.000$) anlamlı bulunmuştur. Madde analizi çalışmalarında alt %27'lik grupta, üst % 27'lik gruptaki bireylerin, tüm maddelerde anlamlı bir biçimde ($p=0.000$) ayrıştığı ortaya konmuştur. Ölçekte yer alan maddelerin madde toplam korelasyon değeri 0.40 ile 0.63 arasında çıkmıştır. Yapılan değerlendirmeler sonucunda Evlilik Olgunluk Ölçeğinin, bekâr bireylerin evlilik olgunluklarını ölçmede, geçerli ve güvenilir bir araç olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Evlilik, Olgunluk, Ölçek Geliştirme

THE DEVELOPMENT OF MARITAL MATURITY SCALE

ABSTRACT

In this study, validity, reliability and item analysis studies of the Marital Maturity Scale prepared to test whether individuals are ready for marriage have been done. Studies of the development of the scale were made on 623 individuals, consisting of single adults. In the validity studies of the scale, explanatory and confirmatory factor analyses and criterion related validity studies were performed. Factor analysis revealed that the scale had four dimensions. The four factors in the measurement account for 60.91% of the total variance. The factor loadings of the items in the scale range from 0.42 to 0.86. Inonu Marriage Attitude Scale was used in the criterion related validity studies. Correlation value of the two scales $r=0.72$ ($p=0.000$) was found significant. It was determined that the subscales of the scale had a significant correlation with the total scale. The cronbach alpha value of the first dimension of the scale was 0.85, the cronbach alpha value of the second dimension of the scale was 0.68, the cronbach alpha value of the third dimension of the scale was 0.80, the cronbach alpha value of the fourth dimension of the scale was 0.91 and the cronbach alpha value of the total scale was 0.90. Test retest results $r=0.70$, ($p=0.000$) were found significant. In the item analysis studies, it was revealed that in the lower 27% group, the individuals in the upper 27% group were significantly different in all items ($p=0.000$). The item total correlation value of the items in the scale was between 0.40 and 0.63. As a result of the assessments, it was concluded that the Marital Maturity Scale was a reliable and valid instrument to measure marital maturity of single adults.

Key Words

Marital, Maturity, Scale Development

(*) Uzm.Psk.Dan., İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Doktora Öğrencisi, e-mail: muhammed.yildiz@ogr.iu.edu.tr

Alıntılama: Yıldız, M. (2017). Evlilik olgunluk ölçeğinin geliştirilmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(1), 24-34.

Giriş

İnsanın maddi manevi ihtiyaçlarını karşılayabileceği en doğal kaynak ailesidir. Kişinin hayatında doyum elde etmesi, işlevlerini etkin bir biçimde yerine getirmesi, içinde bulunduğu topluma uyum sağlaması, ailede gerçekleşmektedir (Nazlı, 2001). Evlilik ise ailenin meydana getirilmesinde etkili bir yoldur (Öztürk ve Arkar, 2014). Evlilik kişinin benliğini bir başkasının benliğiyle birleştirmesine olanaklar sağlayan, bireyin kişiliğinin gelişmesini sağlayan ve mutlu bir birey olmasına olanak kılan bir kurumdur (Fowers, 1993). Bir diğer tanımda evlilik, eşlerin arasında fikir birliğinin söz konusu olduğu, çiftler arasında doğru ve güven üzerine temellenmiş bir ilişkinin var olduğu, çiftlerin kendilerini doğal bir biçimde ifade ettiği, bireylerin kendi kişisel farklılıklarını ortaya koyabildiği bir sistem olarak tarif edilmektedir (Hansen ve L'Abate, 1982). Evliliğin bireylerin yaşamında birçok pozitif katkısı bulunmaktadır. Evlilik bireylerin yaşamını uzatmakta, ruhsal ve fizyolojik varlıklarını korumakta, yaşamdan elde ettikleri sevinç ve mutluluğu artırmaktadır (Glenn, 1990). İnsanlar birçok nedenden dolayı evlilik sürecine girmektedir. Bireyleri evlilik sürecine götüren en önemli nedenler arasında bireylerin duygusal ve sosyal gereksinimlerini karşılama amaçları bulunmaktadır (Kalkan ve Ersanlı, 2008).

Bireyin evliliğinin, yaşadığı dünyada maddi ve manevi doyum elde etmesi, yaşam içerisinde kendisinden beklenen görevlerini dosdoğru bir biçimde yerine getirmesi ve yaşamını sürdürdüğü sosyal ve fiziki çevreye uyum sağlaması ve çevresine faydalı bir birey olması açılarından çok ciddi payı bulunmaktadır (Çelik, 2006). Tabi ki burada tarif edilen evlilik türü uyumlu evliliklerdir. Uyumlu evlilikte fertler birbirleriyle etkileşmekte, evlilik ve aileyle alakalı konularda tam bir uyum içinde olmakta ve aile içinde oluşan ya da oluşabilecek problemleri etkin bir biçimde çözebilmektedirler (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpkan, 2005). Mutlu evliliğin olmazsa olmazı olan eşler arasındaki bu uyum, evlilik ilişkisindeki diğer alanları da etkileyebilecek bir öneme sahiptir. İlerleyen dönemlerde fertler arasında bir denge kurulmakta, kurulan bu dengeler evliliğin devam etmesinde ya da bozulmasında etkin bir rol oynamaktadır (Gülsün, Ak ve Bozkurt, 2009). Bu uyumun sağlanmasında kuşkusuz ilk akla gelen faktörlerden biri empatidir. Evlilikte empatik bakış açısıyla ilgili yapılan bir çalışmada yaşanan olaylara eşin perspektifinden bakmanın evlilik sürecinde ortaya çıkan stresleri azaltmada önemli bir faktör olduğu saptanmıştır (Franzoi, Davis ve Young, 1985). Bireyin hayatında bu kadar büyük bir öneme sahip olan evlilik süreci mutlaka ciddi olarak hazırlanması gereken, birtakım yetkinliklerin artırılmasını gerektiren bir süreçtir. Birey evlilik sürecinden önce psikolojik, toplumsal, ekonomik ve fizyolojik anlamda evliliğe tam olarak hazır olup olmadığını değerlendirmelidir. Evlilik öncesinde bireyler hem kendilerinin hem de evlenecekleri adayların kişisel özelliklerini, hayattan beklentilerini, nasıl bir insan olduğunu tam anlamıyla anlamaya gayret etmelidirler (Kalkan ve Ersanlı, 2008).

Bireyler eş seçimi süreçlerinde sıklıkla kendilerinden daha çok, evlenecekleri kişinin nasıl bir birey olduğuna önem vermektedirler. Çok az birey, partnerinden çok kendi kişisel özelliklerini tanımaya, kendini anlamaya, evlilik ilişkisinden ne beklediğini açığa çıkarmaya önem vermektedir (Haskan Avcı, 2013). Ancak bu durum ileride evlilikte birtakım problemleri ve hoşnutsuzlukları beraberinde getirmektedir. Evlilik hoşnutsuzluğu evli çiftler arasında birtakım ilişkisel sorunların ortaya çıkmasına neden olabilir. Bununla beraber yaşanan hoşnutsuzluk, evli çiftlerin evlilikten aldıkları doyumunu azaltabilir ve çiftlerin uyumlarını azaltarak mutsuz bir evliliğe neden olabilir ya da ileride boşanma ile neticelenebilir (Çelik, 2013). Dolayısıyla bireylerin evlilik süreçlerine ne oranda hazır olduklarını ölçecek, bu anlamda bireylerin kendilerini sağlıklı bir biçimde tanıyacakları ölçme araçlarına ihtiyaç vardır. Bireyler içerisinde büyüdükleri aile içinde elde ettikleri deneyimler yoluyla, kendilerinde oluşan toplumsal kimlik sayesinde ve mevcut dünya şartları yoluyla, nasıl bir evlilik istediklerini, evlilikten beklentilerini ve evlilikle ilgili tutumlarını oluştururlar (Blagojevic, 1989). Bu nedenle bireylerin evlilikten beklentilerini doğru tespit etmek öncelikle bireyin kendisini doğru tanımasıyla mümkündür. Araştırmacılar, bireylerin evlilik süreçlerinde ortaya çıkan sorunları çözüme ve evliliklerini sürdürmelerinde, kendilerini evlilik ilişkisinde ne oranda yetkin bulduklarının önemi vurgulamaktadırlar (Güngör ve Özbay, 2008). Dolayısıyla bireylerin sağlıklı bir evlilik

yapabilmeleri için evlilik öncesi yetkinliklerinin saptanması, bireylerin problemleri alanlarla ilgili yetkinliklerini artırmak için çalışmaların yapılması gerekmektedir.

Çalışmamızda bireylerin evliliğe ne oranda hazır olup olmadıklarını tespit etmeye dönük olarak Evlilik Olgunluk Ölçeğinin geliştirilmesi amaçlanmıştır, ölçeğin geçerlik, güvenilirlik ve madde analizi çalışmaları yapılmıştır. Girişten sonraki bölümde araştırmanın yöntemi, ikinci bölümde bulgular ve en son bölümde ise tartışma ve sonuç kısmı yer almaktadır. Makalenin Ek-1 kısmında ise 19 madde ve dört boyuttan oluşan Evlilik Olgunluk Ölçeği yer almaktadır.

Yöntem

Örneklem

Araştırma 623 kişiyle gerçekleştirilmiştir. Bireylerin demografik özelliklerine bakıldığında 38 kişi 22 yaşında (%6.1), 85 kişi 23 yaşında (%13.6), 119 kişi 24 yaşında (%19.1), 78 kişi 25 yaşında (%12.5), 109 kişi 26 yaşında (%17.5), 28 kişi 27 yaşında (%4.5), 26 kişi 28 yaşında (%4.2), 21 kişi 29 yaşında (%3.4), 43 kişi 31 yaşında (%6.9), 14 kişi 32 yaşında (%2.2), 44 kişi 33 yaşında (%7.1), 18 kişi 34 yaşındadır (%2.9). Bireylerin 333'ü erkek (%53.5), 290'ı kızdır (%46.5). Bireylerin eğitim düzeylerine bakıldığında, 142 kişi ortaokul mezunu (%22.8), 197 kişi lise mezunu (%31.6), 221 kişi lisans mezunu (%35.5), 58 kişi master mezunu (%9.3), 5 kişi ise doktora mezunudur (%0.8). Bireylerin çalışma durumlarına bakıldığında 283 kişi bir işte çalışıyor (%45.4), 340 kişi ise bir işte çalışmıyor (%54.6).

Madde Yazımı

Ölçeğin geliştirilme aşamalarında Psikolojik Danışma ve Rehberlik ve Psikoloji alanından en az doktora düzeyine sahip 6 uzman ve aile terapisi alanında en az yüksek lisans derecesine sahip 9 uzmandan oluşan 15 kişilik bir heyet oluşturulmuştur. Ölçekte yer alan maddeleri tespit etmek için ilgili literatür incelenmiş, yapılan çalışmalarda ölçekte yer alması için 47 madde ortaya konmuştur. Ayrıca söz konusu uzmanlarla içerik geçerliği çalışmaları yapılmıştır. İçerik geçerliği ölçeğin ölçmek istediklerini ölçebilmesidir ve buna o alanın uzmanları da karar verebilmektedir (Balci, 2015). Ayrıca ölçme ve değerlendirme alanında en az doktora düzeyinde bulunan 6 kişilik bir heyet tarafından maddeler incelenmiştir. Yapılan çalışmalar sonucunda ölçekte yer alan madde sayısı 33'e indirilmiştir. 33 maddeden oluşan bir deneme formu 121 bireye uygulanmış, maddelerin anlaşılabilirliği konusunda inceleme yapılmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda 19 maddeden oluşan bir form oluşturulmuştur.

İşlem

Örneklem büyüklüğü ile ilgili olarak literatüre baktığımızda Tavşancıl (2002) ölçek geliştirme veya uyarlama çalışmalarında örneklemin, ölçekte yer alan madde sayısının minimum beş ya da on katı bir büyüklüğe sahip olması zorunluluğunu belirtmiştir. Bizim çalışmamızda madde sayısı 19'dur. Örneklem büyüklüğünün en az 190 olması gerekir. Ön işlemler bittikten sonra ölçek 623 kişiye uygulanmıştır. Bu veriler çalışmamızın örneklem büyüklüğü açısından oldukça yeterli olduğunu göstermektedir. Uygulama işlemlerinin bitmesinin ardından ölçeğin Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Uyum Ölçüsü ve Bartlett Küresellik Testi yapılmış, yeterliliklerin karşılandığı görüldükten sonra geçerlilik çalışmalarına başlanmıştır.

Ölçeğin yapı geçerliliği, açıklayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yöntemleriyle yapılmıştır. Yapılan faktör analizinde scree plot grafiği incelenmiş ve ölçeğin dört boyutlu olduğu saptanmıştır. Ardından doğrulayıcı faktör analizine geçilmiştir. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları kapsamında Bayoğlu ve Atli (2014) tarafından geliştirilmiş İnönü Evlilik Tutum Ölçeği kullanılmış ve iki ölçek arasındaki ilişkiye Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısıyla bakılmıştır. Ardından ölçekte yer alan alt boyutların birbirleriyle ve toplam ölçekle korelasyonuna Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısıyla bakılmıştır. Daha sonra güvenilirlik çalışmalarına geçilmiştir. Bu kapsamda iç tutarlılık katsayılarına bakılmış ve test tekrar test uygulaması Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısıyla yapılmıştır. En son madde analizi yapılmış, bu kapsamda alt üst %27'lik gruptaki bireylerin puanlarının farkına t-testi ile bakılmıştır. Ayrıca madde toplam korelasyon değerleri incelenmiştir. Çalışmamızda anlamlılık değeri $p < 0.05$ alınmıştır.

Ölçme Araçları

İnönü Evlilik Tutum Ölçeği: Bayoğlu ve Atli (2014) tarafından genç yetişkinlerin evlilikle ilgili tutumlarını ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilme çalışmaları 696 üniversite öğrencisiyle yapılmıştır. Yapılan geçerlik çalışmaları sonucunda ölçeğin tek boyutlu olduğu ortaya konmuştur. İnönü Evlilik Tutum Ölçeğinin güvenirlik değerleri 0.87 ve 0.90 arasındadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.90 bulunmuştur. Ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. Cevaplama biçimi 5’li likert türüdür.

Bulgular

Tablo 1. KMO ve Bartlett testi sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Uyum Ölçüsü		0.893
	X ²	5454.983
Bartlett Küresellik Testi	sd	171
	p	0.000***

(*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001)

Tablo 1’e göre ölçeğin KMO değeri 0.893 çıkarken, Bartlett küresellik testi sonucu (p=0.000<0.05) anlamlı bulunmuştur. Bu veriler Pullant’ın (2001) kriterlerine göre, ölçeğin faktör analizine uygun olduğunu göstermiştir. İşlemin ardından faktör analizi çalışmaları yapılmıştır.

Tablo 2. Maddelerin açıkladığı varyans (ölçme değerleri)

Maddelerin Açıkladığı Varyans (Ölçme Değerleri)	
1.Kendi duygularımın farkındayım ve hayattan ne istediğimi biliyorum.	0.581
2.Eşim olacak kişinin duygularını anlayabilirim ve ona yardımcı olabilirim.	0.494
3.Yaşamım boyunca duygusal problemlerimle etkin bir biçimde mücadele ettim.	0.582
4.Evleneceğim kişiyle aramızda oluşabilecek problemleri iletişim yoluyla çözebilirim.	0.439
5.Evlilik süreci boyunca birtakım krizlerle karşılaşacağımı biliyorum.	0.605
6.Yaşadığım problemleri tek başına değil, yardım alarak çözme eğilimindeyim.	0.683
7.Evlilikle ilgili maddi yeterliliğe sahibim.	0.583
8.Evliliğin devamında oluşabilecek maddi problemlerle baş edebilirim.	0.539
9.Çocukların dünyaya gelmeleriyle üzerimdeki maddi yükün artacağını biliyorum.	0.429
10.Ekonomik kararları eşim olacak kişinin görüşlerini alarak vereceğimi düşünüyorum.	0.566
11.Eşim olacak kişinin bir sosyal çevresi olduğunu ve benim onlara saygı duymam gerektiğini düşünüyorum.	0.655
12. Eşim olacak kişinin bir ailesi olduğunu, evlilik sürecinde onların benim ailem olacağını düşünüyorum.	0.518
13.Ailemle birlikte sosyal aktivitelere katılabilir, güzel vakit geçirebilirim.	0.600
14.Kendi ailem ve eşim olacak kişinin ailesi arasında oluşabilecek problemlerle baş edebilirim.	0.507
15. Bedenimde evliliğime engel olabilecek bir biyolojik etken bulunmamaktadır.	0.825
16.Kendi arkadaş çevrem ve aileme zaman ayırma konusunu sağlıklı bir biçimde gerçekleştirebilirim.	0.601
17.Eşim olacak kişinin ve ileride doğacak çocuklarımın birtakım sorumlulukları olacaktır.	0.647
18. Evlilikte cinselliğimi olumsuz yönde etkileyecek bir sağlık problemi ya da psikolojik problem olduğunu düşünmüyorum.	0.854
19.Bedenim ve sağlığımla ilgili farkındalığa sahibim.	0.867

Tablo 2’ye göre ölçekte yer alan maddelerin açıkladıkları varyans değerleri 0.42 ile 0.86 arasında değişmektedir.

Tablo 3. Ölçekte yer alan faktörlerin öz değerleri ve açıkladıkları varyans

Faktör	Özdeğer	Varyansın Yüzdesi	Kümülatif
1	6.903	36.330	36.330
2	1.900	9.999	46.329
3	1.460	7.683	54.011
4	1.311	6.899	60.911

Tablo 3'e göre birinci boyutun özdeğeri 6.903, açıkladığı varyans % 36.33, ikinci boyutun özdeğeri 1.900, açıkladığı varyans % 9.99, üçüncü boyutun özdeğeri 1.460, açıkladığı varyans % 7.68, dördüncü boyutun özdeğeri 1.311, açıkladığı varyans % 6.89, ölçeğin tamamının açıkladığı varyans % 60.91 bulunmuştur. Ölçeğimizde açıklanan varyans yüksek çıkmıştır. Açıklanan varyans oranının yüksekliği, ölçeğin ölçtüğü kavram ya da yapıyı çok iyi ölçtüğünün göstergesidir (Büyüköztürk, 2017).

Tablo 4. Maddelerin faktör yük değerleri

Faktörler	Maddeler	Faktör Yük Değerleri
Duygusal Boyut	1.Kendi duygularımın farkındayım ve hayattan ne istediğimi biliyorum.	0.601
	2.Eşim olacak kişinin duygularını anlayabilirim ve ona yardımcı olabilirim.	0.641
	3.Yaşamım boyunca duygusal problemlerimle etkin bir biçimde mücadele ettim.	0.682
	4.Evleneceğim kişiyle aramızda oluşabilecek problemleri iletişim yoluyla çözebilirim.	0.542
	5.Evlilik süreci boyunca birtakım krizlerle karşılaşacağımı biliyorum.	0.656
	6.Yaşadığım problemleri tek başına değil, yardım alarak çözmeye eğilimindeyim.	0.743
	17.Eşim olacak kişinin ve ileride doğacak çocuklarımın birtakım sorumlulukları olacaktır.	0.754
Ekonomik Boyut	7.Evlilikle ilgili maddi yeterliliğe sahibim.	0.650
	8.Evliliğin devamında oluşabilecek maddi problemlerle baş edebilirim.	0.693
	9.Çocukların dünyaya gelmeleriyle üzerimdeki maddi yükün artacağını biliyorum.	0.547
	10.Ekonomik kararları eşim olacak kişinin görüşlerini alarak vereceğimi düşünüyorum.	0.728
Toplumsal Boyut	11.Eşim olacak kişinin bir sosyal çevresi olduğunu ve benim onlara saygı duymam gerektiğini düşünüyorum.	0.749
	12. Eşim olacak kişinin bir ailesi olduğunu, evlilik sürecinde onlarında benim ailem olacağını düşünüyorum.	0.676
	13.Ailemle birlikte sosyal aktivitelere katılabilir, güzel vakit geçirebilirim.	0.684
	14.Kendi ailem ve eşim olacak kişinin ailesi arasında oluşabilecek problemlerle baş edebilirim.	0.580
	16.Kendi arkadaş çevreme ve aileme zaman ayırma konusunu sağlıklı bir biçimde gerçekleştirebilirim.	0.655
Biyolojik Boyut	15. Bedenimde evliliğime engel olabilecek bir biyolojik etken bulunmamaktadır.	0.860
	18. Evlilikte cinselliğimi olumsuz yönde etkileyecek bir sağlık problemi ya da psikolojik problem olduğunu düşünmüyorum.	0.885
	19.Bedenim ve sağlığımla ilgili farkındalığa sahibim.	0.888

Tablo 4'te maddelerin faktör yük değerleri verilmiştir. Duygusal boyutta yer alan maddeler; 1,2,3,4,5,6,17, ekonomik boyutta yer alan maddeler; 7,8,9,10, toplumsal boyutta yer alan maddeler; 11,12,13,14,16, biyolojik boyutta yer alan maddeler; 15,18,19'dur.

Tablo 5. Doğrulayıcı faktör analizi

Evlilik Olgunluk Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonucu	
X ²	195.51
sd	133
X ² /sd	1.47
RMSEA	0.03
NFI	0.98
CFI	0.98
IFI	0.92
RFI	0.93
SRMR	0.03
GFI	0.97
AGFI	0.93

Evlilik olgunluk ölçeğinin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum indeksleri incelendiğinde $\chi^2=195.51$ ($sd=133$, $p=0.000$), $X^2/sd= 1.47$, $RMSEA= 0.03$, $NFI= 0.98$, $CFI= 0.98$, $IFI= 0.92$, $RFI= 0.93$, $SRMR= 0.03$, $GFI=0.97$, $AGFI= 0.93$ bulunmuştur. Schermelleh-Engel ve Moosbrugger, (2003) ile Büyüköztürk, Akgün, Kahveci ve Demirel (2004) tarafından belirtilen kriterlere göre doğrulayıcı faktör analizinde ortaya konan verilerle modelin iyi uyum gösterdiği söylenebilir.

Tablo 6. Ölçüt bağıntılı geçerlik

Değişkenler	N	1	2
1. Evlilik Olgunluk Ölçeği	109	1	
2. İnönü Evlilik Tutum Ölçeği	109	0.72***	1

(* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$)

Ölçeğin geçerlik çalışmaları kapsamında, Bayoğlu ve Atli (2014)'nin geliştirdiği İnönü Evlilik Tutum Ölçeği kullanılmış, Evlilik Olgunluk Ölçeğiyle, İnönü Evlilik Tutum Ölçeği arasında anlamlı ve yüksek düzeyde bir ilişki ($r=0.72$, $p=0.000<0.05$) bulunmuştur.

Tablo 7. Alt boyutların birbiriyle ve toplam ölçekle korelasyonu

Değişkenler	1	2	3	4	5
1. Birinci Faktör	1				
2. İkinci Faktör	0.581***	1			
3. Üçüncü Faktör	0.502***	0.477***	1		
4. Dördüncü Faktör	0.434***	0.463***	0.290***	1	
5. Toplam	0.873***	0.821***	0.702***	0.664***	1

(* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$)

Ölçekte yer alan alt boyutların birbirleriyle ve toplam ölçekle ilişkisine bakılmış, ölçeğin tüm boyutlarının hem birbirleriyle hem de ölçeğin bütünüyle ($p=0.000<0.05$) anlamlı bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8. İç tutarlılık katsayıları

Faktör	Madde	Cronbach's Alpha
Duygusal Boyut	1,2,3,4,5,6,17	0.85
Ekonomik Boyut	7,8,9,10	0.68
Toplumsal Boyut	11,12,13,14,16	0.80
Biyolojik Boyut	15,18,19	0.91
Toplam		0.90

Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları kapsamında iç tutarlılık katsayılarına bakılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları 0.68 ile 0.91 arasında değişmektedir. Ölçeğin tamamına ilişkin iç tutarlılık katsayısı ise 0.90 bulunmuştur. Ölçek geliştirme çalışmalarında güvenilirlik aralıklarına bakıldığında, ekonomik boyuta ait iç tutarlılık katsayısı $0.60 \leq \alpha \leq 0.80$ olduğu için oldukça güvenilir, ölçeğin duygusal boyutuna,

toplumsal boyutuna ve biyolojik boyutuna ait iç tutarlılık katsayısı $0.80 \leq \alpha \leq 1.00$ aralığında olduğu için yüksek derecede güvenilir ve ölçeğin tamamına ait iç tutarlılık katsayısı $0.80 \leq \alpha \leq 1.00$ aralığında olduğu için EÖÖ yüksek derecede güvenilir bir ölçme aracıdır (Özdamar, 1999).

Tablo 9. Test tekrar test sonuçları

Değişkenler	N	1	2
1.İlk Test	109	1	
2.İkinci Test	109	0.70***	1

(*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001)

Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları kapsamında test tekrar test çalışmaları yapılmış, altı hafta arayla yapılan iki uygulamanın korelasyonu ($r=0.70$, $p=0.000<0.05$) anlamlı bulunmuştur. Bu korelasyon değeri Tavşancıl (2002)'in kriterlerine göre kabul edilebilir aralıktadır.

Tablo 10. Alt ve üst %27'lik gruplardaki bireylerin puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin t-testi sonuçları

Madde	Grup	N	\bar{X}	t	p
Madde1	Alt%27	168	3.12	-20.120	0.000***
	Üst%27	168	5.66		
Madde2	Alt%27	168	3.39	-15.907	0.000***
	Üst%27	168	5.56		
Madde3	Alt%27	168	3.43	-20.077	0.000***
	Üst%27	168	5.74		
Madde4	Alt%27	168	3.47	-18.412	0.000***
	Üst%27	168	5.70		
Madde5	Alt%27	168	3.61	-19.667	0.000***
	Üst%27	168	5.80		
Madde6	Alt%27	168	3.38	-17.178	0.000***
	Üst%27	168	5.58		
Madde7	Alt%27	168	3.63	-14.001	0.000***
	Üst%27	168	5.40		
Madde8	Alt%27	168	3.89	-13.273	0.000***
	Üst%27	168	5.60		
Madde9	Alt%27	168	3.61	-14.231	0.000***
	Üst%27	168	5.52		
Madde10	Alt%27	168	3.98	-13.122	0.000***
	Üst%27	168	5.61		
Madde11	Alt%27	168	3.53	-15.938	0.000***
	Üst%27	168	5.56		
Madde12	Alt%27	168	3.32	-16.513	0.000***
	Üst%27	168	5.49		
Madde13	Alt%27	168	3.42	-18.179	0.000***
	Üst%27	168	5.65		
Madde14	Alt%27	168	3.57	-16.146	0.000***
	Üst%27	168	5.65		
Madde15	Alt%27	168	3.60	-14.158	0.000***
	Üst%27	168	5.54		
Madde16	Alt%27	168	3.60	-18.746	0.000***
	Üst%27	168	5.81		
Madde17	Alt%27	168	3.32	-20.107	0.000***
	Üst%27	168	5.67		

Madde18	Alt%27	168	3.70	-14.187	0.000***
	Üst%27	168	5.62		
Madde19	Alt%27	168	3.68	-13.847	0.000***
	Üst%27	168	5.54		

(*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001)

Madde analizi çalışmalarında ölçeğin alt gruptaki %27'lik dilimdeki bireylerle, üst gruptaki %27'lik bireyleri ayırıp ayırmadığı analiz edilmiştir. Sonuçlara göre ölçek söz konusu iki grubu tüm maddelerde ($p=0.000<0.05$) anlamlı bir biçimde ayırmıştır. Bu durum testin iç tutarlılığının bir kanıtıdır ve bireyleri ölçülen davranış açısından ayırt ettiğini ortaya koymaktadır (Büyüköztürk, 2017).

Tablo 11. Madde-toplam korelasyonları

Madde Toplam Korelasyonu	
1.Kendi duygularımın farkındayım ve hayattan ne istediğimi biliyorum.	0.582
2.Eşim olacak kişinin duygularını anlayabilirim ve ona yardımcı olabilirim.	0.522
3.Yaşamım boyunca duygusal problemlerimle etkin bir biçimde mücadele ettim.	0.625
4.Evleneceğim kişiyle aramızda oluşabilecek problemleri iletişim yoluyla çözebilirim.	0.571
5.Evlilik süreci boyunca birtakım krizlerle karşılaşacağımı biliyorum.	0.590
6.Yaşadığım problemleri tek başına değil, yardım alarak çözmeye eğilimindeyim.	0.535
7.Evlilikle ilgili maddi yeterliliğe sahibim.	0.449
8.Evliliğin devamında oluşabilecek maddi problemlerle baş edebilirim.	0.431
9.Çocukların dünyaya gelmeleriyle üzerimdeki maddi yükün artacağını biliyorum.	0.456
10.Ekonomik kararları eşim olacak kişinin görüşlerini alarak vereceğimi düşünüyorum.	0.404
11.Eşim olacak kişinin bir sosyal çevresi olduğunu ve benim onlara saygı duymam gerektiğini düşünüyorum.	0.527
12. Eşim olacak kişinin bir ailesi olduğunu, evlilik sürecinde onlarında benim ailem olacağını düşünüyorum.	0.507
13.Ailemle birlikte sosyal aktivitelere katılabilir, güzel vakit geçirebilirim.	0.579
14.Kendi ailem ve eşim olacak kişinin ailesi arasında oluşabilecek problemlerle baş edebilirim.	0.550
15. Bedenimde evliliğime engel olabilecek bir biyolojik etken bulunmamaktadır.	0.559
16.Kendi arkadaş çevreme ve aileme zaman ayırma konusunu sağlıklı bir biçimde gerçekleştirebilirim.	0.629
17.Eşim olacak kişinin ve ileride doğacak çocuklarımla birtakım sorumlulukları olacaktır.	0.618
18. Evlilikte cinselliğimi olumsuz yönde etkileyecek bir sağlık problemi ya da psikolojik problem olduğunu düşünmüyorum.	0.544
19.Bedenim ve sağlığımla ilgili farkındalığa sahibim.	0.565

Madde analizi çalışmaları kapsamında ölçekte yer alan maddelerin madde toplam korelasyonlarına bakılmış, ölçekte yer alan maddelerin madde toplam korelasyon değerleri 0.40 ile 0.63 arasında tespit edilmiştir. Ölçeğin tüm maddelerinin madde toplam korelasyon değerleri $0.40 \leq r$ olduğu için, bu maddeler çok iyi madde olarak kabul edilebilir sınırlardadır (Büyüköztürk, 2002).

Tartışma ve Sonuç

Evlilik Olgunluk Ölçeği, evliliğe hazırlanan bireylerin, evliliğe ne kadar uygun olduklarını belirlemek, bu süreçte meydana gelebilecek krizlerle ne oranda baş edebileceklerini tespit etmek amacıyla geliştirilen bir ölçme aracıdır. Ölçeğin geçerlik çalışmaları kapsamında, kapsam geçerliği çalışmaları yapılmış, yapı geçerliği açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analiziyle yapılmış, ölçüt geçerliği ise Bayoğlu ve Atli (2014) tarafından geliştirilen İnönü Evlilik Tutum Ölçeğiyle belirlenmiştir. Evlilik Olgunluk Ölçeği, İnönü Evlilik Tutum Ölçeğiyle yüksek oranda ve anlamlı bir ilişki göstermiştir. Ölçeğin alt boyutlarının, diğer alt boyutlar ve genel ölçekle korelasyonuna bakılmış, anlamlı bir ilişki ortaya konmuştur. Ölçek toplamda 19 maddeden ve dört boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutların isimleri, duygusal boyut (1,2,3,4,5,6,17), ekonomik boyut (7,8,9,10), toplumsal boyut (11,12,13,14,16), ve biyolojik boyuttur (15,18,19). Ölçekte yer alan maddelerin varyans değerleri 0.42 ile 0.86 arasında değişmektedir. Ölçeğin tamamının açıkladığı varyans % 60.91'dir. Açımlayıcı faktör analizinde ortaya çıkan bulgular doğrulayıcı faktör analiziyle test edilmiş, dört boyutlu yapının geçerli bir model olduğu ortaya konmuştur.

Ölçeğin güvenirlik çalışmalarında, iç tutarlılık katsayıları ve test tekrar test yöntemi kullanılmıştır. Yapılan çalışmalarda iç tutarlılık katsayıları 0.68 ile 0.91 arasında çıkmıştır. Yapılan test tekrar test uygulamaları sonucu ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna varılmıştır. Madde analizi çalışmaları kapsamında alt %27 ve üst %27 grupları arasındaki farka bakılmış ve madde toplam korelasyon değerleri incelenmiştir. İncelemenin sonucunda ölçeğin alt grup ve üst gruptaki bireyleri anlamlı bir biçimde ayırdığı saptanmıştır. Ölçeğin madde toplam korelasyonlarına bakıldığında, maddelerin toplam korelasyon değerlerinin 0.40 ile 0.63 arasında olduğu ortaya konmuştur.

Çalışmada ortaya konan veriler, Evlilik Olgunluk Ölçeğinin bekâr bireylerin evlilik hazırbulunuşluk düzeylerini ortaya koyma, evlilikte ortaya çıkabilecek krizlerle baş etme konusunda kendilerini ne kadar yetkin hissettiklerini saptamada, geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu ortaya koymuştur. 6'lı likert tipi bir ölçek olan EOÖ'de cevaplar (1) "asla katılmıyorum" ile (6) "son derece katılıyorum" arasında değişmektedir. Ölçekte alınabilecek en düşük puan 19'iken en yüksek puan 114'tür. Puanların yüksek olması bireylerin evlilik olgunluk düzeylerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. İlgili literatür incelendiğinde, bireylerin evlilik öncesi hazırbulunuşluklarını ölçen araçlara rastlanmamıştır. Dolayısıyla EOÖ bu anlamda öncül bir çalışma olarak göze çarpmaktadır. Yapılacak olan izlem çalışmaları yoluyla bireylerin evlilik süreçlerinden önce EOÖ puanlarıyla, evlendikten sonra, evlilik uyumu ve evlilik doyumu ölçeklerinden almış oldukları puanlar arasındaki ilişkiye bakarak ölçeğin geçerliği hakkında daha farklı çalışmalar yapılabilir.

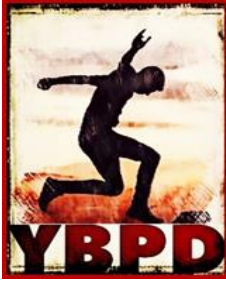
Kaynakça

- Balcı, A. (2015). *Sosyal bilimlerde araştırma: Yöntem, teknik ve ilkeler* (Onbirinci basım). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Bayoğlu, F., & Atli, A. (2014). İnönü evlilik tutum ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik analizleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 15(2), 397-415.
- Blagojevic, M. (1989). The attitudes of young people towards marriage: From the change of substance to the change of form. *Marriage & Family Review*, 14(1-2), 217-238.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş. (2017). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö.E., Kahveci, Ö., & Demirel, F. (2004). Güdülenme ve öğrenme stratejileri ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 4(2), 207-239.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çelik, E. (2013). Evlilik hoşnutsuzluğu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Electronic Turkish Studies*, 8(12).
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpkan, R.L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Fowers, B. J. (1993). Psychology as public philosophy: An illustration of the moral dimension of psychology with marital research. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 13(2), 124.
- Franzoi, S.L, Davis, M.H. and Young, R.D. (1985). The effects of private self-consciousness and perspective taking on satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(6), 1584-1594.
- Glenn, N.D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and The Family*, 52, 818-831.
- Gülsün, M., Ak, M., & Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1).
- Güngör, H. C., & Özbay, Y. (2008). Evlilikte yetkinlik ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 79-93.
- Hansen, J.C., L'abate, L. (1982). *The classification of normal families: Functionality and dysfunctionality*. Approaches to Family Therapy. Macmillan Publishing Co. Inc.
- Haskan Avcı, Ö. (2013). *Evliliğe hazırlık programının çift ilişkileri ve ilişki istikrarı üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kalkan, M. ve Ersanlı, E. (2008). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının evli bireylerin evlilik uyumuna etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8, 963-986.
- Kalkan, M., Ersanlı, K. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme kuram ve uygulama*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Nazlı, S. (2001). *Aile danışmanlığı* (2.Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Özdamar, K. (1999). *Paket program ile istatistiksel veri analizi*. Eskişehir: Kaan Kitapevi.
- Öztürk, C.Ş., & Arkar, H. (2014). Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler. *www.literatursempozym.com*, 1(3).
- Pullant, J. (2001). *SPSS survival manual: A step-by-step guide to data analysis using SPSS for windows*. Philadelphia, PA: Open University Press.
- Schermelleh-Engel, K. & Moosbrugger, H. (2003). Models: Tests of significance and descriptive. *Psychological Research Online*, 8(2).
- Tavşancıl, E. (2002). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Ankara: Nobel Yayınları.

Ek-1: Evlilik Olgunluk Ölçeği

Bu ölçek sizin evliliğe ne kadar hazır olduğunuzu tespit etmek, evlilikte meydana gelebilecek krizlerle ne oranda baş edebileceğinizi ortaya koymak için geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Aşağıdaki maddeleri okuyunuz. Her bir maddede ifade edilen durumu yapabilme, oluşabilecek krizle baş edebilme konusunda kendinize ne oranda güvendiğinizi maddenin yanında bulunan kısma çarpı (X) işareti koyarak ifade ediniz. Bu çalışmada maddelere vereceğiniz cevaplar, sizi en doğru bir biçimde ifade eden cevaplar olmalıdır. Lütfen içinizden geldiği gibi, doğal bir biçimde işaretlemeyi yapınız.

Maddeler	Asla Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Son Derece Katılıyorum
1.Kendi duygularımın farkındayım ve hayattan ne istediğimi biliyorum.	1	2	3	4	5	6
2.Eşim olacak kişinin duygularını anlayabilirim ve ona yardımcı olabilirim.	1	2	3	4	5	6
3.Yaşamım boyunca duygusal problemlerimle etkin bir biçimde mücadele ettim.	1	2	3	4	5	6
4.Evleneceğim kişiyle aramızda oluşabilecek problemleri iletişim yoluyla çözebilirim.	1	2	3	4	5	6
5.Evlilik süreci boyunca birtakım krizlerle karşılaşacağımı biliyorum.	1	2	3	4	5	6
6.Yaşadığım problemleri tek başına değil, yardım alarak çözmeye eğilimindeyim.	1	2	3	4	5	6
7.Evlilikle ilgili maddi yeterliliğe sahibim.	1	2	3	4	5	6
8.Evliliğin devamında oluşabilecek maddi problemlerle baş edebilirim.	1	2	3	4	5	6
9.Çocukların dünyaya gelmeleriyle üzerimdeki maddi yükün artacağını biliyorum.	1	2	3	4	5	6
10.Ekonomik kararları eşim olacak kişinin görüşlerini alarak vereceğimi düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6
11.Eşim olacak kişinin bir sosyal çevresi olduğunu ve benim onlara saygı duymam gerektiğini düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6
12. Eşim olacak kişinin bir ailesi olduğunu, evlilik sürecinde onların benim ailem olacağını düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6
13.Ailemle birlikte sosyal aktivitelere katılabilir, güzel vakit geçirebilirim.	1	2	3	4	5	6
14.Kendi ailem ve eşim olacak kişinin ailesi arasında oluşabilecek problemlerle baş edebilirim.	1	2	3	4	5	6
15. Bedenimde evliliğime engel olabilecek bir biyolojik etken bulunmamaktadır.	1	2	3	4	5	6
16.Kendi arkadaş çevrem ve aileme zaman ayırma konusunu sağlıklı bir biçimde gerçekleştirebilirim.	1	2	3	4	5	6
17.Eşim olacak kişinin ve ileride doğacak çocuklarımın birtakım sorumlulukları olacaktır.	1	2	3	4	5	6
18. Evlilikte cinselliğimi olumsuz yönde etkileyecek bir sağlık problemi ya da psikolojik problem olduğunu düşünmüyorum.	1	2	3	4	5	6
19.Bedenim ve sağlığımla ilgili farkındalığa sahibim.	1	2	3	4	5	6



ARAŞTIRMA MAKALESİ / RESEARCH ARTICLE

ŞİDDET TÜRLERİ VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ

Elif GÜNERİ YÖYEN (*)

İstanbul Gelişim Üniversitesi
ORCID: 0000-0002-0539-9263

ÖZ

Bu araştırma üniversite öğrencilerinde şiddet türleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri 2016-2017 eğitim-öğretim yılında, Kasım ayında İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde eğitim görmekte olan yaşları 18-23 arasında değişen, üniversite 1-4.sınıf öğrencileri arasından çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden ve rastgele yöntemle seçilen toplam 420 öğrenciden toplanmıştır. Araştırma verileri "Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Formu" ile "Buss Perry Agresyon Ölçeği" kullanılarak toplanmış ve veriler SPSS 23.0 paket programı ile Tanımlayıcı İstatistiksel Metotlar (Frekans, Yüzde, Ortalama, Standart sapma), Pearson Korelasyon Analizi ve Lineer Regresyon analizi ile çözümlenmiş, sonuçlar % 95 güven aralığında, $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda "şiddet türleri" ile "kişilik özellikleri" arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin bulunduğu, şiddet türlerinin kişilik özelliklerini yordayabildiği saptanmıştır. Buna göre şiddet türlerinden sözel saldırganlık; kişilik özelliklerinden dışadönüklükü anlamlı ve pozitif yönlü, içedönüklükü ise anlamlı ve negatif yönlü; şiddet türlerinden dolaylı saldırganlık; kişilik özelliklerinden dışadönüklük, düşmanlık ve dağınkılgı anlamlı ve pozitif yönlü, kişilik özelliklerinden sorumluluk ve duygusal dengesizliği anlamlı ve negatif yönlü; şiddet türlerinden düşmanlık; kişilik özelliklerinden içedönüklük, düşmanlık, sorumluluk, duygusal dengesizlik ve yeniliğe kapalı olmayı anlamlı ve pozitif, dışadönüklükü ise anlamlı ve negatif yönlü; şiddet türlerinden öfke; kişilik özelliklerinden içedönüklük, dağınkılgı, duygusal dengesizlik ve gelişime açık olmayı anlamlı ve pozitif yönlü; şiddet türlerinden fiziksel saldırganlık; kişilik özelliklerinden yumuşak başlılık ve gelişime açık olmayı anlamlı ve negatif yönlü yordamıştır. Bu sonuçlar her geçen gün artarak ve yıkıcılığını daha çok hissettirerek çoğalan şiddet olgusunda, gerek klinik ve gerekse klinik dışı çalışmalarda, şiddetin türü ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin anlaşılması, açıklayıcılık gücünün belirlenmesi, elde edilen bilgilerin toplumdaki şiddet olgusunun azaltılmasında multidisipliner yaklaşımlarının artırılması amacıyla kullanılmasında önem arz etmektedir.

Anahtar Kelimeler

Şiddet, Kişilik, Şiddet Türleri, Kişilik Özellikleri, Beş Faktör Kişilik Modeli

VIOLENCE AND PERSONALITY TRAITS

ABSTRACT

This research was conducted to investigate the relationship between personality traits and violence types in university students. The research data were collected with a total of 420 students randomly selected to participate in volunteer work from 1-4 Grade students who were studying at İstanbul Gelişim University during the academic year of 2016-2017, in November month, and whose ages ranged between 18-23. The data were collected by using the "Short Version of International Personality Inventory" and "Buss Perry Aggression Scale" and analyzed with the descriptive statistical methods (Frequency, Percentage, Mean, Standard Deviation), Pearson Correlation Analysis and Linear Regression Analysis) and SPSS 23.0 package program, and the results were assessed in a 95% confidence interval and on a $p < 0.05$ significance level, and it was determined that there was a statistically significant relationship between "types of violence" and "personality traits", and that violence types predicted personality traits: verbal aggression, one of violence behaviors, predicted extroversion, one of personality traits, significantly and positively and introversion significantly and negatively; indirect aggressiveness, one of violence behaviors, predicted extroversion, hostility and disorganization significantly and positively and responsibility and emotional imbalance significantly and negatively; hostility, one of violence behaviors, predicted introversion, responsibility, emotional imbalance and resistance to new experience significantly and positively, and extroversion significantly and negatively; anger, one of violence behaviors, predicted introversion, disorganization, emotional imbalance and openness to new experience significantly and positively; and physical aggression, one of violence behaviors, predicted acquiescence and openness to new experience significantly and negatively. These results are important for the increasing amount of destructive violence, the understanding of the relationship between the type of violence and personality traits, the determination of explanatory power, the use of information obtained to increase the multidisciplinary approach in reducing the occurrence of violence in the society, and both clinical and non-clinical studies.

Key Words

Violence, Personality, Types of Violence, Types of Personality, Five Factor Personality Model

(*) Yrd.Doç.Dr., İstanbul Gelişim Üniversitesi İdari İktisadi Sosyal Bilimler Fakültesi Psikoloji Anabilim Dalı, eguner@gelisim.edu.tr, elifguneri@gmail.com

Alıntılama: Güneri Yöyen, E. (2017). Şiddet türleri ve kişilik özellikleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(1), 35-50.

Giriş

İnsanlık tarihi kadar eski olan ve son yüzyıla kadar ciddi bir sorun olarak algılanmayan ancak her gün artarak yaşadığımız ve günlük yaşamımıza yerleşmiş olan şiddet olgusu kolektif şiddetten bireysel şiddete kadar her boyutta karşımıza çıkmaktadır. Şiddet; çocuk istismarı ve ihmali, kadına yönelik güç kullanımı ve cinsel istismar, okullarda çocuklara yönelik veya iş yerinde çalışanlar arasında zor kullanma, yaşlı istismarı ve ihmali, intihar, kolektif şiddet ve savaşa kadar değişen birçok biçimde yaşanmaktadır. Bir başka canlıya zarar vermek amacıyla kasıtlı olarak güç kullanmayı içeren, ortaya çıkışında biyolojik, sosyal, kültürel, ekonomik, politik ve psikolojik etmenlerin rol oynadığı, bireyin düşünce, tutum ve davranışlarıyla ilişkili çok boyutlu bir olgu olan şiddet (Yılmaz, 2011), insanlık tarihinden bu yana bilinç dışına itilen, bastırılan şiddet ve öldürme eğilimleri, çeşitli etki ve durumlarda ortaya çıkarak, dinler, yasalar, töreler, gelenek ve göreneklerce de kabul edilmeyen suçları ya da istenmeyen davranışları doğurmaktadır (Dinçmen, 1980; Yavuzer, 1986). Şiddet insanlık tarihinde ölüm, hastalık ve sakatlığa yol açan en önemli nedendir (Yöyen Güneri, 2012). Dünya Sağlık Örgütü, 2000 yılında dünyada 1.6 milyondan fazla kişinin şiddete bağlı olarak yaşamını yitirdiğini, şiddete bağlı ölümlerin yaklaşık yarısının intihara, üçte birinin cinayete, geri kalanların ise diğer şiddet nedenlerine bağlı olduğunu belirtmiştir. Şiddete bağlı ölümlerin, fiziksel ve psikolojik sağlık sorunlarının arttığına dikkat çekerek ülkeleri önlem almaya çağırıştır (Krug, Dahlberg ve Mercy, 2002). Dünya Sağlık Örgütü'nün yaptığı sınıflamada şiddet, kişinin kendisine yönelik uyguladığı şiddet, kişiler arası şiddet ve kolektif şiddet olarak sınıflandırılmaktadır. Buna göre kendine yönelik şiddet türleri intihar, intihar teşebbüsleri ve kendini kasıtlı olarak yaralamaları içermektedir. Kişiler arası şiddet içinde çocuk, eş ve yaşlılara yönelik aile içi şiddet, tanıdık veya yabancı bir kişiye yönelik veya onun tarafından uygulanan şiddeti içerirken, kolektif şiddetin içinde ise sosyal, politik ve ekonomik şiddet tanımlamaları yer almaktadır (Çiğdem, 2011). Çalışmalar, psikiyatrik hastalıklar, geçmiş şiddet öyküsü, fiziksel istismar, genç yaşta tutukluluk, madde kötüye kullanımı, tehlikeyi algılama biçimi, yaş, cinsiyet, ekonomik kazanç gibi sosyodemografik veriler ve boşanma, işsizlik, mağduriyet gibi sosyal faktörlerin şiddet türlerinde önemli olduğunu göstermektedir (Elbogen ve Johnson, 2009; Yöyen Güneri, 2012). Şiddet türlerinde risk faktörü olarak belirlenen fenomenlerin psikiyatrik ve kriminal çalışmalara dayandığı görülmektedir. Literatürde şiddet ve kişilik bozukluklarına ilişkin çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Barkataki, Kumari, Das ve Sumich, 2008; Dolan ve Park, 2002; Kooyman, Dean ve Harvey, 2007; Wijk, Edelbring ve Svensson, 2009). Bu araştırma sağlıklı popülasyonda şiddet türleri ve kişilik yapısının rolünü incelemek amacıyla düzenlenmiştir.

Araştırmanın gerekçesi; var olmasında, yaşanması ve yaşatılmasında sosyal, psikolojik, biyolojik, ekonomik, kültürel, politik, dini bir dizi etmenin rol oynadığı şiddet davranışlarının kişilik özellikleri ile olan ilişkisini incelemektir. Şiddet olgusunda politik, sosyal, ekonomik, kültürel, psikolojik ve tıbbi neden bulunmakla beraber, tüm bu değişkenlerin etkisiyle oluşan şiddet türlerinin altında yatan mekanizmaları anlamak henüz mümkün olmamıştır. Bu bağlamda sağlıklı popülasyonda kişilik ve kişilik özelliklerinin şiddet türleri ile olan ilişkisinin anlaşılması, henüz tanımlı üzerinde dahi bir uzlaşmanın olmadığı şiddet olgusunun anlaşılmasına katkı sunabilir ve günlük yaşamda bir kısır döngüye dönüşen şiddetin azaltılmasında önemli olabilir.

Kuramsal Çerçeve

Varlığı insanın varlığı ile başlayan şiddet olgusu, toplumsal ve bireysel unsurlar ile birlikte karmaşık bir yapı olmasından dolayı tanımlı kolay olmayan ancak üzerine pek çok araştırma yapılan bir olgudur. Şiddet kavramı yerine başka birçok kavram kullanılmakta, en fazla olarak saldırganlık ve şiddet olguları birbiri yerine kullanılmaktadır. Saldırganlıktan farklılık gösteren şiddet olgusu; daha çok fiziksel olan, zarar boyutu yüksek saldırganlık boyutudur. Şiddet, Latince "violentia" kelimesidir ve tanımlı, karşılıklı ilişkiler sırasında, oranı ne olursa olsun, toplu ya da bireysel olarak, birine veya birkaçına karşı, malına, bedensel bütünlüğüne, manevi bütünlüğüne, simgesel, sembolik, kültürel değerlerine zarar verici davranıştır. Başka

bir ifadeye göre ise; kişi veya nesneye karşı, bilinçli olarak, farklı boyutlarda zarar verme amacı taşıyan, kontrol dışı, aşırı ve ani olan bir olgudur (Güneri, 2016). Ortaya çıkışında biyolojik (Altay, 2005), psikolojik (Güneri, 2016; Sevinç, 2013), sosyal (Güleç ve Kaptanoğlu, 2011), gelişimsel (Çetin, 2016) birçok faktör bulunan şiddet olgusunun; fiziksel, sözel, ekonomik (Çetiner, 2006), cinsel (Watts ve Zimmerman, 2002) ve duygusal şiddet (Bailey ve ark., 1997) olmak beş türü bulunmaktadır. Araştırmalar şiddet türlerinde çocukluk dönemi istismarı, ilgisiz bir çocukluk dönemi, ebeveyn kaybı, parçalanmış aile yaşantısına sahip olmak, zorlu yaşam olayları, sık ortam değiştirme, geçmiş öyküsünde intihar girişimi, intihar eğilimi, genç yaş, aile içi şiddet, ekonomik kazancın yetersizliği, sosyal güvencesinin olmaması, erkek cinsiyet, alkol ve uyuşturucu kullanımı (Yöyen Güneri, 2012), beynin işlevsel bozuklukları (Laasko, Vaurio ve Koivisto, 2001; Pridmore, Chambers ve McArthur, 2005; Weber, Habel, Amunts ve Schneider, 2008), ebeveynin uyuşturucu kullanımı (Brook, Duan ve Brook, 2007), psikiyatrik hastalıkların varlığı (Colasanti ve ark., 2008), alkol ve uyuşturucu bağımlılığı (Altuner, Engin, Gürer, Akyay ve Akgül, 2009; Marshall, Fairbairn, Li, Wood ve Kerr, 2008; Montalvo, Goni ve Arteaga, 2012) ve kişilik bozukluklarının varlığı (Raine ve ark., 2003; Rosse, Miller ve Deutsch, 1993) şiddet için risk faktörleri olarak belirlenmiştir.

Bireyin kendisiyle ve çevresiyle kurduğu, kendisini diğer bireylerden ayıran tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimi olan kişilik (Cüceloğlu, 1991), insanların motivasyonları, davranışları ve farkındalığını etkileyen, genetik geçmişten kaynaklanan ve yaşam boyu öğrenilen, sadece kişinin kendisinden genetik olarak getirdiklerinden değil aynı zamanda kişinin içinde yaşadığı sosyal çevre ve durumlardan etkilenen bir dizi kavramı ifade etmektedir (Ryckman, 2000). Bireyde kişinin fiziksel, zihinsel, ahlaki ve sosyal tüm özelliklerinin aktif bir şekilde örgütlenmesi (Kulaksızoğlu, 1997) olan kişilik gelişiminde; kişilik yapısının nasıl oluştuğunu araştıran birçok kuramcı, kişilik kavramı ile ilgili kuramlarını ortaya koymuştur. Üzerinde ortak bir görüş birliğine varılan bir kuram bulunmamaktadır (Yazgan İnanç, 2009). Ortaya atılan kuramlarda kişiliği oluşturan faktörlerin hiyerarşik bir gelişim içerisinde, sıralı halde meydana geldiğini (Eysenck ve Eysenck, 1975) söyleyen araştırmacılar olduğu gibi, sadece psikolojik koşulların değil sosyal koşullar ve çevresel faktörlerin bir araya gelmesiyle kişiliğin oluştuğunu (Rotter, 2012), kalıtımın önemli olduğunu (Şahabettinoğlu, 2015), topografik bir modelde bilinç, bilinç öncesi ve bilinçdışı olmak üzere üç parçadan meydana geldiğini (Geçtan, 2002) söyleyen araştırmacılar da bulunmaktadır. Kişilik konusundaki kuramlar; kişilik tiplerinin belirlenmesi ve sınıflandırılmasını sağlayarak, farklı koşullarda devamlılık ve kalıcılık gösteren kişilik özelliklerinin ölçek ve testlerle belirleyerek, kişiliğin ölçülebilir ve sınıflandırılabilir olmalarını sağlamışlardır. Kullanılan ölçme ve sınıflama yöntemleri kişilik bozukluklarının belirlenmesinde önemli bir değerlendirme aracı olmuştur. Yapılan çalışmalarda şiddet türleri ile kişilik bozuklukları arasındaki ilişki bir çok çalışmada rapor edilmiştir. (Coie ve Dodge, 1998; Kernberg, 1992; Kumari, Das ve Taylor, 2009; Lewis, 2007).

Problem Cümlesi

Araştırmanın ana problemi şiddet türleri ile kişilik özellikleri arasında bir ilişki var mıdır? Araştırmanın alt problemleri ise şunlardır: Şiddet türlerinin alt boyutları ile kişilik özelliği alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Şiddet türlerinin alt boyutları, kişilik özelliği alt boyutlarını yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırmanın amacı; şiddet türleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi ve şiddet türleri türlerinin kişilik özellikleri üzerindeki etkisini incelemek, bu bağlamda elde edilen bilgilerin şiddet ve kişilik olgusunun anlaşılmasında katkı sunmasını sağlamaktır. İlişkisel tarama yönteminin kullanıldığı araştırmanın sınırlılıkları; yaşları 18-23 arasında değişen, üniversitede psikoloji, sosyoloji, uluslararası işletme ve ticaret, radyo televizyon ve sinema, yeni medya, turizm rehberliği, ekonomi ve finans, türk dili ve edebiyatı ile ingiliz dili ve edebiyatı bölümlerinde eğitim almakta olan, 420

katılımcı ile sınırlıdır. Kullanılan ölçekler bireylerin öz değerlendirme esasına dayanan likert tipi ölçme araçlarıdır.

İlişkisel tarama modelindeki bu araştırmada, SPSS 23 paket programı kullanılmıştır. Demografik değişkenlerin tespiti için frekans ve yüzde değerleri hesaplanırken, veri setinin güvenilirliği Cronbach Alfa katsayısı ile hesaplanmıştır. Şiddet türleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki için Pearson Korelasyon Analizi; şiddet türlerinin, kişilik özellikleri üzerindeki etkisini görmek için regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinde şiddet türleri alt boyutları ile kişilik özellikleri arasında yordayıcılık ilişkisini tespit edebilmek amacıyla backward yöntemi kullanılmış, şiddet türleri türlerinin bağımsız değişken ve kişilik özelliklerinin ise bağımlı değişken olduğu çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda; çoklu doğrusal bağlantı sorunu (VIF değerleri 1-3 arasında) olmadığı; dışa dönük kişilik özelliği için değişkenler arası oto korelasyon olmadığı (DW=2.115), modelin anlamlı olduğu ve açıklama gücünün %4.7 olduğu tespit edilmiştir ($F = 6.908$, $R^2 = 0.047$, $p = 0.000$). İçe dönük kişilik özelliği için oto korelasyon olmadığı (DW=1.848), modelin anlamlı ve açıklama gücünün %9 olduğu ($F = 14.874$, $R^2 = 0.090$, $p = 0.000$); yumuşakbaşlılık kişilik özelliği için oto korelasyon olmadığı (DW=2.022), modelin anlamlı ve açıklama gücünün %7.2 olduğu ($F = 33.391$, $R^2 = 0.072$, $p = 0.000$); düşmanlık kişilik özelliği için oto korelasyon olmadığı (DW=1.910), modelin anlamlı ve açıklama gücünün %10.2 olduğu ($F = 24.856$, $R^2 = 0.102$, $p = 0.000$); sorumluluk kişilik özelliği için oto korelasyon olmadığı (DW=2.132), modelin anlamlı ve açıklama gücünün %2.5 olduğu ($F = 6.358$, $R^2 = 0.025$, $p = 0.002$); dağınıklık kişilik özelliği için oto korelasyon olmadığı (DW=2.068), modelin anlamlı ve açıklama gücünün %13 olduğu ($F = 31.197$, $R^2 = 0.130$, $p = 0.000$); duygusal dengesizlik kişilik özelliği için oto korelasyon olmadığı (DW=2.077), modelin anlamlı ve açıklama gücünün %33 olduğu ($F = 69.951$, $R^2 = 0.335$, $p = 0.000$); gelişime açıklık kişilik özelliği için oto korelasyon olmadığı (DW=2.114), modelin anlamlı ve açıklama gücünün %3.3 olduğu ($F = 5.770$, $R^2 = 0.033$, $p = 0.001$); yeniliğe kapalılık kişilik özelliği için oto korelasyon olmadığı (DW=1.917), modelin anlamlı ve açıklama gücünün %1.2 olduğu ($F = 5.211$, $R^2 = 0.012$, $p = 0.023$) tespit edilmiştir.

Evren ve Örneklem

Çalışma başlatılmadan önce üniversitenin etik kurulundan gerekli izinler alınmıştır. Bu çalışmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini, 2016-2017 eğitim-öğretim yılında, Kasım ayında İstanbul Gelişim Üniversitesi İktisadi İdari Sosyal Bilimler Fakültesi'nde öğrenim gören 3475 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise evren kapsamında gönüllülük esasına göre araştırmaya katılan 1., 2., 3. ve 4. sınıflarda öğrenim gören toplam 420 katılımcı oluşturdu. Katılımcıların %61.43'ü kadın, %38.57'si erkektir. Yaş dağılımında katılımcıların %65.24'ü 18-20 yaş ve %30'u 21-23 yaş aralığındadır.

Ölçme Araçları

Katılımcı Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanmıştır: Formun üst kısmında bilimsel etik ilkeler doğrultusunda, araştırmanın amacı açıkladıktan sonra, araştırman gönüllülük esasına dayandığı ve katılımcıların diledikleri zaman araştırmadan çekilebilecekleri belirtilmiş ve araştırmanın güvenilirliği açısından cevapların içtenlikle verilmesi bilgileri yazılı olarak belirtilmiştir. Bu yazılı açıklamanın alt kısmında ise katılımcıların demografik değişkenleri olarak cinsiyet ve yaş bilgilerini yazabilecekleri ifadeler oluşturulmuştur.

Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Formu (IPISV): Costa ve McCrae tarafından oluşturulan Beş faktör kişilik modeli üzerinden, Goldberg (1999) yılında Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Versiyonun (IPISV) geliştirmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Yöyen (2016) tarafından yapılmıştır. Beşli likert tipinde, bireyin kendi kendisini değerlendirdiği bir öz bildirim ölçeği olan IPISV,

toplam 40 sorudan ve 9 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutları şunlardır: “dışadönüklük”, “içedönüklük”, “sorumluluk”, “dağınıklık”, “duygusal dengesizlik”, “gelişime açıklık”, “ yeniliğe kapalılık”, “uyumluluk”, “düşmanlık”. Güvenilirlik çalışmasında tüm ölçeğin cronbach alfa katsayısı 0.82’dir. Alt boyutlarının cronbach alfa değerleri ise şu şekildedir; “dışadönüklük- içedönüklük” alt boyutu için 0.74, “duygusal dengesizlik” alt boyutu için 0.75, “sorumluluk- dağınıklık” alt boyutu için 0.70, “gelişime açıklık- yeniliğe kapalılık” alt boyutu için 0.68 ve son olarak “uyumluluk-düşmanlık” alt boyutu için 0.55’tir (Yöyen, 2016). Bu çalışmada ölçeğin alt boyutlarının cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.61 ile 0.79 arasında saptanmıştır.

Buss Perry Agresyon Ölçeği: Buss-Perry tarafından hazırlanmış olan ölçek, Buss-Durkee Hostilite Ölçeği’nin düzenlenmesi ile oluşturulmuş olup kendini değerlendirme şeklinde hazırlanmış likert tipi bir ölçektir. Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Can tarafından yapılmış, her maddenin 0 ile 4 puan arasında değerlendirildiği toplam 34 maddeden oluşan bu ölçeğin beş alt ölçeği bulunmaktadır: Fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke, düşmanlık, dolaylı saldırganlık. Ölçek dördümlük likert tipi yanıtlar içerir. “4=her zaman”, “3=sıklıkla”, “2=bazen”, “1=nadiren”, “0=hiçbir zaman” karşılığındadır (Yöyen, 2012). Bu çalışmada Buss Perry Agresyon Ölçeği alt ölçeklerinin güvenilirlik düzeyinin 0.672 ile 0.894 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Veri setinin güvenilirliklerinin istenen seviyede olduğu tespit edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı

		N	%
Cinsiyet	Kadın	258	61.43
	Erkek	162	38.57
Yaş	18-20 yaş	274	65.24
	21-23 yaş	126	30.00
	24 yaş ve üzeri	20	4.76

Tablo 1’de görüldüğü üzere katılımcı bireylerin %61.43’ünün kadın, ve %38.57’sinin erkektir ve katılımcıların %65.24’ünün 18-20 yaş ve %30’unun 21-23 yaş aralığında olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Bölüm Sınıf Değişkenlerinin Analizi

Bölüm	1.Sınıf	2.Sınıf	3.Sınıf	4.Sınıf	N	%
Psikoloji	13	10	27	40	90	21.43
Sosyoloji	12	24	18	14	68	16.19
Uluslararası İşletme ve Ticaret	27	8	9	6	50	11.90
Radyo Televizyon ve Sinema	1	7	5	30	43	10.24
Yeni Medya	16	13	4	3	36	8.57
Turizm Rehberliği	7	6	9	12	34	8.10
Ekonomi ve Finans	4	11	13	17	45	10.71
Türk Dili ve Edebiyatı	7	7	6	10	30	7.14
İngiliz Dili ve Edebiyatı	2	5	8	9	24	5.71

Tablo 2 analiz edilğinde katılımcıların % 21.43’ü (N=90) psikoloji, % 16.19’u (N=68) sosyoloji, % 11.90’ı (N=50) uluslararası işletme ve ticaret, %10.24’ü (N=43) radyo, televizyon ve sinema, %8.57’si (N=36) yeni medya, %8.10’u (N=34) turizm rehberliği, %10.71’i (N=45) ekonomi ve finans, %7.14’ü (N=30) türk dili ve edebiyatı ve %5.71’i (N=24) ingiliz dili ve edebiyatı bölümlerinde öğrenim görmektedirler.

Tablo 3. Ölçeklerin Güvenilirlik Analizi

	Cronbach's Alpha		Cronbach's Alpha
Kişilik yapısı	0.688	Gelişime Açıklık	0.648
Dışa Dönüklük	0.611	Şiddet eğilimi	0.917
İçe Dönüklük	0.618	Fiziksel Saldırganlık	0.872
Yumuşak başlılık	0.641	Sözel Saldırganlık	0.694
Düşmanlık	0.680	Öfke	0.678
Sorumluluk	0.621	Düşmanlık	0.720
Dağımlık	0.692	Dolaylı Saldırganlık	0.672
Duygusal Denge/dengesizlik	0.793		

Veri setine ilişkin güvenilirlik analiz sonuçları incelendiğinde kişilik yapısı ölçeğine ait veri setinde güvenilirlik düzeylerinin 0.611 ile 0.793 arasında değiştiği şiddet eğilimi ölçeğinde ise 0.672 ile 0.894 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Veri setinin güvenilirliklerinin istenen seviyede olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Şiddet Türleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1-Dışa Dönüklük	r 1													
p														
2-İçe Dönüklük	r -0.464**	1												
p	0.000													
3-Yumuşak başlılık	r 0.418**	-0.182**	1											
p	0.000	0.000												
4-Düşmanlık	r -0.128**	0.266**	-0.389**	1										
p	0.009	0.000	0.000											
5-Sorumluluk	r 0.104*	0.055	0.263**	-0.028	1									
p	0.034	0.259	0.000	0.568										
6-Dağımlık	r -0.074	0.247**	-0.105*	0.268**	-0.389**	1								
p	0.129	0.000	0.032	0.000	0.000									
7-Duygusal Denge dengesizlik	r -0.090	0.228**	0.097*	0.120*	0.107*	0.272**	1							
p	0.067	0.000	0.046	0.014	0.029	0.000								
8-Gelişime Açıklık	r 0.355**	-0.227**	0.208**	0.013	0.262**	-0.064	0.040	1						
p	0.000	0.000	0.000	0.789	0.000	0.191	0.418							
9-Yeniliğe Kapatılık	r -0.163**	0.282**	-0.166**	0.176**	-0.097*	0.236**	0.077	-0.368**	1					
p	0.001	0.000	0.001	0.000	0.046	0.000	0.115	0.000						
10-Fiziksel Saldırganlık	r 0.044	0.067	-0.272**	0.276**	-0.092	0.305**	0.255**	0.139**	0.063	1				
p	0.369	0.172	0.000	0.000	0.061	0.000	0.000	0.004	0.199					
11-Sözel Saldırganlık	r 0.111*	-0.054	-0.119*	0.151**	-0.035	0.208**	0.300**	0.133**	0.012	0.572**	1			
p	0.023	0.270	0.014	0.002	0.480	0.000	0.000	0.006	0.805	0.000				
12-Öfke	r -0.030	0.179**	-0.122*	0.257**	-0.028	0.324**	0.530**	0.014	0.067	0.627**	0.598**	1		
p	0.545	0.000	0.013	0.000	0.570	0.000	0.000	0.773	0.172	0.000	0.000			
13-Düşmanlık	r -0.094	0.222**	-0.084	0.263**	0.069	0.218**	0.502**	0.023	0.111*	0.457**	0.453**	0.668**	1	
p	0.054	0.000	0.087	0.000	0.159	0.000	0.000	0.638	0.023	0.000	0.000	0.000		
14-Dolaylı Saldırganlık	r 0.077	0.078	-0.143**	0.308**	-0.092	0.337**	0.303**	0.056	0.060	0.721**	0.559**	0.684**	0.562**	1
p	0.115	0.112	0.003	0.000	0.060	0.000	0.000	0.256	0.217	0.000	0.000	0.000	0.000	

Tablo 4 analiz edildiğinde kişilik özelliği olarak dışadönüklük alt boyutu ile şiddet türleri alt boyutlarından sözel saldırganlık ($r=0.111$, $p=0.023$) anlamlı ve pozitif yönlü; kişilik özelliği olarak içedönüklük alt boyutu ile şiddet türleri alt boyutlarından öfke ($r=0.179$, $p=0.000$) ve düşmanlık alt boyutu ($r=0.222$, $p=0.000$) arasında pozitif ve anlamlı; kişilik özelliği olarak yumuşak başlılık alt boyutu ile şiddet türleri alt boyutlarından fiziksel saldırganlık ($r=-0.272$, $p=0.000$), sözel saldırganlık ($r=-0.119$, $p=0.014$), öfke ($r=-0.122$, $p=0.013$) ve dolaylı saldırganlık ($r=-0.143$, $p=0.03$) arasında negatif yönlü ve anlamlı; kişilik özelliği olarak düşmanlık alt boyutu ile şiddet türleri alt boyutlarından fiziksel saldırganlık ($r=0.276$, $p=0.000$), sözel saldırganlık ($r=0.151$, $p=0.002$), öfke ($r=0.257$, $p=0.000$), düşmanlık ($r=0.263$, $p=0.000$) ve dolaylı saldırganlık ($r=0.308$, $p=0.000$) arasında pozitif yönlü ve anlamlı; kişilik özelliği olarak dağınıklık alt boyutu ile şiddet türleri alt boyutlarından fiziksel saldırganlık ($r=0.305$, $p=0.000$), sözel saldırganlık ($r=0.208$, $p=0.000$), öfke ($r=0.324$, $p=0.000$), düşmanlık ($r=0.218$, $p=0.000$) ve dolaylı saldırganlık ($r=0.3337$, $p=0.000$) arasında pozitif yönlü ve anlamlı; kişilik özelliği olarak duygusal dengesizlik alt boyutu ile şiddet türleri alt boyutlarından fiziksel saldırganlık ($r=0.255$, $p=0.000$), sözel saldırganlık ($r=0.300$, $p=0.000$), öfke ($r=0.530$, $p=0.000$), düşmanlık ($r=0.502$, $p=0.000$) ve dolaylı saldırganlık ($r=0.303$, $p=0.000$) arasında pozitif yönlü ve anlamlı; kişilik özelliği olarak gelişime açıklık ile şiddet türleri alt boyutlarından fiziksel saldırganlık ($r=0.139$, $p=0.004$) ve sözel saldırganlık ($r=0.133$, $p=0.006$) arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki; kişilik özelliği olarak yeniliğe kapalılık ile şiddet türleri alt boyutlarından düşmanlık ($r=0.111$, $p=0.023$) anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki içerisinde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak Dışadönüklük Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	3.349	0.122		27.525	0.000		
Sözel Saldırganlık	0.031	0.013	0.145	2.467	0.014	0.659	1.517
Düşmanlık	-0.033	0.009	-0.230	-3.898	0.000	0.656	1.524
Dolaylı Saldırganlık	0.021	0.011	0.125	1.972	0.049	0.568	1.762

Tablo 5 incelendiğinde dışadönüklük kişilik özelliğini, şiddet türleri alt boyutlarından sözel ($\beta=0.145$, $t=2.467$, $p=0.014$) ve dolaylı saldırganlığın ($\beta=0.125$, $t=1.972$, $p=0.049$) anlamlı ve pozitif yönlü, düşmanlık alt boyutunun ($\beta=-0.230$, $t=-3.898$, $p=0.000$) ise anlamlı ve negatif yönlü yordadığı saptanmıştır. Bulgular sözel ve dolaylı saldırganlığın artmasının dışadönüklük kişilik özelliğinde artışa, düşmanlık türlerinin artmasının ise dışadönüklük özelliğinde azalmaya sebep olacağını göstermektedir.

Tablo 6. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak İçedönüklük Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	2.365	0.128		18.535	0.000		
Sözel Saldırganlık	-0.060	0.013	-0.268	-4.592	0.000	0.637	1.569
Düşmanlık	0.032	0.009	0.212	3.367	0.001	0.549	1.821
Öfke	0.029	0.010	0.198	2.826	0.005	0.444	2.253

Tablo 6 analiz edildiğinde kişilik özelliği olarak içedönüklüğü, şiddet türleri alt boyutlarından düşmanlık ($\beta=0.212$, $t=3.367$, $p=0.001$) ve öfkenin ($\beta=0.198$, $t=2.826$, $p=0.005$) anlamlı ve pozitif, sözel saldırganlığın ($\beta=-0.268$, $t=-4.592$, $p=0.000$) ise anlamlı ve negatif yönlü yordadığı tespit edilmiştir. Bulgular şiddet türleri alt boyutlarından düşmanlık ve öfke boyutunun artmasının içe dönük kişilik özelliğinde artışa, sözel saldırganlığın artmasının ise içe dönük kişilik özelliğinde azalmaya sebep olacağını göstermektedir.

Tablo 7. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak Yumuşakbaşlılık Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	4.072	0.058		69.999	0.000		
Fiziksel Saldırganlık	-0.024	0.004	-0.272	-5.778	0.000	1.000	1.000

Tablo 7 analiz edildiğinde kişilik özelliği olarak yumuşak başlılığı, şiddet türleri alt boyutlarından fiziksel saldırganlığın ($\beta=-0.272$, $t=-5.778$, $p=0.000$) anlamlı ve negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Bulgu fiziksel saldırganlık türlerinin artmasının yumuşak başlılık kişilik özelliğinde azalma sağlayacağını göstermektedir.

Tablo 8. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak Düşmanlık Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	1.821	0.119		15.300	0.000		
Düşmanlık	0.023	0.010	0.131	2.336	0.020	0.684	1.462
Dolaylı Saldırganlık	0.047	0.011	0.234	4.189	0.000	0.684	1.462

Tablo 8 incelendiğinde kişilik özelliği olarak düşmanlığı, şiddet türleri alt boyutlarından düşmanlık ($\beta=0.131$, $t=2.336$, $p=0.020$) ve dolaylı saldırganlığın ($\beta=0.234$, $t=4.189$, $p=0.000$) anlamlı ve pozitif yönlü yordadığı tespit edilmiştir. Bulgu şiddet türlerinden dolaylı saldırganlık ve düşmanlık alt boyutlarının artmasının kişilik özelliği olarak düşmanlık özelliğinde artışa neden olacağını göstermektedir.

Tablo 9. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak Sorumluluk Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	3.660	0.089		40.984	0.000		
Düşmanlık	0.022	0.007	0.176	3.017	0.003	0.684	1.462
Dolaylı Saldırganlık	-0.028	0.008	-0.191	-3.268	0.001	0.684	1.462

Tablo 9 analiz edildiğinde kişilik özelliği olarak sorumluluğu, şiddet türleri alt boyutlarından düşmanlığın ($\beta=0.176$, $t=3.017$, $p=0.003$) anlamlı ve pozitif, dolaylı saldırganlığın ise ($\beta=-0.191$, $t=-3.268$, $p=0.001$) anlamlı ve negatif yönlü yordadığı tespit edilmiştir. Bulgu dolaylı saldırganlık düzeyinin artmasının sorumluluk kişilik özelliğini azaltacağı, düşmanlık boyutunun artmasının ise sorumluluk kişilik özelliğini artıracağını göstermektedir.

Tablo 10. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak Dağınıklık Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	1.510	0.112		13.497	0.000		
Dolaylı Saldırganlık	0.038	0.011	0.218	3.479	0.001	0.532	1.879
Öfke	0.026	0.009	0.175	2.794	0.005	0.532	1.879

Tablo 10 incelendiğinde kişilik özelliği olarak dağınıklığı, şiddet türleri alt boyutlarından öfke ($\beta=0.175$, $t=2.794$, $p=0.001$) ve dolaylı saldırganlığın ($\beta=0.175$, $t=2.794$, $p=0.005$) anlamlı ve pozitif yönlü yordadığı tespit edilmiştir. Bulgu dolaylı saldırganlık ve öfke alt boyutundaki artışın kişilik özelliği olarak dağınıklık özelliğinde artışa neden olacağını göstermektedir.

Tablo 11. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak Duygusal Dengesizlik Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	2.009	0.098		20.426	0.000		
Düşmanlık	0.045	0.008	0.301	5.488	0.000	0.533	1.877
Dolaylı Saldırganlık	-0.029	0.009	-0.171	-3.068	0.002	0.512	1.952
Öfke	0.064	0.009	0.446	7.185	0.000	0.414	2.413

Tablo 11 analiz edildiğinde kişilik özelliği olarak duygusal dengesizliği, şiddet türleri alt boyutlarından düşmanlık ($\beta=0.301$, $t=5.488$, $p=0.001$) ve öfkenin ($\beta=0.446$, $t=7.185$, $p=0.000$) anlamlı ve pozitif, dolaylı saldırganlığın ise ($\beta=-0.171$, $t=-3.068$, $p=0.002$) anlamlı ve negatif yönlü yordadığı görülmektedir. Bulgu şiddet türlerinden düşmanlık ve öfke alt boyutundaki artışın, kişilik özelliği olarak duygusal dengesizliği artıracak, dolaylı saldırganlığın ise duygusal dengesizliği azaltacağını göstermektedir.

Tablo 12. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak Gelişime Açıklık Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	3.564	0.101		35.336	0.000		
Fiziksel Saldırganlık	0.013	0.005	0.168	2.583	0.010	0.547	1.829
Sözel Saldırganlık	0.024	0.011	0.143	2.264	0.024	0.578	1.730
Öfke	-0.019	0.007	-0.177	-2.656	0.008	0.522	1.915

Tablo 12 incelendiğinde kişilik özelliği olarak gelişime açıklığı, şiddet türleri alt boyutlarından fiziksel saldırganlık ($\beta=0.168$, $t=2.583$, $p=0.010$) ve sözel saldırganlığın ($\beta=0.143$, $t=2.264$, $p=0.024$) anlamlı ve pozitif, öfke alt boyutunun ($\beta=-0.177$, $t=-2.656$, $p=0.008$) ise anlamlı ve negatif yönlü yordadığı görülmektedir. Bulgu şiddet türleri alt boyutlarından fiziksel ve sözel saldırganlıktaki artışın kişilik özelliklerinden gelişime açık olmayı azaltacağı, öfke alt boyutunun ise artıracak olduğunu göstermektedir.

Tablo 13. Şiddet Türlerinin Kişilik Özelliği olarak Yeniliğe Kapalılık Üzerindeki Etkisi

Model	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p	Collinearity Statistics	
	B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
(Constant)	1.555	0.146		10.645	0.000		
Düşmanlık	0.024	0.010	0.111	2.283	0.023	1.000	1.000

Tablo 13 incelendiğinde kişilik özelliği olarak yeniliğe kapalılığı, şiddet türleri alt boyutlarından düşmanlığın ($\beta = 0.111$, $t = 2.283$, $p = 0.023$) anlamlı şekilde ve pozitif yönlü yordadığı tespit edilmiştir. Bulgu şiddet türleri alt boyutlarından düşmanlıktaki artışın kişilik özelliklerinden yeniliğe kapalılığı artıracağını göstermektedir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırma bulgularından ilki şiddet türleri alt boyutları ile kişilik özellikleri alt boyutları arasındaki ilişkiye dair yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonucu elde edilmiştir. Buna göre şiddet türleri alt boyutlarından sözel saldırganlık arttığı zaman, kişilik özelliği olarak dışadönüklük; öfke ve düşmanlık arttığı zaman, içe dönüklük; fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve dolaylı saldırganlık arttığı zaman, düşmanlık özelliği; düşmanlık arttığı zaman, yeniliğe kapalılık; fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke, dolaylı saldırganlık ve düşmanlık arttığı zaman, dağınıklık (özdisiplinsizlik) ve duygusal dengesizlik artmakta; sözel saldırganlık ve dolaylı saldırganlık arttığı zaman yumuşak başlılık özelliği azalmaktadır. Araştırmanın ikinci bulgusu şiddet türleri alt boyutlarının, kişilik özellikleri üzerindeki etkisini/yordayıcılığını görmek için yapılan çoklu regresyon analizi ile elde edilmiştir. Regresyon analizi sonucunda şu bilgilere ulaşılmıştır: Şiddet türlerinden sözel saldırganlık; kişilik özelliklerinden dışadönüklüğü anlamlı ve pozitif yönlü, içedönüklüğü ise anlamlı ve negatif yönlü yordamaktadır. Şiddet türlerinden dolaylı saldırganlık; kişilik özelliklerinden dışadönüklük, düşmanlık ve dağınıklığı anlamlı ve pozitif yönlü, kişilik özelliklerinden sorumluluk ve duygusal dengesizliği anlamlı ve negatif yönlü yordamaktadır. Şiddet türlerinden düşmanlık; kişilik özelliklerinden içedönüklük, düşmanlık, sorumluluk, duygusal dengesizlik ve yeniliğe kapalı olmayı anlamlı ve pozitif olarak, dışadönüklüğü ise anlamlı ve negatif olarak yordamaktadır. Şiddet türlerinden öfke; kişilik özelliklerinden içedönüklük, dağınıklık, duygusal dengesizlik ve gelişime açık olmayı anlamlı ve pozitif yönlü yordamaktadır. Şiddet türlerinden fiziksel saldırganlık; kişilik özelliklerinden yumuşak başlılık ve gelişime açık olmayı anlamlı ve negatif yönlü yordamaktadır.

Bulgular literatür tarafından kuramsal olarak desteklenmektedir (Yöyen, 2016). Beş Faktör Kişilik Modeli kişiliği; pozitif ve negatif ekseninde, birbirinin tersi özellikleri tanımlayan alt boyutlara ayırmaktadır. Pozitif ekseninde; dışadönüklük, duygusal denge, gelişime açıklık, yumuşak başlılık (uyumluluk) ve sorumluluk boyutları yer almaktadır. Negatif ekseninde ise içedönüklük, duygusal dengesizlik, düşmanlık, yeniliğe kapalı olmak (gelişmemişlik) ve dağınıklık (özdisiplinsizlik) boyutları bulunmaktadır. Boyutların tanımlanan karakteristik özellikleri, Buss ve Perry'nin agresyon ölçeği alt boyutlarına ilişkin yaptığı değerlendirme ile benzerlik ve tutarlılık sergilemektedir. Buss ve Perry (1992) sözel saldırganlığın kavgacı ve düşmanca konuşmaları içerdiğini, sözel saldırganlığı olan bireylerin haksız olduklarını düşündükleri durumlarda öfkeleneneğini, kendilerini yabancılaşmış veya sıkılmış hissedebileceğini belirterek sözel saldırganlıkta yüksek sözel puanların genelde "extraversiyon/dışadönüklük" olarak tanımlanan kişilerde ve yüksek sosyal düzeyde bulunanlarda, düşük puan alan bireylerin ise kendinde tartışma eğilimi görmeyen, çekingen kişiler olduğunu belirtmiştir (Buss ve Perry, 1992). Araştırmada elde edilen bulgulardan sözel saldırganlık arttığı zaman dışa dönüklüğün de arttığı ve sözel

saldırganlığın, dışa dönüklüğü anlamlı ve pozitif yönlü, içe dönüklüğü ise anlamlı ve negatif yönlü yordadığı sonucu tutarlıdır. Araştırmada şiddet türlerinden öfke ve düşmanlık arttığı zaman içe dönüklüğün de arttığı, öfke ve düşmanlık alt boyutlarının içe dönüklüğü anlamlı ve pozitif yönlü yordadığı tespit edilmiştir. Bulgu literatürle kuramsal olarak desteklenmektedir (Buss ve Perry, 1992). Literatürde öfke alt ölçeğinin uyarılma ve kontrol duygusuna karşı öfkelenme özelliklerini içerdiği bilgisi mevcuttur. Düşmanlık alt boyutunun ise sosyal uyumsuzluğu konu aldığı, düşmanlık alt boyutundan yüksek puan alan bireylerin küskünlük, sosyal yabancılaşma, sosyal izolasyon halinde bulunma, başkalarının gereksinimlerini veya duygularını dikkate almama özellikleri sergilediği belirtilmektedir. Beş Faktör Kişilik Modelinde içe dönüklük; içine kapanık, sosyalleşmeyi sevmeyen, insanlara karşı mesafeli duran, sessiz kalmaya eğilimli, utangaç ve tutuk bireyler olarak değerlendirilmektedir (Doğan, 2013). Araştırmada şiddet türlerinden fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve dolaylı saldırganlık arttığı zaman, kişilik özelliklerinden yumuşak başlılığın karşı ve negatif ucunda yer alan düşmanlık özelliğinin de arttığı ve bu şiddet davranışlarının kişilik özelliği olarak düşmanlığı anlamlı ve pozitif yönlü olarak yordadığı tespit edilmiştir. Bulgu literatürle kuramsal olarak desteklenmektedir (Buss ve Perry, 1992). Literatürde fiziksel saldırganlık puanı yüksek bireylerin, fiziksel saldırganlıkta bulunma dürtülerini kontrol edemeyen, otoriter kişilerle sorunlar yaşayan, sadist ya da antisosyal kişilik özellikleri sergileyen (Buss ve Perry, 1992; Can, 2002), kendilerine kendilerini kanıtlama ihtiyacı içerisinde olan, sözel saldırganlık puanı yüksek bireylerin; kavgacı, düşmansıl, sözel ifadelerinde düşmanca konuşmalar yapan, öfke alt ölçeğinden yüksek puan alan bireylerin; uyarılma ve kontrol duygusuna karşı öfkelenme özellikleri sergilediği ve son olarak dolaylı saldırganlık puanı yüksek olan bireylerin; doğrudan yüzleşmeden kaçınma durumlarında öfkeleniği, yaşamlarının en azından bazı alanlarında yüksek düzeyde kronik hayal kırıklığı yaşayabilecekleri bilgisi yer almaktadır (Buss ve Perry, 1992; Can, 2002). Beş Faktör Kişilik Modelinde ise düşmanlık alt boyutu kişilik özellikleri olarak kindar, kibirli, inatçı, rekabetçi, geçimsiz, uzlaşması zor bireyler olarak değerlendirilmektedir (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009).

Araştırmada şiddet türlerinden düşmanlık arttığı zaman, kişilik özelliklerinden yeniliğe kapalı olmanın da arttığı ve düşmanlık türlerinin, yeniliğe kapalı olmayı anlamlı ve pozitif yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç literatürle kuramsal olarak uyumludur. Buss ve Perry (1992) şiddet türlerinden düşmanlık için sosyal uyumsuzluğu ve ağır psikopatolojik ve hatta fiziksel bozuklukları konu aldığını, düşmanlık puanı yüksek olan bireylerin karakteristik özelliklerinin küskünlük, sosyal yabancılaşma, paranoya, sosyal izolasyon içerisinde olma olduğunu belirtmiştir (Buss ve Perry, 1992). Beş Faktör Kişilik Modelinde yeniliğe kapalı olan bireylerin tutucu, geleneksel, sabit fikirli olduğu belirtilmektedir (Costa ve McCrae, 1995). Araştırmada şiddet türlerinden fiziksel, sözel ve dolaylı saldırganlık ile öfke ve düşmanlık boyutları arttığı zaman, kişilik özelliklerinden dağınıklık (özdisiplinsizlik) ve duygusal dengesizliğinde arttığı, şiddet türleri alt boyutlarının tamamının, kişilik özelliği olarak dağınıklık ve duygusal dengesizliği anlamlı ve pozitif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bulgu literatür tarafından desteklenmektedir (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009). Beş Faktör Kişilik Modelinde sorumluluğunun negatif ucunda yer alan dağınıklık (özdisiplinsizlik) sorumluluk düzeyi düşük, dağınık, disiplinsiz, tembelliğe meyilli, görev bilincinden uzak bireyler olarak değerlendirilmektedir (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009; Costa ve McCrae, 1995). Duygusal dengesizlik ise depresif ve hüzünlü olma, gerginlik, kaygılı olma, sıklıkla duygusal iniş çıkışlar yaşama, tedirginlik, huzursuzluk ve sabırsızlık (Benet-Martinez ve John, 1998), endişeli, güvensiz, öfkeli, alıngan bireyler olarak tanımlanmaktadır (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Karakteristik olarak verilen bu özellikler Buss ve Perry (1992) tarafından saldırganlık alt boyutlarının karakteristik özellikleri ile tutarlılık sergilemektedir (Buss ve Perry,

1992). Araştırmanın son bulgusu şiddet türlerinden sözel saldırganlık ile dolaylı saldırganlık arttığı zaman, kişilik özelliklerinden yumuşak başlılık özelliği azalmaktadır ve sözel ve dolaylı saldırganlık davranışları, yumuşak başlılık kişilik özelliğini anlamlı ve negatif yönlü yordamaktadır. Bu bilgi literatür ile uyumludur. Buss ve Perry (1992) sözel saldırganlıkta bireylerin kavgacı, düşmancıl, tartışma eğilimlerinin yüksek, öfkeli bireyler olduklarını, dolaylı saldırganlığı olan bireylerin ise sorunları ile doğrudan yüzleşmeden kaçınma eğiliminde olduklarını, yüzleşmeleri gerektiğinde öfkeli davranışlar sergileyebileceklerini, çatışmalarında yüzleşme eğilimi gösteremeyeceklerini belirtmiştir (Buss ve Perry, 1992). Buss ve Perry'nin açıklamaları ile Beş Faktör Kişilik Modelinde yumuşak başlılık özelliği için yapılan karakteristik nitelikler zıtlık oluşturmaktadır. Modelde yumuşak başlılık; yardımseverlik, bağışlayıcılık, nazik, hoşgörülü, saygılı ve esneklik gibi özellikler ile tanımlanmaktadır (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009). Yumuşak başlılık düzeyi yüksek olan bireyler diğer insanları seven, verici ve merhametli bireyler olarak değerlendirilmektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Araştırma sonuçları birlikte değerlendirildiğinde kişiliğin pozitif ekseninde yer alan dışadönüklük, duygusal denge, sorumluluk, gelişime açıklık, yumuşak başlılık (uyumluluk) kişilik özellikleri; dışadönüklüğün sözel şiddet ile pozitif ilişkisi hariç olmak üzere; şiddet türleri ile negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki gösterirken; kişiliğin negatif ekseninde yer alan içedönüklük, duygusal dengesizlik, düşmanlık, yeniliğe kapalı olmak (gelişmemişlik) ve dağınıklık (özdisiplinsizlik) boyutları şiddet türleri ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki sergilemektedir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde ulusal ve uluslararası araştırma sonuçları, araştırmanın bulgularını desteklemektedir. Basım, Çetin ve Tabak (2009) Beş Faktör kişilik özelliklerinin kişilerarası çatışmaları çözmedeki ilişkisini üniversite öğrencisi örneklemeyle araştırmışlar, çalışma sonucunda modelin pozitif ekseninde yer alan gelişime açıklık ve uyumluluk kişilik özelliklerinin, çatışma çözme yaklaşımlarını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordadığını, dışadönüklük ve sorumluluk kişilik özelliklerinin ise çatışma çözme süreçlerinde önemli rol oynadığını rapor etmişlerdir (Basım, Çetin ve Tabak, 2009). İşyerinde uygulanan psikolojik şiddetin kişilik özellikleri ile olan ilişkisini araştıran Okutan ve Sütütemiz (2015), işyeri şiddeti uygulayanların kişilik özelliklerinde düşmanlık özelliğinin yüksek olduğunu, bireylerin bu özellikleri ile işyerinde güçlü olarak algıladıkları düşmanlarını zayıflatmak ve yok etmek için ellerinden geleni yaptıklarını (Okutan ve Sütütemiz, 2015) belirtmiştir. Kişilik özelliklerinden duygusal dengesizliğin (nörotiklik), bu bireylerin suçluluk, sinirlilik, kızgınlık gibi olumsuz duygusal durumları tecrübe etmeye meyilli olmaları nedeniyle, işyerinde psikolojik şiddet uygulamaya eğilimli oldukları (Erden, 2016), kişilik özellikleriyle intikam alma duygusu arasındaki ilişkilerde beş faktör kişilik özelliklerinden olan duygusal dengesizlik özelliğinin (nevrotisizm) intikam duygusu ile güçlü bir ilişkisinin olduğu, nevrotik bireylerin kolayca öfkelenebilmeleri, kaygılanabilmeleri ve dürtüsel davranabilmelerinden dolayı intikam almaya daha eğilimli olabilecekleri (Satici, Can ve Akın, 2011) bildirilmiştir. Buss Perry Agresyon Ölçeği ile Beş Faktör Kişilik Modeli arasındaki ilişkileri 246 üniversite öğrencisinden oluşan örneklemleri ile karşılaştıran araştırmalarında Tremblay ve Ewart (2004), agresyon ölçeğinin öfke ve düşmanlık alt boyutlarının, kişilik özelliklerinden duygusal denge ile negatif yönlü, duygusal dengesizlik ile pozitif yönlü korelasyon sergilediğini (Tremblay ve Ewart, 2004), 234 psikoloji öğrencisini dahil ettikleri ve kişilik özellikleri ile agresyon arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında Sharpe ve Desai (2001), duygusal dengesizlik ve dağınıklık (özdisiplinsizlik) ile öfke arasında kuvvetli bir ilişkinin bulunduğunu (Sharpe ve Desai, 2001), 1085 ergenin dahil edildiği bir başka araştırmada duygusal dengesizliğin, her iki cinsiyet açısından da, agresif duygulanım için aralayıcı rolünün bulunduğunu (Teng ve Liu, 2013) rapor edilmiştir.

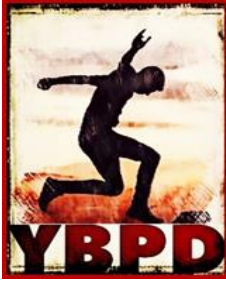
Sonuç olarak şunlar söylenebilir: Tüm toplumlarda dikkat çeken, her geçen gün artarak devam eden ve uluslararası bir fenomen olarak tanımlanan şiddet ve şiddet davranışları; yaşamı korumaya yönelik evrimleşmiş ancak ne yazık ki bireylerin ve toplumların çektiği acıların en önemli nedenleri olarak varlıklarını hayatın birçok alanında hissettiren kavramlardır. Şiddeti doğuran ve sürdüren birçok politik, sosyal, ekonomik, kültürel, psikolojik ve tıbbi neden bulunmakla beraber, tüm bu değişkenlerin etkisiyle oluşan şiddet türlerinin altında yatan mekanizmaları anlamak henüz mümkün olmamıştır. Özellikle sağlıklı popülasyonda ve sağlıklı popülasyonun günlük hayatında sıklıkla karşılaşılan şiddet davranışlarında, bu davranışların kişilik özelliklerini yordayacak güçte olması, olgunun, ruhsal dinamiklerin derinliğini göstermesi bakımından önemlidir. Bu bağlamda şiddeti anlamaya yönelik çalışmaların sağlıklı popülasyon ile yapılan çalışmalar üzerinde derinlik kazanması, gerek şiddet olgusunun anlaşılmasında ve gerekse şiddet davranışlarının durdurulabilmesinde önemli bir aralayıcı olabilir.

Kaynakça

- Altay, E. (2005). Korku kültürü, değerler kültürü ve şiddet. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2(8) 20-35.
- Altuner, D., Engin, N., Gürer, C., Akyay, İ. & Akgül, A. (2009). Madde kullanımı ve suç ilişkisi: Kesitsel bir araştırma. *Tıp Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 87-94.
- Bacanlı, H., İlhan, T. & Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: Sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.
- Bailey, J.E., Kellermann, A.L., Somes, G.W., Banton, J.G., Rivara, F.P., Rushforth, N.P. (1977). Risk factors for violent death of women in the home. *Archives of Internal Medicine*, 157(7), 777-782.
- Barkataki, I., Kumari, V., Das, M. & Sumich, A. (2008). Neural correlates of deficient response inhibition in mentally disordered violent individuals. *Behavioral Sciences and the Law Behav. Sci. Law*, 26, 51-64.
- Basım, H.N., Çetin, F. & Tabak, A. (2009). Beş faktör kişilik özelliklerinin kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarıyla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 20-34.
- Brook, J.S., Duan, T. & Brook, D.W. (2007). Fathers who abuse drugs and their adolescent children: Longitudinal predictors of adolescent aggression. *The American Journal on Addictions*, 16, 410-417.
- Buss, A.H. & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *J Pers Sos Psychol*, 63, 453-459.
- Can, S. (2002). *Agression questionnaire adlı ölçeğin Türk popülasyonunda geçerlilik ve güvenilirlik çalışması*. Uzmanlık Tezi, Genel Kurmay Başkanlığı Gülhane Askeri Tıp Akademisi Haydarpaşa Eğitim Hastanesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Servis Şefliği.
- Coie, J.D. & Dodge, K.A. (1998). *Handbook of child psychology*. 5th Edition. New York: Wiley.
- Colasanti, A., Natoli, A., Moliterno, D., Rossattini, M., De Gaspari, I.F. & Mauri, M.C. (2008). Psychiatric diagnosis and aggression before acute hospitalisation. *European Psychiatry*, 23, 441-448.
- Costa, P.T. & McCrae, R.R. (1995). Domains and facets: Hierarchical personality assessment using the revised neo personality inventory. *Journal of Personality Assessment*, 64(1), 21-50.
- Cüceloğlu, D. (1991). *İnsan ve türleri*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çetin, Ö.I. (2016). *Genç erişkin erkeklerde şiddet eğilimi ve psikolojik durum ile ilişkisi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Çetiner, Ş.G. (2006). *Aile içi şiddet yaşayan kadınlarda cinsel sorunlar ve intihar olasılığı*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Çiğdem, Ç. (2011). Şiddet ve savaş. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 4(2), 46-51.
- Dinçmen, K. (1980). *Deskriptiv ve dinamik psikiyatri* (2.Basım). Ar Yayın Dağıtım.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Dolan, M., Park, I. (2002) The neuropsychology of antisocial personality disorder. *Psychological Medicine*, 32(3):417-427.

- Elbogen, E.B. & Johnson, S.C. (2009). The intricate link between violence and mental disorder: Results from the national epidemiologic survey on alcohol and related conditions. *Arch Gen Psychiatry*, 66(2), 152-161.
- Erden, N.S. (2016). Travma sonrası stres bozukluğu, işyerinde zorbalık ve nörotiklik: Araştırma önerisi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(46), 674-682.
- Eren, A. (2005). Korku kültürü, değerler kültürü ve şiddet. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2(8), 20-35.
- Eysenck, H.J. & Eysenck, S. B. (1975). *Manual of the eysenck personality questionnaire*. London: Hodder & Stoughton.
- Geçtan, E. (2002). *Psikanaliz ve sonrası*, İstanbul: Metis Yayınları.
- Güleç, G. & Kaptanoğlu, C. (2011). Şiddetin psikodinamik ve bilişsel kökenleri. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 4(2), 14-20.
- Güneri, E. (2016). *Akıl hastalıkları ve şiddet: Şiddetim insanlığımdan, deliliğimden değil*, İstanbul: Gelişim Üniversitesi Yayınları.
- Gürsoy, M. (2009). Öğrencilerde şiddet eğilimi ve şiddete yönelik öğretmen algıları. *KKTC-Milli Eğitim Dergisi*, 3, 13-30.
- İnanç Yazgan, B. (2009). *Kişilik kuramları* (2.Basım). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- James, E. B., Arthur, L. K., Grant, W. S., Joyce, G. B., Frederick, P. R. & Norman, P. R. (1997). Risk factors for violent death of women in the home. *Archives of Internal Medicine*, 157(7), 777-782.
- Kernberg, F.O. (1992). *Agression in personality disorders and perversions*, London: Yale University Press.
- Kooyman, I., Dean, K., Harvey, S. (2007). Outcomes of public concern in schizophrenia. *Br J Psychiatry Suppl*, 50, 29-36.
- Krug, E.G., Dahlberg, L.L. & Mercy, J.A. (2002). *World report on violence and health*. World Health Organization, 1-18.
- Kulaksızoğlu, A. (1997). *Ergenlik psikolojisi*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kumari, V., Das, M. & Taylor, P.J. (2009). Neural and behavioural responses to threat in men with a history of serious violence and schizophrenia or antisocial personality disorder. *Schizophrenia Research*, 110, 47-58.
- Laasko, M., Vaurio, O. & Koivisto, E. (2001). Psychopathy and the posterior hippocampus. *Brain Behavior and Research*, 118, 187-193.
- Lewis, D.O. (2007). *Erişkin antisosyal türleri, suç ve şiddet*. Sadock, B.J. & Sadock, V.A. (Ed.) Klinik Psikoloji (Aydın, H. & Bozkurt, A, Çev.) içinde, İstanbul: Nobel Yayıncılık, 2258-71.
- Marshall, B.D.L., Fairbairn, N., Li, K., Wood, E. & Kerr, T. (2008). Physical violence among a prospective cohort of injection drug users: A gender-focused approach. *Drug and Alcohol Dependence*, 97, 237-246.
- Martinez, B.V. & John, O.P. (1998). Los cinco grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait multimethod analysis of the big five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 729-750.
- Montalvo, J.F., Goni, J.J.L. & Arteaga, A. (2012). Violent behaviors in drug addiction: Differential profiles of drug-addicted patients with and without violence problems. *Journal of Interpersonal Violence*, 27(1), 142-157.
- Okutan, E. & Sütütemiz, N. (2015). Mobbing (yıldıрма) ve kişilik ilişkisi: Hizmet sektörü çalışanları üzerinde bir örnek olay incelemesi. *Bilgi Ekonomisi ve Yönetimi Dergisi*, 10(1), 1-14.

- Pridmore, S., Chambers, A. & McArthur, M. (2005). Neuroimaging in psychopathy, Australian and New Zealand. *Journal of Psychiatry*, 39, 856-865.
- Raine, A., Lencz, T., Taylor, K., Hellige, J. B., Bihrl, S. & Lacasse, L. (2003). Corpus callosum abnormalities in psychopathic antisocial individuals. *Archives of General Psychiatry*, 60, 1134-1142.
- Rosse, R.B., Miller, M.W. & Deutsch, S.I. (1993). Violent antisocial behavior and Wisconsin card sorting test performance in cocaine addicts. *Am J Psychol*, 150, 170.
- Rotter, J. (2012). *Social learning and clinical psychology*, Washington: American Psychological Association.
- Ryckman, R.M. (2000). *Theories of personality*. USA: Wadsworth Thomson Learning.
- Satıcı, S.A., Can, G. & Akın, A. (2011). İntikam ölçeği: Türkçeye uyarlama çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 16, 36-43.
- Sharpe, J. P. & Desai, S. (2001). The revised neo personality inventory and the MMPI-2 psychopathology five in the prediction of aggression. *Personality and Individual Differences*, 31, 505-518.
- Sevinç, A.T. (2013). *Alkol ve madde bağımlılarında şiddet sıklığı ve şiddet özelliklerinin kontrol grubu ile karşılaştırılması*, Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı.
- Somer, O., Korkmaz, M. & Tatar, A. (2002). Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi-I: Ölçek ve alt ölçeklerinin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 21-33.
- Şahabettinoğlu, Ş. (2015). *Kişilik tipleri ve hastalıklara yatkınlık*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Teng, Z. & Liu, Y. (2013). The role of neuroticism in the relation between self-esteem and aggressive emotion among 1085 chinese adolescents. *Psychology*, 4(10), 729-735.
- Tremblay, P.F. & Ewart, L.A. (2004). The buss and perry aggression questionnaire and its relations to values, the big five, provoking hypothetical situations, alcohol consumption patterns, and alcohol expectancies. *Personality and Individual Differences*, 38, 337-346.
- Watts, C. & Zimmerman, C. (2002). Violence against women: Global scope and magnitude. *British Medical Journal*, 359, 1232-1237.
- Wijk, L., Edelbring, S., Svensson, A.K. (2009). A pilot for a computer-based simulation system for risk estimation and treatment of mentally disordered offenders. *Informatics for Health and Social Care*, 34(2), 106-115.
- Weber, S., Habel, U., Amunts, K. & Schneider, F. (2008). Structural brain abnormalities in psychopaths: A review. *Behavioral Sciences and the Law*, 26, 7-28.
- Yavuzer, H. (1986). *Psikososyal açıdan çocuk suçluluğu*. İÜ Edebiyat Fakültesi Yayınları.
- Yılmaz, B. (2011). Şiddetin psikolojisi. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 4(2), 8-13.
- Yöyen Güneri, E. (2012). *Yatan ve poliklinikten takip edilen ı.ksen psikiyatrik bozukluk tanısı almış kişilerde şiddet türleri ve eğilimlerinin karşılaştırılması*, Doktora Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü.
- Yöyen Güneri, E. (2016). Uluslararası kişilik envanteri(IPI) kısa versiyonu'nun Türkçe'ye uyarlanması: Güvenilirlik ve geçerlilik analizi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 2, 1308-1315.



OLGU SUNUMU / CASE REPORT

ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR VE GÖÇ: BİR OLGU SUNUMU

Zihniye OKRAY(*)

Lefke Avrupa Üniversitesi
ORCID: 0000-0002-9117-4991

ÖZ

Savaş ve göç yaşayan toplumlardaki bireyler travmatik yaşantılarını yaşamları boyunca taşımaktadırlar. Bireyler dünya ile ilgili algılarını ve yaşantılarını belirli kalıplar içerisinde sınıflandırır. Bu sınıflandırma, yaşam deneyimleri ile elde edilen bilgilerdir. Bu sınıflandırmalar erken çocukluk ve ergenlik döneminde oluşmaya başlar ve yaşam boyu gelişmeye devam eder. H. erken çocukluk dönemi olan 2 yaşında ilk kez ve ergenlik döneminin olan 13 yaşında ikinci kez zorunlu göç yaşamış bir olgudur. Erken çocukluk ve ergenlik döneminde geliştirmiş olduğu örüntülerin, onun yetişkinlik yaşantısında birçok uyumsuzluğa neden olduğu görülmüştür. Erken çocukluk ve ergenlik dönemlerinde yaşadığı göç olgusunun gelişen ve gelişmekte olan şemalara etkisi ve yetişkinlik yaşantısında kendisini ve kurmuş olduğu diğer ilişkileri nasıl etkilediği tartışılmıştır. Göç olgusu ile karşı karşıya kalan bireylerin daha kalıcı ve değişime dirençli olan bu şemaların değiştirilmesi olguların daha uyumlu bir yaşam sürmelerine olanak sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler

Göç, Zorunlu Göç, Kıbrıs, Şema.

EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS AND IMMIGRATION: A CASE STUDY

ABSTRACT

Individuals who born and raise in societies whom experience war and immigration in their lifetime carries the traumatic life events and traces with them throughout their lives. Individual's perceptions upon the world and experiences based on their schemes. These schemes formed by the life experiences of the individuals. Schemes starts to develop during the early childhood and adolescent period of life and they continue to develop throughout the life. H. lived two internal displacements during his childhood period when he was 2 and adolescent period when he was 13. The schemes that are developed during his early childhood and adolescent period results with dysfunctional life style during his adulthood life. The schemes that develop under the influence of the case of immigration during his early childhood and adolescent period of his life affects his personal life and his relationships with others. Individuals who face the immigration, has more rigid and permanent schemas. In order to let these patients to have more compatible life this schemas have to be changed.

Key Words

Immigration, Internal Displacement, Cyprus, Schema

(*)Doç. Dr., Lefke Avrupa Üniversitesi Psikoloji Bölümü, zokray@eul.edu.tr

Alıntı: Okray, Z. (2017). Erken dönem uyumsuz şemalar ve göç: Bir olgu sunumu. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(1), 51-58.

Giriş

Travma, bireyin ya kendisinin ya da sevdiği birinin yaşadığı, maruz kaldığı; hayatı ciddi şekilde fiziksel, duygusal veya psikolojik olarak tehdit eden yaşam olaylarının tümü olarak açıklanabilir (APA, 2017). Travmatik yaşantılar, sadece maruz kalan bireyleri değil, aynı zamanda direkt olarak maruz kalmayan aile bireylerini de etkilerler (Lev-Wiesel, 2007). Savaşlar, bireyler üzerinde birçok ruhsal belirtilere neden olabilmektedirler. Bu belirtiler belirli bir tanı grubu adı altında sınıflandırılmalarında farklılıklar olmasının yanı sıra müdahale ve tedavi yöntemleri de farklılıklar göstermektedir. Savaştan sadece askerler değil, sivil halk da etkilenmektedir (Özdemir, Çelik, Özmenler ve Özşahin, 2010). Savaşlar, göç olgusunu da birlikte getirmektedir. Göç, küresel bir olgudur (Dovidio ve Esses, 2001). Göç eden bireyler, göç etmekle kalmaz, aynı zamanda hayatlarındaki bir dönemi de kapatırlar. Göç eden bireylerde acı dolu kayıp duygusu, çaresizlik hissi, öfke ve göç edilen yerin aşırı idealize edilmesi görülür (Arredondo-Dowd, 1981). İster politik bir şiddet sonucunda isterse de bir savaş sonrasında göç etmek zorunda kalan bireyler; sadece evlerini ve yaşadıkları toplulukları değil sahip oldukları yaşam tarzlarını da terk ederler. Bu bireyler için geride kalan tek sosyal birim aileleridir. Göç eden bireyler, göç deneyimleri ile ilgili yeni bir yaşantı repertuarı oluştururlar ve göç etmeden önceki yaşantı repertuarları da büyük bir değişime uğrar. Göç eden bireyler ve ailelerle yapılan araştırmalar, göç sonrasında, aile içindeki rol dağılımları, aile anıları ve iletişim örüntüleri, aile ilişkilerindeki değişimler ve diğer ailelerle kurulan iletişim örüntülerindeki değişimlerin olduğunu da bildirilmektedir (Weine ve ark., 2004). Göç eden bireyler ile yapılan birçok çalışma da, göç edenlerin, depresyon, psikoz, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), intihar ve madde kötüye kullanımı konusunda risk altında olduklarını bildirmiştir (Bhui ve ark., 2004; Erol ve Ersever, 2014). Göç eden bireyler, genellikle yalnızlık, sosyal izolasyon, yabancılaşma, kendini değersiz görme, düşük benlik saygısı gibi duyguların yanı sıra aile işlevlerinde bozukluk, yaşamı ile ilgili kararlara katılamama gibi durumlar yaşamaktadırlar (Tuzcu ve Bademli, 2014). Sosyal desteklerinin yetersizliği, bu bireylerde, riskli sağlık davranışlarının ve ruhsal sağlık sorunlarının görülme olasılığını artırır. Göç eden bireylerin bağlanma ve uyum sorunlarını yaşama riskleri daha fazladır (Bhui ve ark., 2004). Göç olgusu intihar riskini de birlikte getirmektedir (Ekici, Savaş ve Çıtak, 2001).

İç ya da dış göç yaşamış, ya da yerinden edilmiş bireylerin TSSB, depresyon, somatizasyon ve ilişki problemleri yaşadıkları, yoğun kaygı ve umutsuzluk hissettikleri birçok araştırmacı tarafında tespit edilmiştir (Baron, Jensen ve De Jong, 2003; Fazel, Wheeler ve Danesh, 2005; Van Ommeren, Sharma, Sharma, Komproe, Cardena ve De Jong, 2002). Alan yazında göç eden bireylerin TSSB, bağlanma, uyum sorunları, kaygı, madde kötüye kullanımı gibi sorunlar yaşadıkları da tespit edilmiştir (Warfa ve ark., 2005). Travmatik yaşantılara maruz kalan bireyler acı verici duygular ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Fiziksel bütünlüğüne ve de yaşamlarına karşı tehdit olayına maruz kalmış bireyler, kaygı, korku, suçluluk, çaresizlik, öfke ve kızgınlık duygularını sıklıkla yaşamaktadırlar (Lee, Scragg ve Turner, 2001). Filistin, Lübnan ve İsraili ergenlerle yapılan çalışmalarda, bu ergenlerin itaatsizlik, şiddet ve riskli davranışlar sergiledikleri tespit edilmiştir (Laufer ve Solomon, 2006). Göç süreci içerisinde uzun zaman toplama ve ya mülteci kamplarında kalan bireylerin, bu kamplardan çıktıktan sonra psikolojik ve kişilerarası ilişkilerinde ortaya çıkan bozulmalarından dolayı, kendi hayatlarını tekrar kurmakta ve ilişki kurmada güçlükler yaşadıklarını, kurdukları ilişkilerde ise güvensizlik yaşadıkları görülmüştür (Bennett, 2014). Savaş ve göç sırasında sevilen birinin kaybını ya da yaşanan kaybı çok büyük olarak algılayan bireylerde kendine zarar verme davranışları daha sık yaşanmaktadır (Bemak ve Chung, 1998). Göç etmek zorunda kalan aileler ile yapılan bir başka çalışmada ise, ailelerin de göç olgusuna farklı tepkiler verdikleri tespit edilmiştir. Bazı aileler, sürekli rahatsızlık içinde yaşayan uzamış bir gerginlikten yakınırken, bazı aileler travma sonrası gelişim gösterip eskisinden daha iyi olduklarını dile getirmektedir. Bir grup aile ise tamamen dağılıp yok olduklarını hissettiklerini ifade etmektedir (Samarasinghe ve Arvidsson, 2002).

Tedeschi ve Calhoun (2004) travmatik olaylara maruz kalan bireylerin hayatlarını travma öncesi ve travma sonrası diye ikiye ayırarak algıladıklarını ve yaşanan kayıplara veya değişen amaçlara rağmen yaşam öyküsündeki değişimin iyi olduğunu düşünmelerinin travma sonrası büyüme ile ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Travma sonrası büyümü birey tarafından yaşantılanan çok ağır bir yaşam olayının ardından gelişen olumlu yöndeki psikolojik gelişim olarak tanımlanabilir. Travmatik yaşantılar bireyin dünya ile ilgili algılarının değişmesine de neden olabilir. Bilişsel tekrar yapılanma bireylerin yaşamları ile ilgili gerçekliği travma sonrasında yeni şemalar geliştirerek algılamalarına neden olur. Travma sonrası gelişmiş olan bu şemalar ise değişime daha dirençlidirler (Tedeschi ve Calhoun 2004, Calhoun ve Tedeschi, 1999, 2001).

Bireyler dünya ile ilgili algılarını ve yaşantılarını belirli kalıplar içerisinde sınıflandırır. Bu sınıflandırma, yaşam deneyimleri ile elde edilen bilgilerdir. Bu sınıflandırmalar erken çocukluk ve ergenlik döneminde oluşmaya başlar ve yaşam boyu gelişmeye devam ederler. Şemalar yalnızca gelecekle ilgili bir öngörünün oluşmasına değil fark edilen, hatırlanan yaşantıların ve yeni bilgilerin ve deneyimlerin de nasıl yorumlanması gerektiği ile ilgili önceden oluşmuş kalıplardır. Şemalar değişmeye dirençli oldukları için bireylerin yaşama bakış açıları da bunlara bağlı olarak değişime dirençlidir (Janoff-Bulman, 1989, Cockram, Drummond ve Lee, 2010). Bilişsel şemalar sağlıklı psikolojik gelişimde ve ruh sağlığının sürdürülmesinde önemli role sahiptirler (Cockram ve ark., 2010). Young ve arkadaşları, uyumsuz şemaları, aşırı derecede genelleşmiş, değişime dirençli, bilişsel süreçler ve duygulanım üzerinde hayli etkili ve bilinçli farkındalığın ötesinde bilgi işlem süreçlerini üzerinde de etkili olduklarını vurgulamışlardır. Şemalar, erken çocukluk veya ergenlik döneminde gelişen ve bireyi yaşamı boyunca belirli bir derecede işlevsiz bırakabilen, anılar, duygular, bilişler ve bedensel duyumlar olabilir. Şema modelinde 5 şema alanı altında 18 şema belirlemişlerdir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). 5 şema alanı: Kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş özerklik ve performans, zedelenmiş sınırlar, başkalarına yönelimlilik ve son olarak da, yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanlarıdır (Kahraman, 2015).

Erken çocukluk ve ergenlik dönemlerinde göç yaşamış bireylerle yapılan çalışmalarda elde edilen bulgular bu bireylerin kendileri ve dünya ile ilgili olumsuz bilişsel şemalara sahip oldukları ve kendilerini suçlama oranlarının daha yüksek olduğu yönündedir (Jelinek, Wittekind, Kellner, Moritz ve Muhtz, 2013). Cockram ve ark. (2010) tarafından yapılan çalışmada erken dönem uyumsuz şemaları olan Vietnam gazilerinde TSSB'nin daha sık ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Bu yazıda, 55 yaşında erkek olgunun erken çocukluk ve ergenlik dönemlerinde yaşadığı göç olgusunun gelişen ve gelişmekte olan şemalara etkisi ve yetişkinlik yaşantısında kendisini ve kurmuş olduğu diğer ilişkileri nasıl etkilediği tartışılmıştır.

Olgu Sunumu

H., 55 yaşında, üniversite mezunu erkek olgu; yoğun kaygı, sürekli bir boşluk duygusu, aidiyet duygusu hissetmemesi ve ilişkilerinde süreklilik olmaması şikâyetleri ile başvurmuştur. Yakınmalarının kendini 'bildi bileli' devam ettiğini ve bu durumdan dolayı uzun yıllar bir psikiyatristle görüşüğünü, grup psikoterapilerine katıldığını ifade etmiştir. H., haftada bir gün psikoterapiye alınmıştır. H., 1961 yılında şu anda Güney Kıbrıs'ta kalan bir köyde doğmuş, ailesinde kendinden büyük iki ablası ve kendinden küçük bir erkek kardeşi olduğunu ifade etmiştir. Ablaları 1976 yılında İngiltere'ye göç etmiş ve halen orada yaşıyorlar. Her ikisi de orada Kıbrıslı Türkler ile evlenmişler. Her ikisi de paraya çok önem veren, evlilik hayatları kötü, boşanmadıkları halde kocaları ile ilişkileri olmayan ve çevreleri tarafından çok da sevilmeyen, huysuz diye nitelendirilen kadınlarmış. Her iki abla da H. ile yıllardır iletişim kurmuyorlar. H.'nin kendinden küçük erkek kardeşi evli ve ikiz erkek çocuğa sahip. Sessiz, sakın, karısının isteklerini sürekli yerine getirmek için çaba sarf eden bir koca olarak tanımlanıyor. İkiz erkek çocukları olunca çok mutlu olmuş ve bundan sonra o da değişmiş sessiz sakın adam gitmiş, öfkeli, bağırıp çağıran biri haline gelmiş. Eşi ile sorunları varmış ama boşanmak söz konusu değilmiş. H., ile ilişkileri hep mesafeli olmuş. H.'nin annesi H., görüşmelere geldiği sırada hayatta idi. Annesini

görüşmeler sırasında kaybetti. Annesini hoşgörülü, yapıcı, çalışkan ve onu seven tek kadın olarak tanımlıyor. Annesini, Güney'deki ve Kuzey'deki anne olarak bölerek anlatıyor. Güney'deki anne çok çalışkan, güçlü, para kazanıp babanın işlevlerini de üstlenen bir kadın. Kuzey'deki anne ise pasif, silik, baba tarafında sürekli aşağılanan bir kadın haline dönüşmüş. H.'nin babası ise; kavgacı, sevgisini göstermeyen, sinirlendiği zaman davranışlarını ve sözlerini kontrol edemeyen, kimse ile ilişki kurmayan, çok cimri, neredeyse sosyal açıdan izole biri olarak tanımlanıyor. H., ile annesi öldükten sonra konuşmaya başlamış ve şimdi çok daha sakin ve uyumlu birey haline dönüşmüş. H. hiç evlenmemiş ve bugüne kadar uzun süreli bir ilişkisi olmamış. Hayatında yıllardır "dostum", "arkadaşım" olarak tanımlayabileceği hiç kimse yok. İlişkilerini ' İnsanlar hayatıma girer, onlara çok güvenirim, evimi, her şeyimi açarım, paylaşıyorum ama onlar sonra çekip giderler' şeklinde tanımlıyor. H.'nin görüşmeler sırasında hatırlayabildiği çocukluk ve ergenlik anıları arasında çadır kampları olduğunu söylüyor. Kıbrıs'taki olaylardan dolayı köyleri Rumlar tarafından işgal edilince, ailesi ve bütün köy Birleşmiş Milletler (BM) gözetimi altında dış dünya ile bütün bağlantıları kesilmiş bir şekilde bu kamplarda çok kötü koşullar altında yaşamak zorunda kaldığını ifade ediyor. BM tarafından yapılan gıda yardımı ile yaşamlarını sürdürmeye çalışmışlar. H. o dönemde BM tarafından verilen beyaz kâğıtlara sarılmış bisküvileri bir gün aç kalırsa yemek için biriktirmeye başlamış. H. iki yaşında olduğu dönemdeki çadır kamplarındaki yaşantıları ile bir anısı olmadığını, fakat 1974 yılı ile ilgili birçok anısı olduğunu dile getiriyor. Çadırın etrafına boş konserve kutuları içerisine çiçek ektiğini hatırlıyor. Çadır kampında yaşadığı 18 ay süresince, kendinden birkaç yaş büyük, bir erkek arkadaşı ile yere bir çukur kazdıklarını ve bunun içine girerek 'kötülüklerden korunmaya' çalıştıklarını anlatıyor. Bu süre boyunca içinde 'geçmeyen bir can sıkıntısı' ve çok yoğun 'bir boşluk' duygusunu görüşme sırasında bile hissettiğini dile getiriyor. 1975 yılının ikinci yarısında nüfus mübadelesi kapsamında ailesi ve bütün köy halkı ile birlikte, ailesinin halen evinin bulunduğu, Kuzey Kıbrıs'a zorunlu göç yaşamışlar. Babanın bu yeni yerleşim birimine gelir gelmez ilk yaptığı iş kendilerine tahsis edilen evin bahçesindeki bütün ağaçları kesmek olmuş. Annesi ile ilgili olarak ise, annenin Güney'de çok erk sahibi bir kadın iken, Kuzey'e geçişle birlikte, rollerin değiştiği babanın eskiden olmadığı gibi çok güçlü bir adam haline dönüştüğü ve annenin de çok pasif ve zavallı bir hale geldiğini anlatıyor. H. Güney'deki annesini Kuzey'deki annesinden daha çok sevdiğini, Güney'deki annesi ile olan bağın koptuğunu ve bir daha da eski haline gelmediğini ifade ediyor.

H. ilişkilerini ve insanları 'ya iyiler ya kötüler' olarak ikiye bölüyor. Hatta bazen kendinin bile içinden bir kötü çıktığını ama bazen de onu susturabildiğini hissettiğini anlatıyor. H. eğitim için gittiği İstanbul'da yaklaşık 25 yıl kalmış. Bu dönem içerisinde Kıbrıs'a neredeyse hiç gitmemiş. Üniversite'den mezun olduktan sonra ünlü bir firmanın vitrin tasarım ve düzenleme işini yapmış. H. bu dönemde var olan içindeki boşluk duygusunu ancak heyecanla biraz giderebildiğini fark etmiş ve yüksek riskli davranışlar sergilemeye başlamış. Gece geç vakitlerde tekinsiz olan sokaklar ya da parklarda kendine cinsel partnerler bulmuş. Hiç tanımadığı bu kişiler tarafından birçok kez darp edilmiş. Boşlukla baş edebilmek için bu iyi geliyormuş. Psikiyatriste gitmeye karar vermesini de bir parkta saldırıya uğraması ve saldırı sonucu neredeyse ölüyor olması olarak dile getiriyor. H. ' ben arızalıyım, belki arızalarımı giderir' düşüncesi ile İstanbul'da kalmaya devam ettiği süre içerisinde gittiği psikiyatristle görüşmeye devam etmiş ve onun önerdiği grup psikoterapilerine katılmış. Bu terapi süreci onun riskli davranışlarını azaltmasına yardımcı olmuş. H., herhangi bir psikiyatrik medikal tedavi görmemiş. Sanatla uğraşan H., bu dönemde, kendine en iyi gelen şeyin eserleri olduğunu, bir şeyler yaratırken boşluk duygusu ile baş edebildiğini, sürekli bir şeyler yaptığını ve birçok sergi açtığını gururla anlatıyor. Sergilerinden bahsederken 'onlar çok sancılı doğumlar, ama yeterince iyi olsalardı ailem de gelirdi sergilerime ama hiç gelmediler, eserlerim de benim gibi zor doğuyorlar ve sonra da istenilmiyorlar'. H., daha sonraki görüşmelerde babası ile hiç bir zaman bir baba oğul ilişkisi kuramadığını, babasının onunla hiç konuşmadığını, babası için bir tek kendinden küçük erkek kardeşinin önemli olduğunu, oğlum diye bir tek ondan söz ettiğini söylüyor. H., 'ben ondan büyüktüm ama sünnet olmak için bile onun büyümesini bekledim' diyor. H., ergenlik döneminde baba gibi gördüğünü ifade

ettiği ortaokul öğretmeninden çok etkilendiğini ve onun tavsiyesi ile sanatla uğraşmaya karar verdiğini söylüyor. Bu öğretmen onun hayatında birçok şeyi değiştirmiş. Ona okuması gerektiğini söylemiş, o da hep okumuş. Okumaktan hiç vazgeçmemiş. Bu öğretmen diğerleri gibi değilmiş, özellikle diğer erkekler gibi değilmiş, çok sıcak, cana yakın ve içtenmiş tıpkı Güney'deki annesi gibi. Ancak bir süre sonra öğretmeni evlenince, tıpkı babası gibi H.'yi istemeyen biri hale gelmiş.

H., yaklaşık 15 yıl önce gördüğü bir rüyadan sonra Kıbrıs'a dönmeye karar vermiş. Rüyasında, kendini bir uçağın pilotu olarak görüyor ve çok zor da olsa uçağı piste indirmeyi başarıyor. Bu rüya ile birlikte kendi ifadesi ile 'sürgünümü bitirdim ve Kıbrıs'a dönmeye karar verdim' diyor. H., Kıbrıs'a döndükten sonra bir süre anne-babasının evinde kalıyor, babası ile anlaşamadığı için bir ev kiralayıp oradan ayrılıyor. 10 yılı aşkın bir süredir bu evde kaldığını, evinin her yerinde çiçekleri olduğunu, evinde sürekli kendi ifadesi ile 'bir orduyu doyuracak kadar' yiyeceği olduğunu, evde artık her yerin dolu olduğunu, çünkü hiçbir şeyi atmadığını, bundan da artık usandığını ifade ediyor. H., evinden bahsederken çok yüksek bir sesle 'aman' diyerek başlıyor ve 'neyi hatırladım biliyor musunuz? Ben çadır kamplarından ayrılırken çiçeklerimi alamamıştım. Annem izin vermemişti, babam da tekmelemişti onları. Ah keşke alabilseydim' diyor.

H.'ye neden saksıda çiçek yetiştirdiği sorulduğunda onları istediği yere götürebileceğini, yere kök salmadıkları için hiçbir zaman yerinden, yurdundan koparılamayacağını düşündüğünü ifade etmişti. H., görüşmeler sırasında kendini en çok etkileyen olgunun göç olduğunu, kendini koparılmış gibi hissettiğini, ait hissetmediğini, sanki hayatında hep bir ikilik var gibi yaşıyor olduğunu fark ettiğini söylemeye başladı. H., kurucu üyeliğini yaptığı bir Sivil Toplum Kuruluşu'nda (STK) çok çaba sarf ettiği ama ne yaparsa yapsın değerinin bilinmediğini, diğer üyeler tarafından görüşlerinin ya da yaptıklarının sürekli değersizleştirildiğini hissettiği için istifa etmiş, bu istifa kararı onu çok fazla üzse bile evinde tek başına kalabildiği ve düşüncelerini toplayabildiği için mutlu olduğunu ifade etmişti. H., ile yapılan görüşmeler sonunda H. evinde biriktirdiği ve bir türlü atmadığı işe yaramayacak bir sürü eşyayı ya atmış ya da bağışlamıştır. Evinde, hala daha, saksıda çiçekler yetiştiriyor, fakat onları birilerine hediye edebiliyor. Yemek saklama ve çok yemek pişirme konusunda ise kendi ifadesi ile 'artık bir ordu değil kendime yetecek kadar yemek yapıyorum' demeye başladı. H., terapi sonlandırılmadan önce o dönemde yaklaşık 2 yıl süren bir ilişkiye sahipti ve son görüşmede birlikte yaşamaya başlayacakları için çok mutlu olduğunu ifade etmişti.

Tartışma

Çocukluk ve ergenlik döneminde göç yaşayan bireylerin yetişkinlere göre daha fazla risk altında oldukları alan yazında bildirilmektedir (Gün ve Bayraktar, 2008). Erken dönem uyumsuz şemalar, anıları, duyguları, bilişsel süreçleri ve beden duyularını içerir. Bireyin kendine ve diğer bireylerle olan ilişkilerine yönelik yaşam boyunca süren bilişsel örüntülerdir. Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde gelişirler ve çocuğun aile ortamına ve yakın çevresine uyumunu sağlaması açısından önemli işlevlere sahiptirler. Tüm bireylerde bulunan bu şemalar katı ve değişime dirençlidirler. Şemalar temel bilişsel örüntüler oldukları için yaşamın ilerleyen dönemlerinde uyum bozucu hale gelebilmekte ve çeşitli kişilik bozukluklarına neden olabilmektedirler (Young, 1990, 2003; Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009).

H.'nin yaşam öyküsü incelendiğinde erken dönem uyumsuz şemaların ilki olan kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı başlığı altında değerlendirilebilecek bulgulara rastlanmaktadır. Kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı, bireylerin diğerleri ile güvenli ve doyum sağlayıcı bir bağlanma geliştiremediklerini varsaymaktadır. Bu şema örüntüsündeki bireyin ait olma, sevgi, bakım, güvenlik ve istikrar ihtiyaçlarının karşılanamayacağına inanmaktadırlar (Kahraman, 2015). H.'nin özellikle kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı içerisindeki şemalarla ilgili uyum bozucu örüntülere sahip olduğu görülmektedir. Bunlar sırasıyla olgu öyküsü ile birlikte aktarırsa ulaşılabilecek çözümlene aşağıdaki gibidir.

Terk edilme- istikrarsızlık şeması, diğerleri ile kurulan ilişkilerin hayatında hep geçici olduğu, gelip gittikleri, uzun süreli ilişkiler kuramadığından yakınıyordu. H., hem arkadaşları hem de ailesinin kendisi ile yeterince ilgilenmediği, herkesin onu terk ettiğini ve yalnız kaldığından yakınıyordu. H.'nin diğer insanları iyi/kötü olarak bölmesi de onları istikrarsız olarak değerlendirmesinden kaynaklanmaktadır. Görüşmeler sırasında ailesinin açtığı sergilere gelmemelerini de terk edilme olarak algıladığını ifade etmiştir; yaşam öyküsünde bahsettiği ortaokul öğretmenin de istikrarsızlığını dile getirmiş ve evlendikten sonra tıpkı diğerleri gibi onu terk etmiştir. Young; bu şemaya sahip olan bireylerin ilişkide buldukları önemli diğerlerinin onları terk edeceklerini ve diğer kişilerin istikrarsız olarak algıladıklarını söylemiştir (Young, 1990, 2003).

Güvensizlik- suiistimal edilme: Fırsat verildiğinde zarar göreceği, istismar edileceği, yalan söyleyeceğine inanırlar (Young 1990,2003). H.'nin kurduğu ilişkilere bakıldığında, arkadaşlarına ve ailesine karşı duyduğu derin güvensizlik göze çarpmaktadır. İçindeki boşluk duygusunu bastırabilmek için kurduğu tekinsiz ilişkiler suiistimal edilmeye uygun davranışlardır. H., bu örüntü nedeniyle, bu tür ilişkiler kurma eğiliminde olmuştur.

Duygusal yoksunluk: H.'nin öyküsünde babası, ablaları, erkek kardeşi ile duygusal bağ kuramadığını, onların H.'yi sevmediği sıklıkla dile getirilen bir temadır. Uzun süreli ilişkiler kuramaması, hayatındaki ilişkilerin geçici olması da buna örnek olarak gösterilebilir. Bu şemaya sahip bireyler, duygusal bağlantı kuramadıklarından yakınmaktadırlar (Kahraman, 2015).

Kusurluluk/utanç: Kendini kusurlu, kötü, aşağı ve değersiz olarak görürler (Young 1990,2003). H.'nin kendini diğer erkekler gibi değerlendirmemesi, kendini 'arızalı' olarak değerlendirmesi bu şemaya örnektir. H., bu örüntüye çocukluk döneminden beri sahiptir. Kendini babası ve erkek kardeşi gibi bulmuyor. Sahip olduğu değerlerin, ailesi ve toplum için kusurlu olarak değerlendirildiğini düşünüyor ve bu örüntü onun sahip olduğu tüm ilişkileri etkilemiş olarak görülebilir.

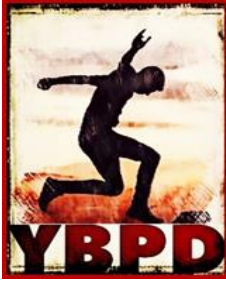
Sosyal izolasyon- yabancılaşma: H., Kuzey Kıbrıs'a döndükten sonra bir Sivil Toplum Kuruluşu'nun (STK) kurucu üyesi olmuştur. Fakat bu STK'daki diğer üyelere karşı duyduğu güvensizlik, onları istikrarsız olarak algılaması, kendi görüş ve düşüncelerine saygı göstermediklerini düşünmesi yüzünden bu STK'dan istifa etmiştir. Daha sonra ise diğer üyelerin onu aramaması da bu düşüncelerini ona kanıtlar nitelikte olmuştur. H., kendini en iyi hissettiği zamanların evde tek başına olduğu, kimse ile iletişim kurmadığı zamanlar olduğunu da dile getirmiştir. Bu da H.'nin sosyal izolasyon şemasına da sahip olduğunu gösterir nitelikte başka bir bulgudur.

Karatzias ve ark. (2016) yılında travma yaşamış bireylerin sahip oldukları psikopatolojiler ve bunların erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkilerine bakılmıştır. Travma yaşamış bireylerin erken dönem uyumsuz şemaların tümünde yükselmeler bulunmuştur. Özellikle kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı birçok psikopatoloji ile ilintili olarak görülmüştür. Wesley ve Manjula (2015)'da benzer olarak depresif ve depresif olmayan bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile travma deneyimleri araştırılmıştır. Bu araştırmanın sonucu olarak da erken çocukluk dönemlerinde travmatik yaşantılara maruz kalan bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarında bozulmalar olduğu ve buna bağlı olarak depresif oldukları görülmüştür. Olgunun erken çocukluk ve ergenlik döneminde yaşamış olduğu göç olgusu, onun erken dönem uyumsuz şemalar geliştirmesine neden olduğu ve bu şemaların da onun yetişkinlik yaşantısını olumsuz olarak etkilediği düşünülmektedir. Göç olgusu ile karşı karşıya kalan bireylerin daha kalıcı ve değişime dirençli olan bu şemaların değiştirilmesi olguların daha uyumlu bir yaşam sürmelerine olanak sağlayacaktır.

Kaynakça

- American Psychological Association (2017). *Clinical practice guideline for the treatment of posttraumatic stress disorder (PTSD) in adults*. Guideline Development Panel for the Treatment of PTSD in Adults.
- Arredondo-Dowd, P. M. (1981). Personal loss and grief as a result of immigration. *Personnel & Guidance Journal*, 59, 376-378.
- Baron, N., Jensen, S. B., & De Jong, J. T.V.M. (2003). *Refugees and internally displaced people*. In B. L. Green (Ed.), *Trauma Interventions in War and Peace: Prevention, Practice and Policy*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers. 243- 270.
- Bemak, F. and Chung, R. C.-Y. (1998). Vietnamese Amerasians: Predictors of distress and self-destructive behavior. *Journal of Counseling & Development*, 76, 452-458.
- Bennett, S. (2014). People detained for prolonged periods in immigration detention experienced significant psychological and interpersonal difficulties that make it difficult to rebuild their lives following release from detention. *Australian Occupational Therapy Journal*, 61, 33-36.
- Bhui, K., Abdi, A., Abdi, M., Pereira, S., Dualeh, M., Robertson, D., & ... Ismail, H. (2003). Traumatic events, migration characteristics and psychiatric symptoms among Somali refugees--preliminary communication. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 38(1), 35-43.
- Cockram, D.M., Drummond, P.D., Lee, C.W.(2010), Role and treatment of early maladaptive schemas in Vietnam veterans with PTSD. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 17, 165-182.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2001). *Posttraumatic growth: The positive lessons of loss*. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning reconstruction and the experience of loss* (pp. 157-172). Washington, DC: American Psychological Association.
- Dovidio, J. F., & Esses, V. M. (2001). Immigrants and Immigration: Advancing the Psychological Perspective. *Journal Of Social Issues*, 57(3), 378.
- Ekici, G. Savaş, H.A. Çıtak, S.(2001). İntihar riskini artıran psikososyal etmenler (sosyal güvence yokluğu, göç ve diğer stresörler). *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(4), 204-212.
- Erol, M. O., Ersever, G. T. (2014). Göç krizi ve göç krizine müdahale. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi*, 24(1), 47.
- Fazel, M., Wheeler, J., Danesh, J. (2005). Prevalence of serious mental disorder in 7000 refugees resettled in western countries: A systematic review. *Lancet*, 365, 1309-1314.
- Gün, Z., Bayraktar, F.(2008). Türkiye’de iç göçün ergenlerin uyumundaki rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(2), 167-176
- Janoff-Bulman, R.(1989). Assumptive Worlds and the Stress of Traumatic Events. *Social Cognition*, 7(2), 113-136.
- Jelinek, L, Wittekind, C.E., Kellner, M., Moritz, S., Muhtz, C.(2013). (Meta)cognitive beliefs in posttraumatic stress disorder following forced displacement at the end of the Second World War in older adults and thie offspring. *Cognitive Neuropsychiatry*, 18(5), 452-462.
- Kahraman, Ö. (2015). 1989 Bulgaristan zorunlu göçünü yaşamış aileler ile göç yaşantısı olmayan ailelerin şema modeli açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Karatzias, T., Jowett, S., Begley, A. & Deas, S. (2016). Early maladaptive schemas in adult survivors of interpersonal trauma: foundations for a cognitive theory of psychopathology. *European Journal of Psychotraumatology*, 7, 1-12.
- Laufer, A., Solomon, Z.(2006). Posttraumatic symptoms and posttraumatic growth among Israeli youth exposed to terror incidents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(4), 429-447.
- Lee, D.A, Scragg, P. Turner, S.(2001). The role of shame and guilt in traumatic events: A clinical model of shame-based and guilt-based PTSD. *Psychology and Psychotherapy, Theory, Research and Practice*, 74(4), 451-466.
- Lev-Wiesel, R. (2007). Integrational transmission of trauma across three generations, a preliminary study. *Qualitative Social Work*, 6(1), 75-79.
- Özdemir, B., Çelik, C., Özmenler K.M. ve Özşahin A.(2010). Savaş stres reaksiyonlarının tarihsel gelişim süreci. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 9(1), 63-70.
- Samarasinghe, K., & Arvidsson, B. (2002). It is a different war to fight here in Sweden the impact of involuntary migration on the health of refugee families in transition. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 16(3), 292-301.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young şema ölçeği kısa form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.
- Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Tuzcu, A., Bademli K.(2014). Göçün psikososyal boyutu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(1), 56-66.
- Van Ommeren, M., Sharma, B., Sharma, G. K., Komproe, I., Cardena, E., & de Jong, J. M. (2002). The relationship between somatic and PTSD symptoms among Bhutanese refugee torture survivors: Examination of comorbidity with anxiety and depression. *Journal of Traumatic Stress*, 15(5), 415-421.
- Young, J. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota, FL. Professional Resource Pres, s.9.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.
- Warfa, N., Bhui, T., Craig, T., Curtis, S., & Mohamud, S. (2005). Post-migration geographical mobility, mental health and health service utilisation among Somali refugees in the UK: A qualitative study. *Health & Place*, 12(4), 503-515.
- Weine, S., Muzurovic, N., Kulauzovic, Y., Besic, S., Lezic, A., Mujagic, A., Spahovic, D., Feetham, S., Ware, N., Knafl, K., & Pavkovic, I. (2004). Family consequences of refugee trauma. *Family Process*, 43(2), 147-160.
- Wesley, M.S. & Manjula, M.(2015). Early maladaptive schemas and early trauma experience in depressed and non depressed individuals: An Indian study, *Journal of Psychosocial Researc*, 10(1), 125-137.



ARAŞTIRMA MAKALESİ / RESEARCH ARTICLE

YEME TUTUMUNUN, DÜŞÜNCE BEDEN BİÇİMİ KAYNAŞMASI, CİNSİYET VE VÜCUT KİTLE İNDEKSİ İLE İLİŞKİSİNİN ARAŞTIRILMASI(*)

Sultan OKUMUŞOĞLU(**)

Lefke Avrupa Üniversitesi
ORCID: 0000-0001-6155-2325

ÖZ

Belli psikopatolojilerin belli bilişsel çarpıtmalar ile karakterize olduğu kabul edilir. Yeme bozuklukları ve Obsesif-Kompulsif Bozukluklar (OKB), komorbidite, benzer çarpıtmalar ve girici düşünceler içermeleri sebebiyle ilişkilendirilirler. Beden biçimi ve ağırlığına ilişkin çarpıtılmış düşünceler yeme bozukluklarıyla ilişkilendirilir ve 'Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması' olarak kavramlaştırılmış bilişsel çarpıtma, OKB'de yaygın olan Düşünce Eylem Kaynaşmasının bir çeşitlemesidir. Tedavi ve tanılamada potansiyel yararları açısından bu çalışmada yeme tutumunun, düşünce beden biçimi kaynaşması, cinsiyet ve vücut kitle indeksi ile ilişkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Katılımcılar 18-28 yaş aralığında, 73 üniversite öğrencisidir (58 erkek). Yeme Tutumu testi (YTT) ve Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması (DBBK) ölçekleri ile veri toplanmıştır. DBBK ile YTT arasında ($r=0.53$, $p=0.01$) ve VKİ arasında ($r=0.34$, $p=0.01$) pozitif korelasyon saptanmıştır. Adımsal Regresyon bulgularına göre DBBK'nin en önemli yordayıcısı, YTT puanlarıdır. YTT puanları DBBK varyansının %28'ini, VKİ, cinsiyet eklendiğinde %47'sini açıklamaktadır. YTT puanları açısından kadınlar daha yüksek ortalamalarla farklılaşmıştır. YTT puanları patolojik kesme noktasına (≥ 30) göre ayrılan gruplar arasında 30 ve üzerinde puan alan grubun DBBK puanları açısından daha yüksek ortalamalarla farklılaştığı saptanmıştır. Yeme bozukluklarının karakteristiği olan yemeye, beden biçim ve ağırlığına aşırı değer biçmenin, OKB benzeri girici düşüncelerin bu çarpıtmayla ifade bulmasıyla paralel bulgular saptanmıştır. Pratik ve teorik açıdan anlamları olan bulgular elde edildiği düşünülmektedir. Bulguların, gelecek araştırmalarla çalışıldıktan sonra, terapide hangi bilişlerin hedef alınacağı konusunda yol gösterici bilgi birikimine katkı sağlayacağı umulmaktadır.

Anahtar Sözcükler

Düşünce Beden Biçimi Çarpıtması, Yeme Bozuklukları, Yeme Tutumu, Bilişsel Çarpıtmalar

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP OF EATING ATTITUDES WITH THOUGHT SHAPE FUSION, GENDER AND BODY MASS INDEX

ABSTRACT

Certain pathologies are accepted as characterized with relevant certain cognitive distortions. Eating Disorders and Obsessive Compulsive Disorders (OCD) are related in terms of comorbidity, existence of similar distortions and intrusive thoughts. Distorted cognitions related with body shape and weight are associated with eating disorders and the distorted cognition which was conceptualised as thought shape fusion is accepted as a version of thought action fusion which is commonly seen at OCD. Because of its practical and theoretical relevance the aim of the present study is investigation of the relationship of eating attitudes of individuals with thought shape fusion cognitive distortion and gender and body mass index (BMI). Participants are 73 university students with age range 18-28 (58 male). Eating Attitudes Test (EAT) and Thought Shape Fusion Scale (TSFS) have been used for data collection. A positive correlation was found between TSFS and EAT ($r=0.53$, $p=0.01$) and TSFS and BMI ($r=0.34$, $p=0.01$). According to stepwise regression analysis primary predictor of TSFS scores are EAT scores; % 28 of the variance of the TSFS was explained by EAT scores and when BMI and gender variables are added the explained variance is %47. Women differed with significantly higher means in terms of EAT scores. Groups were formed according to pathology cut point of EAT scale (≥ 30) and the group above the cut point differed with significantly higher TSFS mean scores. Results of the present study seems parallel with the claims which associates eating disorders with distorted cognitions which are expressions of intrusive thoughts similar to OCD and associated with characteristics of eating disorders as overrating of food, body weight and shape. Findings are evaluated as having practical and theoretical significance. It is hoped that after supported with future studies the findings of the present study will be useful by adding to the existing knowledge in the field which associated with the efforts about determination of certain cognitive distortions to increase therapeutic outcome.

Key Words

Thought Shape Fusion, Eating Disorders, Eating Attitudes, Cognitive Distortions

(*) Bu makale 5-6 Mayıs 2017, VIII. Işık Savaşır Klinik Psikoloji Sempozyumunda sözel bildiri olarak sunulmuş ve özet kitapçığında yer almıştır.

(**)Yard. Doç. Dr., Lefke Avrupa Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, ssehitoglu@eul.edu.tr, sultan.okumusoglu@gmail.com

Alıntılama: Okumuşoğlu, S. (2017). Yeme tutumunun, düşünce beden biçimi kaynaşması, cinsiyet ve vücut kitle indeksi ile ilişkisinin araştırılması. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(1), 59-65.

Giriş

Yeme bozuklukları, ciddi psikiyatrik bozukluklardır. Yeme davranışında bozulma, beden algısında değişiklikler, ağırlık ve beden algısına ilişkin obsesif zihin meşguliyeti ve şişmanlamaya yönelik hastalıklı bir korku ile karakterizedirler (American Psychological Association [APA], 2013). Beck'e (1967) göre duyuşsal tepki gerçekte ne olduğundan daha çok bireyin deneyimini nasıl yapılandığıyla ilgilidir. Bilişsel Kuram, psikopatolojilerin sürdürücü etmeni olarak kişinin rasyonel olmayan inançları ve gerçek hakkındaki hatalı varsayımlarını, yani altta yatan çarpıtılmış bilişlerini görür (Beck, 2001; Beck, 2011). Ayrıca, işlevsel olmayan inançların kişilerin sosy-duyuşsal uyarılara güçlü tepkiler vermelerine ve etkisiz duygu düzenleme stratejileri benimsemelerine yol açabileceği (Gagnon, Daelman ve McDuff, 2013) bildirilmektedir. Bilişsel çarpıtmaların var olması, gerçeğe uygun olmayan, çarpık düşüncelerin süreklilik gösterir biçimde var olmasıdır. Belirli psikopatolojiler zaman zaman belirli bilişsel çarpıtmalarla karakterizedirler (Rachman ve Shafran, 1999; Coelho ve ark., 2014). Dolayısıyla ilişkili literatürde bilişsel çarpıtmalar, psikopatolojilerin sürdürücü etkeni olarak kabul edilmektedirler (Beck, 2011; Shafran ve Robinson, 2004).

Yeme bozuklukları ile obsesif kompulsif bozukluklar, komorbidite (Swinbourne & Touyz, 2007; Richter, Summerfeldt, Antony ve Swinson, 2003), aşırı uğraşlar, girici düşünceler (Rothenberg, 1986) ve benzer çarpıtılmış düşünce biçimleri (Demet ve Taşkın, 2009) bakımından ilişkilendirilmektedirler. Obsesif-Kompulsif bozukluklarda yaygın olarak görülen bir bilişsel çarpıtma türü 'şişirilmiş sorumluluk' çarpıtmasıdır. Yani akıldan geçen 'kötü' düşüncelerin o düşüncede içerilenin olma olasılığını artıracığı çarpıtılmış yorumu ile sırf aklımdan geçti diye kişinin kendisini kötü olaylardan, olası zararlardan sorumlu tutması halidir (Berle ve Starcevic, 2005). Düşünce eylem kaynaşması, obsesif-kompulsif bozukluklarda 'şişirilmiş sorumlulukla' ilişkili bulunan bir bilişsel çarpıtma türü olarak kabul edilir (Shafran ve Rachman, 2004). Düşünce eylem kaynaşması çarpıtmasına benzer bir bilişsel çarpıtmanın, yeme bozukluğu olan kişilerde psikopatolojilerine uygun bir biçimde var olduğu ileri sürülmektedir (Cooper ve ark., 1997). Düşünce eylem kaynaşmasının bir çeşitlemesi olan bu bilişsel çarpıtma 'Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması' olarak kavramlaştırılmıştır (Shafran, Teachman, Kerry, ve Rachman, 1999). Özetle ifade edilirse, bu bilişsel çarpıtmaya sahip olanlar "fazla yeme veya yasak olan gıdaları tüketme konusunda düşünürsem eğer, kilo alabileceğimi düşünürüm/ahlak sahibi olmadığımı düşünürüm/kendimi daha şişman hissederim" şeklinde düşünme eğilimindedirler (Shafran ve Robinson, 2004). Beden biçimi ve ağırlığına ilişkin çarpıtılmış düşüncelerin yeme bozukluklarıyla ilişkisini ortaya koyan araştırmalar (Mizes ve ark., 2000) vardır. Düşünce beden biçimi kaynaşması bilişsel çarpıtması daha fazla olan bireylerin bir yiyecek reklamıyla karşılaşmak gibi günlük deneyimlerinin bile kuma ve kısıtlama davranışları şeklinde telafi edici davranışlarını pekiştiriyor olabileceği ileri sürülmektedir (Ouellet-Courtois, Coelho, Radomsky, Israël ve Steiger, 2015). Literatürde hem tedavi hem de tanılamada daha iyi sonuçlar getirebilecek olması nedeniyle bilişlerle ilgili daha ileri çalışmalara ihtiyaç duyulduğuna işaret edilmektedir (O'Connor ve Dowrick, 1987). Belli psikopatolojilerle ilişkili bilişsel çarpıtmaların araştırılmasının daha etkin tedavilere ulaşabilme olasılığı açısından değeri ayrıca önemle vurgulanmaktadır (Shafran ve Robinson, 2004).

Literatür bilgilerinden yola çıkılarak söz konusu çarpıtılmış bilişlerin yeme tutumu ile ilişkisinin farklı örneklerle araştırılması gerektiği düşünülmektedir. Bu ilişki konusunda bilgi birikiminin artmasının gerek kuramsal açıdan gerekse yeme bozukluklarının psikoterapilerinde hangi bilişlerle çalışılacağı konusunda yol göstermesi yoluyla klinik uygulama açısından katkı sağlaması beklenmektedir. Dolayısıyla, bu çalışmanın temel amacı bireylerin yeme tutumlarının düşünce beden biçimi kaynaşması bilişleri ile ilişkisinin araştırılmasıdır. Yanı sıra bireylerin yeme tutumlarının sahip olunan ağırlığın boyun karesine bölünmesiyle elde edilen vücut kitle indeksi ve cinsiyet farklılıkları ile ilişkisi de araştırılacaktır.

Yöntem

Katılımcılar

Katılımcılar İzmir'deki çeşitli üniversitelerde sporla ilişkili bölümlerde (Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları) okuyan üniversite öğrencileridir. Bilgilendirilmiş onam ilkesine göre veri toplanmıştır. Kartopu örneklem metoduyla, ulaşılabilirlik ilkesine göre ulaşılmış öğrencilere çalışmanın amacı açıklanmıştır. Ölçeklerle elde edilecek verilerin anonim biçimde bilimsel araştırma amacıyla kullanılacağı açıklamasını takiben çalışmaya katılmaya gönüllü olan 73 öğrenci ölçekleri yanıtlamıştır. Katılımcıların 58'i erkek, 15'i kadındır. Katılımcılar, 18 ile 28 yaş aralığındadır (Ort.=22.45, S=2.19). Kilogram cinsinden ağırlığın boyun metre cinsinden karesine bölünmesiyle elde edilen Vücut kitle indeksi (VKİ) bakımından katılımcılar 16.41 kg/m² ile 29.04 kg/m² aralığındadır (Ort.=22.10, S=2.86).

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu: Katılımcıların cinsiyet, yaş, kilo ve boy gibi demografik bilgileri bu form kullanılarak elde edilmiştir. Kilo ve boya ilişkin bilgiler vücut kitle indeksi (VKİ) hesaplamasında kullanılmıştır. Her bir katılımcı için VKİ kilogram cinsinden vücut ağırlığının, boyun metre cinsinden karesine bölünmesiyle elde edilmiştir.

Yeme Tutumu Testi: Ölçek, 40 maddelik, altılı likert tipi, yüksek puanların yeme bozukluğu alanında patolojiye işaret ettiği bir öz bildirim ölçeğidir. Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilmiş ölçeğin, Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği gerçekleştirilmiştir (Savaşır ve Erol, 1989; Elal, Altuğ, Slade ve Tekcan, 2000). Ölçekten alınan 30 ve üzerindeki puanlar psikopatoloji ifade eden kesme noktası olarak bildirilmiştir (Savaşır ve Erol, 1989). Orijinal ölçeğin Cronbach Alfa değeri klinik tanı grubu için (AN) 0.79 ve yeme bozukluğu tanısı almamış olan "normal" katılımcılarla birlikte tüm grup için 0.94 olarak bildirilmiştir (Garner ve Garfinkel, 1979). Savaşır ve Erol'un (1989) çalışmasında ise alfa değeri 0.70 ve test tekrar test korelasyonu ise 0.65 olarak bildirilmiştir.

Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması: Orijinal ölçek Shafran ve arkadaşları (1999) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Varlık ve Kabakçı (2008) tarafından çalışılmıştır. Dörtlü likert tipi bir ölçek olup, 0 ile 4 arasında puanlanan 34 madde içermektedir. Orijinal ölçekle ilgili çalışmada ölçek soru gruplarının özelliklerine dayanarak kapsam ve yorum bölümleri olarak ele alınmış ve bu bölümlere ilişkin alfa katsayıları sırasıyla 0.95 ve 0.97 olarak bildirilmiştir (Shafran ve ark., 1999). Türkçe ölçeğin alfa katsayısı ise toplam için 0.93 (kapsam 0.90 ve yorumlama 0.82) olarak bildirilmiştir. Test tekrar test korelasyonu ise 0.69 (p<0.01) olarak aktarılmıştır (Varlık ve Kabakçı, 2008).

Bulgular

Tablo 1. DBBK, YTT VE VKİ arasındaki korelasyon ilişkileri ve betimsel bulgular

Ölçekler	\bar{X}	Ss	1	2	3
DBBK	32.397	28.236	1		
YTT	15.917	12.194	0.534*	1	
VKİ	22.102	2.863	0.339*	-0.004	1

*p<0.01 DBBK: Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması Ölçeği, YTT: Yeme Tutum testi, VKİ: Vücut Kitle İndeksi

Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması ile Yeme Tutumu arasında (r= 0.534, p=0.01) ve VKİ arasında (r=0.339, p=0.01) pozitif korelasyon saptanmıştır. Tablo 1'de görülebileceği gibi VKİ ile Yeme Tutum Testi puanları arasında negatif bir ilişki görülmeğe de bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir (p>0.05).

Tablo 2. Stepwise girişe göre DBBK'nın yordayıcıları

Yordayıcılar	R	R ²	B	Beta	Std. Hata	F
YTT	.534	.285	1.236	0.534	0.232	28.316*
VKİ	.634	.402	3.367	0.341	0.912	23.500*
Cinsiyet	.687	.472	21.089	0.304	6.981	20.528*

*p<0.001 Değişkenler: DBBK: Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması, YTT: Yeme Tutum Testi, VKİ: Vücut Kitle İndeksi

Düşünce Beden Biçimi Kaynaşmasının (DBBK) yordayıcıları adımsal regresyon analizi ile araştırılmıştır. Yordanan olarak DBBK puanları girilmiştir. Yordayıcıların araştırılması için analize Yeme Tutum Testi puanları, Vücut Kitle İndeksi ve cinsiyet değişkenleri alınmıştır. Tablo 2'de görülebileceği gibi Yeme Tutum Testi puanları DBBK puanlarının en önemli yordayıcısı olarak belirmiş, DBBK'ye ait varyansı %28 oranında tek başına yordadığı saptanmıştır. YTT ve VKİ birlikte varyansın %40'unu açıklarken, YTT, VKİ ve cinsiyet değişkenleri bir arada Düşünce Beden Biçimi Kaynaşmasına ilişkin varyansın %47'sini açıklamıştır.

Tablo 3. Kadınlarla erkeklerin VKİ açısından farklılaşmasını test etmek amacıyla yapılan t-test bulguları

	Grup	N	\bar{X}	Ss	t	p
Vücut Kitle İndeksi	Kadın	15	24.395	2.748	3.663	0.001*
	Erkek	58	21.509	2.599		

*p<0.05

Kadınlarla erkeklerin VKİ açısından farklılaşması t-test ile araştırılmıştır. İki grubun VKİ açısından anlamlı biçimde farklılaştığı saptanmıştır (t=3.663, p<0.05). Kadınlar (Ort.=24.395, SS=2.748) daha yüksek ortalamalarla erkeklerden (Ort.=21.509, SS=2.599) farklılaşmıştır.

Tablo 4. Yeme Tutum Testi toplam puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığına dair yapılan t-test bulguları

	Grup	N	\bar{X}	Ss	t	p
Yeme Tutum Testi	Kadın	15	22.400	16.216	2.383	0.02*
	Erkek	58	14.241	10.456		

*p<0.05

Yeme Tutum Testi toplam puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığına dair t-test analizleri gerçekleştirilmiştir. Bulgulara göre, kadınlarla (n=15) erkekler (n=58) arasında Yeme Tutum Testi puanları açısından (t=2.383, p<0.05) istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Kadınlar YTT puanlarında daha yüksek ortalamalarla (Ort=22.40, SS=16.21) erkeklerden (Ort.=14.24, SS=10.45) farklılaşmıştır. Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması puanları açısından ise cinsiyete dayalı anlamlı farklılaşma saptanamamıştır.

Tablo 5. Yeme tutum testi kesme noktası grupları arasında DBBK farklılıklarına ilişkin t-test sonuçları

	Grup	N	\bar{X}	Ss	t	p
YTT Kesme Noktası	≥30	8	67.00	33.00	-3.221	0.012*
	<30	65	28.13	24.69		

*p<0.05 YTT: Yeme Tutum Testi Kesme, DBBK: Düşünce Beden Biçimi Kaynaşması

Katılımcılar YTT testinde psikopatoloji varlığı için kesme noktası kabul edilen 30 puandan (Savaşır ve Erol, 1989) az alanlar (n=65) ile fazla puan alanlar (n=8) olarak iki gruba ayrılmıştır. Bu iki grubun DBBK puanları açısından farklılaşp farklılaşmadığına t-test analizleri ile bakılmıştır. YTT ölçeği puanları, 30'un üstünde

olan grubun puanları daha düşük olan gruptan DBBK puanları açısından anlamlı biçimde farklılaştığı saptanmıştır ($t=-3.221, p<0.05$). Puanları ≥ 30 olan grup (Ort.=67, SS=33) puanları 30'un altında olan gruptan (Ort.=28.13, SS=24.69) daha yüksek ortalamalarla farklılaşmıştır.

Tartışma

Bu çalışmada yeme tutumu, düşünce beden biçimi kaynaşması, cinsiyet ve vücut kitle indeksi değişkenlerinin ilişkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Yeme bozukluklarında sürdürücü bir faktör olarak düşünülen belli çarpıtmaların yeme bozukluğu eğilimiyle ilişkisinin araştırılması hedeflenmiştir. Sonuçlardan görülebileceği gibi, düşünce beden biçimi kaynaşması bilişsel çarpıtmasının en önemli yordayıcısı yeme tutumları olmuştur. Bunu vücut kitle indeksi ve cinsiyet değişkenleri izlemiştir. Kadınların yeme tutumları puan ortalamalarında erkeklerden daha yüksek değerlerle farklılaşması, kadınlarda yeme bozukluğunun daha yaygın görüldüğü bilgisiyle paraleldir (APA, 2013). Kadınların VKİ açısından daha yüksek ortalamalarla erkeklerden farklılaşması en azından araştırmaya katılan bu grup açısından düşük beden ağırlığına yol açacak şekilde kendini ölesiye aç bırakma eğiliminin yaygın olmadığını düşündürse de, katılımcıların spor yapan bir grup olması dolayısıyla genel toplumdan farklılaşması nedeniyle kas kitlesinin ağırlık hesaplamalarını değiştirebileceği de düşünülebilir. İlişkili olabilecek faktörlerin gelecek araştırmalarla açıklığa kavuşturulması önerilir. Katılımcıların sadece beden kitle indeksinin değil yanı sıra yağ ve kas oranlarının da gelecek çalışmalarda ele alınması önerilir. Sadece beden kitle indeksinin ele alınması literatürde yaygın bir yaklaşım olmakla birlikte bu çalışmanın bir limitasyonu olarak kabul edilebilir. Yeme tutumu ile düşünce beden biçimi kaynaşması arasındaki korelasyon ilişkisi ($r=0.53$) Varlık ve Kabakçı'nın (2008) ($r=0.36$) bulgusu ile aynı yönde, ancak daha yüksektir. Yeme tutumundaki bozulmayla düşünce beden biçimi kaynaşması çarpıtmasının birlikte artıp azaldığını göstermesi bakımından önemlidir. Bulgu düşünce beden biçimi kaynaşması çarpıtmasındaki değişimlerin yeme tutumundaki değişimlerle ilişkilendirilmesiyle (Coelho ve ark., 2014) ve bu ilişkinin klinik anlamları olduğu vurgusuyla (Quellet-Courteois ve ark., 2015) uyumlu görünümündedir.

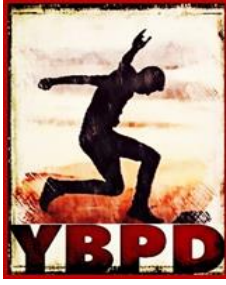
Yeme Tutum Testi puanları -psikopatolojiye işaret eden kesim noktası kabul edilen otuzun üstünde olan grupta düşünce beden biçimi kaynaşması bilişsel çarpıtmasının daha fazla görülmesi, bunun yeme bozukluklarıyla ilişkili bir çarpıtma olduğunu doğrular nitelikte diğer bir önemli bulgudur. Belli bilişsel çarpıtmaların belli patolojilerin devamlılığını sağlayan sürdürücü etkeni olması saviyla tutarlıdır (Beck, 2011; Shafran ve Robinson, 2004). Düşünce beden biçimi kaynaşması bilişsel çarpıtmasının, yeme bozukluklarının karakteristiği olan yemek yeme konusuna, beden biçim ve ağırlığına aşırı değer biçme yanlılığının, bu alanlardaki OKB benzeri girici düşüncelerin varlığının bir ifadesi olabileceğini ileri süren literatürle de örtüşmektedir (Demet ve Taşkın, 2009).

Belli psikopatolojilerin belli sürdürücü bilişlerle ilişkisini ortaya koyan araştırmalar bu psikopatolojilerin bilişsel tedavilerinde hangi bilişlerin hedef alınacağı konusunda yol gösterici olabilir. Bununla birlikte bireysel farklılıkların her konuda olduğu gibi bu konuda da tedavinin önemli bir değişkeni olarak ele alınmasının gerekliliği muhakkaktır. Dolayısıyla kimi yeme bozukluğu hastalarında bilişsel çarpıtmalara yatkınlığın diğerlerinden daha fazla olabileceğinin ileri sürüldüğü de akılda tutulmalıdır (Coelho ve ark., 2012; Radomsky ve ark., 2002). Bulgularının gerek uygulama gerekse teori açısından değer taşıdığı bu alandaki bilgi birikiminin artırılması ihtiyacı sürmektedir. Konunun gelecek araştırmalarla, daha geniş ve çeşitli örneklerle çalışılması önerilir.

Kaynakça

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington, APA Publishing.
- Beck, A.T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York, Harper and Row Press.
- Beck, J.S. (2011). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. 2. Baskı. New York, The Guilford Press.
- Beck, J. S. (2001). *Bilişsel terapi - Temel ilkeler ve ötesi*. (N. H. Şahin çev). Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1995.)
- Berle, D. ve Starcevic, V. (2005). Thought-action fusion: Review of the literature and future directions. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 263-284.
- Coelho, J. S., Baeyens, C., Purdon, C., Pitet, A. ve Bouvard, M. (2012). Cognitive distortions and eating pathology: Specificity of thought-shape fusion. *Behaviour Research and Therapy*, 50(7), 449-456.
- Coelho, J. S., Wilson, S., Winslade, A., Thaler, L., Israel, M. ve Steiger, H. (2014). Over-evaluation of thoughts about food: Differences across eating-disorder subtypes and a preliminary examination of treatment effects. *International Journal of Eating Disorders*, 47 (3), 302-309.
- Cooper, M., Cohen-Tove'e, E., Todd, G., Wells, A. ve Tove'e, M. (1997). The eating disorder belief questionnaire: Preliminary development. *Behaviour Research and Therapy*, 35(4), 381-388.
- Demet, M.M., ve Taşkın, E.O. (2009). Obsesif-kompulsif bozukluk ve yeme bozuklukları ilişkisi. *Noropsikiyatri Arşivi*, 39(1), 9-19.
- Elal, G., Altuğ, A., Slade, P. ve Tekcan, A. (2000). Factor structure of the eating attitudes test (EAT) in a Turkish university sample. *Eating and Weight Disorders*, 5(1), 46-50.
- Gagnon, J., Daelman, S. ve McDuff, P. (2013). Correlations of impulsivity with dysfunctional beliefs associated with borderline personality. *North American Journal of Psychology*, 15(1), 165-178.
- Garner, D.M. ve Garfinkel, P.E. (1979). The eating attitudes test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9(2), 273-279.
- Mizes, J. S., Christiano, B., Madison, J., Post, G., Seime, R. and Varnado, P. (2000). Development of the mizes anorectic cognitions questionnaire-revised: Psychometric properties and factor structure in a large sample of eating disorder patients. *International Journal of Eating Disorders*, 28(4), 415-421.
- O'Connor, O. J. ve Dourick, P. W. (1987). Cognitions in normal weight, overweight, and previously overweight adults. *Cognitive Therapy and Research*, 3(11), 315-326.
- Ouellet-Courtois, C., Coelho, J., Radomsky, A., Israël, M. ve Steiger, H. (2015). A feeling you can't let go: Temporal stability and vulnerability to thought-shape fusion in eating disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 39(5), 678-687.
- Rachman, S. ve Shafran, R. (1999). Cognitive distortions: Thought action fusion. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6(2), 80-85.
- Radomsky, A. S., De Silva, P., Todd, G., Treasure, J., ve Murphy, T. (2002). Thought-shape fusion in anorexia nervosa: An experimental investigation. *Behaviour Research and Therapy*, 40(10), 1169-1177.

- Richter, M.A., Summerfeldt, L.J., Antony, M.M. ve Swinson, R.P. (2003). Obsessive-compulsive spectrum conditions in obsessive-compulsive disorder and other anxiety disorders. *Depression & Anxiety*, 18(3), 118-127.
- Rothenberg, A. (1986). Eating disorders as a modern obsessive-compulsive syndrome. *Psychiatry*, 49(1), 45-53.
- Savaşır, I. ve Erol N. (1989). Yeme tutumu testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 19-25.
- Shafran, R., Teachman, B. A., Kerry, S. ve Rachman, S. (1999). A cognitive distortion associated with eating disorders: Thought-shape fusion. *British Journal of Clinical Psychology*, 38(2), 167-179.
- Shafran,R. ve Robinson,P. (2004). Thought shape fusion in eating disorders. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(4), 399-407.
- Shafran, R. ve Rachman, S. (2004). Thought-action fusion: A review. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 35(2), 87-107.
- Swinbourne, J.M. ve Touyz, S.W. (2007). The co-morbidity of eating disorders and anxiety disorders: A review. *European Eating Disorders Review*, 15(4), 253-274.
- Varlık, E. ve Kabakçı, E. (2008). Yeme tutumunun 'düşünce eylem kaynaşması' ve 'düşünce beden biçimi kaynaşması' ile ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 1-12.



ARAŞTIRMA MAKALESİ / RESEARCH ARTICLE

BENLİK SAYGISININ AKADEMİK MOTİVASYON ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: OTOMATİK DÜŞÜNCENİN ARACI ROLÜ

Cemaliye DİREKTÖR(*)

Lefke Avrupa Üniversitesi

ORCID: 0000-0002-6055-2224

Cahit NURİ()**

Yakın Doğu Üniversitesi

ORCID: 0000-0002-8926-2984

ÖZ

Bu araştırmada benlik saygısı ile akademik motivasyon arasındaki ilişkide otomatik düşüncenin aracı rolünün etkisi incelenmiştir. Araştırmanın alt problemleri olarak cinsiyet ve bölüm değişkenlerinin etkisi de incelenmiştir. Kuzey Kıbrıs'taki bir üniversitenin psikolojik danışma ve rehberlik ile zihin engelliler öğretmenliği bölümlerinden toplam 210 lisans öğrencisi (%42.4, 89 kadın; %57.6, 121 erkek), araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Tüm katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Benlik saygısı için "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Buna ek olarak akademik motivasyonu ölçmek için "Akademik Motivasyon Ölçeği" ve otomatik düşünce düzeylerini belirlemek için de "Genişletilmiş Otomatik Düşünce Ölçeği" kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu çalışmada, otomatik düşüncenin aracı etkisini belirlemek için Baron ve Kenny'nin aracı rol analizi yapılmıştır. Araştırmada motivasyonsuzluğun olumsuz otomatik düşünce ve benlik saygısı ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca benlik saygısı ile olumsuz otomatik düşünce arasındaki ilişkide motivasyonsuzluğun kısmi aracı rolü olduğu bulunmuştur. Toplam etki ve doğrudan etki puanları incelendiğinde %28 dolaylı etki olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler

Akademik Motivasyon, Otomatik Düşünce, Üniversite Öğrencileri, Benlik Saygısı

THE EFFECTS OF SELF-ESTEEM ON ACADEMIC MOTIVATION: THE MEDIATING ROLE OF AUTOMATIC THOUGHTS

ABSTRACT

The purpose of the present study is to investigate the mediational role of automatic thoughts on the association between self-esteem and academic motivation. Differences would be analyzed separated according to gender and faculty studied. The participants of the study are include a total of 210 undergraduate students (%42.4, 89 women; %57.6, 121 men) from counselling and mentally handicapped teaching departments of University in Northern Cyprus. All permissions were taken. In order of the aim of self-esteem were assessed using 'Rosenberg Self-Esteem Questionarie'. In addition academic motivation was measured by 'Academic Motivation Scale' and 'Automatic Thoughts Inventory' was used in measuring automatic thought levels of the participants. At this study relational screening analysis used, and mediation effect of automatic thoughts were analyzed using Baron and Kenny's mediation analysis method. Amotivation is related to self esteem and negative automatic thoughts. Partial mediation effect of amotivation subscale was proved among self-esteem and negative automatic thought. Evaluating the total effect and direct effect, it is indicated that, the difference is 28% of indirect effect value.

Key Words

Academic Motivation, Automatic Thoughts, College Students, Self-esteem

(*) MSc. Lefke Avrupa Üniversitesi Psikoloji Bölümü, cdirektor@eul.edu.tr

(**) MSc. Yakın Doğu Üniversitesi Özel Eğitim Bölümü, cahit.nuri@neu.edu.tr

Giriş

Toplumun gelişimi ile birlikte, insanın okul yaşamında geçirdiği süre artmıştır. Bu artışın oluşması bireyin eğitim yaşantısını etkileyen etmenleri arttırmış ve bu etmenlerin belirlenmesi de önem kazanmıştır. Eğitim alanında öğrencilerin akademik başarıları, akademik yeterlikleri ve motivasyon düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi de öncelik gerektirmektedir. Özellikle gelişen teknoloji ve bilim, eğitime verilen önemi artırmıştır. Son yıllarda üniversite eğitimi de bu durumdan etkilenmekte ve üniversitede öğrenim gören öğrenci sayısı gittikçe artmaktadır. Bu sayının giderek artması, üniversite yaşantısı ve eğitiminin araştırmacılar tarafından ilgi odağı haline gelmesine sebep olmuştur. Eğitimin en önemli parçası olan öğrencilerin akademik yaşantısını belirleyen faktörlerin ortaya konulması gerekmektedir. Üniversite öğrencilerinin akademik motivasyonunu etkileyen etmenlerin bilinmesi, öğrencilerin daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır. Öğrenmeye yönelik motivasyon düzeyi yüksek öğrenciler yetiştirilmesi durumu, öğrencilerin başarı düzeylerine olumlu yönde etki edeceğini düşündürmektedir. Bu yüzden öğrencilerin motivasyon düzeylerini arttıran ve motivasyon düzeylerine etki eden faktörlerin belirlenmesi önemli görülmektedir. Bu nedenle araştırmanın temel amacını, üniversitede öğrenim gören öğrencilerin benlik saygısı ile akademik motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkide otomatik düşüncenin aracı rolünü belirlemektir. Söz konusu çalışmanın; öğretmen yetiştiren kurum, öğretmen ve ilgili konuda çalışan araştırmalara katkı sağlaması beklenmektedir.

Kuramsal Çerçeve

Motivasyon günlük yaşantıda oldukça sık kullanılan bir terim olmasına rağmen kuramcıların tanımlamalarında tartışmaların olduğu görülmektedir. Wolters (2004), motivasyonu eylemde bulunma isteği ve/veya eğilimi olarak tanımlamaktadır. Bir başka tanım ise çok daha geniş bir yapıya vurgu yaparak motivasyonu, davranışı ortaya çıkaran sürdüren ve kontrol eden iç ve dış unsurların hepsi olarak açıklanmaktadır (Warren, 2000). İnsan yaşamının önemli bir unsuru olan motivasyon birçok farklı kuram açısından açıklanmaya çalışılmaktadır. Davranışçı kuramlar dışsal motivasyona vurgu yapmakta ve pekiştirece önem vermektedirler (Erden, 2008). Bilişsel yaklaşım ise içsel motivasyona dikkat çekmektedir. Bilişsel yaklaşımda dış çevrenin etkisinden çok insanın kendi inanç, değer ve amaçları doğrultusunda kendi kendini harekete geçirmesinin daha önemli olduğu belirtilmektedir. Öz Belirleme Kuramı da bilişsel yaklaşımla benzer olarak motivasyonu bireyin kendi içsel değerlendirmesi ve kendi kontrolünde olan bir yapı şeklinde tanımlamaktadır. Bu kurama göre dışsal motivasyona ek olarak motivasyon, iki boyuttan oluşmaktadır; bir tarafta içsel motivasyon, diğer uçta ise motivasyonsuzluk yer almaktadır. Motivasyon içsel kontrol odağı olarak nitelendirilirken, çevreden gelen tepkilere cevap vermeme ve/veya umursamazlık ise motivasyonsuzluk olarak açıklanmaktadır (Ryan & Deci, 2000). Öğrencilerin eğlenerek öğrenmesi içsel motivasyon olarak nitelendirilmektedir (McKinney, 2006). Akademik motivasyon ise akademik alanda isteğin olması ve enerji harcanması olarak tanımlanmaktadır.

Akademik başarı, performans, yeterlik ve motivasyon ile ilişkili etmenlere bakıldığında kişilik özelliklerinin (Neel & Fuligni, 2013) yanı sıra benlik saygısı ön plana çıkmaktadır. Benlik saygısı bireyin kendine verdiği değeri yansıtmaktadır (Leeson, Ciarrochi, & Heaven, 2008). Benlik saygısının akademik öz yeterlik inancı ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Giunta, Alessandri, Gerbino, Kanacri, Zuffiano & Caprara, 2013). Akademik başarı ile benlik saygısı arasında ilişki bulunduğu belirtilmektedir (Topçu & Leana-Taşçılar, 2016). Bir başka çalışmada da benlik saygısının bireyin motivasyonunun bir yordayıcısı olduğu belirtilmektedir (Komarraju & Dial, 2014). Üniversite öğrencileri araştırmacılar tarafından akıl sağlığı açısından risk grubu olarak nitelendirilmektedir. Benlik saygısı ile otomatik düşünce arasında güçlü bir ilişki olduğu bilinmektedir (Hiçdurmaz, İnci & Karahan, 2017). Düşünme, bireyin yaşamının merkezinde yer almaktadır. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım düşüncenin duygu ve davranış üzerindeki etkisini açıklamaktadır (Beck, 2014). Otomatik düşünce de bilişsel davranışçı yaklaşımın ortaya attığı bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Olumlu ya da olumsuz veya işlevsel olmayan şeklinde farklı

formlarla her insanda var olan bir özellik olarak belirtilmektedir (Karahana, Sardoğan, Özkamalı & Menteş, 2016). Otomatik düşünceler, bireyin çevreden gelen uyarıcılarla birlikte olayları yorumlama şeklini ve bireyin kendisini nasıl değerlendireceğini (Beck, Freeman & Davis, 2004) belirleyen; ani ve kontrol edilmesi zor bir şekilde ortaya çıkan (Türkçapar, 2008; Beck, 1976) sözel veya görsel düşünce yapıları olarak tanımlanmaktadır. Akıl sağlığı ile yakından ilişkili olan otomatik düşüncelerin bireyin kaygılı veya kendini üzgün hissettiği zamanlarda olumsuz otomatik düşünce olarak arttığı bilinmektedir (Beck, 2014). Otomatik düşünceler bireyin erken çocukluk döneminde geliştirdiği inançları ile doğrudan ilişkilidir. Buna ek olarak çocukluk dönemi, bireyin benlik saygısına ilişkin kazanımları için de önemli bir dönem olarak kabul edilmektedir.

Bu çalışmada birincil amaç olarak bir içsel güç olan benlik saygısının akademik motivasyon ile ilişkisi incelenmiştir. Bireyin yaşamında en temel olumlu değişken olarak kabul edilen benlik saygısının akademik motivasyon ile ilişkili olduğu varsayılmıştır. Söz konusu iki değişkenin üniversite örnekleminde birlikte çalışıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda bireyin erken çocukluk döneminden başlayıp yaşam boyu devam eden eğitim süreçlerinde önemli bir unsur olan akademik motivasyonun benlik saygısı ve otomatik düşünce ile ilişkisinin belirlendiği bir çalışmanın alana oldukça katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Bu araştırmanın amacı, bilişsel faktörler olarak benlik saygısı ve otomatik düşüncenin akademik motivasyon üzerindeki etkisini ortaya koymaktır. Bir başka deyişle, değişkenlerin kendi aralarındaki ilişkinin incelenmesi ve otomatik düşüncenin aracı rolünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Bir diğer deyişle, otomatik düşüncenin benlik saygısı ile akademik motivasyon arasındaki ilişkiye aracılık ettiği varsayımının sınanmıştır. Buna ek olarak akademik motivasyonun alt boyutları da aynı modelde incelenmiştir.

Yöntem

Araştırmanın Yöntemi

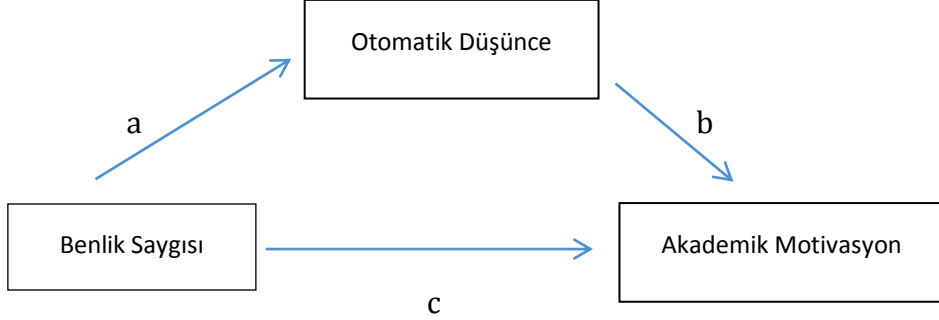
Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmış ve olumsuz otomatik düşüncenin aracı rolünü analiz etmek amacıyla Baron ve Kenny'nin (1986) aracı etki analiz yöntemi kullanılmıştır. Aracı değişken analizi ile bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni etkileme sürecindeki nedensel ilişkiye yönelik öngöründe bulunmak hedeflenmektedir. Bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkide bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisine aracılık eden aracı değişkenin, etki miktarını belirlemek için dolaylı etki incelenmektedir. Aracı değişken analizi sosyal bilimler ve sağlık araştırmalarının yanı sıra birçok araştırma alanında kullanılmaktadır (Montoya & Hayes, 2016). Baron ve Kenny (1986), aracı değişkenin etkisini analiz etmede üç kriterin gerçekleşmesi gerektiğini belirtmektedirler:

1. Bağımsız değişken, aracı değişken üzerinde anlamlı olarak etkilidir (a yolu)
2. Aracı değişken, bağımlı değişken üzerinde anlamlı olarak etkilidir (b yolu)
3. Bağımsız değişken, bağımlı değişken üzerinde anlamlı etkiye sahiptir (c yolu)

Sözü edilen unsurlar karşılandıktan sonra aracı değişken ve bağımsız değişken regresyon analizinde birlikte değerlendirildiğinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin azalması veya sıfır olmasının gözlenmesi gerekmektedir. Aracı değişkenin etkisini değerlendirmek için Hayes'in (2016) SPSS programına eklenerek kullanılacak şekilde geliştirdiği bir makro (PROCESS) kullanılmıştır. Programda toplam etki, doğrudan etki ve dolaylı etki puanları ile aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki aracı etkisi incelenmektedir (Preacher & Hayes, 2008). Birçok çalışmada stepwise regresyon ile analiz edilen değişkenler arası etki, bu yeni makro ile daha kullanışlı hale gelmiştir. Elde edilen etki miktarının anlamlılığını ölçmek için Sobel testinin ve bu sayede bootstrap güven aralığının yapılması gerekliliği, araştırmacılar tarafından bildirilmektedir (Reutter & Bigatti, 2014). Sobel Testinde anlamlılık Z skor katsayısı ile belirlenmekte ve bu skorun 1.93'dan büyük ve p değerinin de anlamlı olması gerekmektedir (Frazier, Tix & Baron, 2004). Etki büyüklüğü ise toplam etki puanından doğrudan etki puanını çıkararak elde edilmektedir. Bunun için de bootstrap güven aralığına bakılmalı ve alt ile üst sınırın sıfırın altında veya üstünde olması gerekmektedir (Preacher & Hayes, 2008).

Modelin oluşturulmasında Hayes'in önerisi ile bağımsız değişkenden bağımlı değişkene giden yol, "c yolu"; bağımsız değişkenin aracı değişken üzerinden bağımlı değişkene gittiği yol, "c¹ yol"; bağımsız değişkenden aracı değişkene giden yol "a yolu" ve son olarak da aracı değişkenden bağımlı değişkene giden yol "b yolu" olarak adlandırılmıştır (Montoya & Hayes, 2016).

Şekil 1. Benlik saygısı ile akademik motivasyon ilişkisinde olumsuz otomatik düşüncenin aracı rolü'ne ilişkin model



Şekil 1'de araştırmanın modeli sunulmuştur. Bu yöntemle göre öncelikle bağımsız değişken olan benlik saygısının aracı değişken olan olumsuz otomatik düşünce üzerindeki etkisinin değerlendirilmesi gerekmektedir. Daha sonra olumsuz otomatik düşüncenin akademik motivasyonu etkilemesi ve ardından da benlik saygısının akademik motivasyon üzerindeki etkisi incelenmelidir. Bu çalışmada, aracı değişken analizi yöntemi kullanılarak, benlik saygısı ile akademik motivasyon alt boyutları arasında olumsuz otomatik düşüncenin aracı etkisi olduğu hipotezi sınanmıştır.

Çalışma Grubu

Öğrencilerin seçiminde olasılıklı olmayan tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Walliman, 2006). Ölçekler, üniversite yönteminden gerekli izinler alındıktan sonra uygulamanın yapıldığı gün derste olan öğrencilere araştırmacı tarafından dağıtılmıştır. 312 adet ölçek farklı sınıflara dağıtılmış ancak bunlardan eksik doldurulan ve/veya boş bırakılan ölçekler SPSS programına girilmeden önce araştırmadan çıkartılmıştır. Araştırmanın örneklemini, Kıbrıs'ta bulunan özel bir üniversitenin psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) ile zihinsel engelliler öğretmenliği (ZEO) bölümlerinde öğrenim gören toplam 210 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcıların %42.4'ü kadın (n=89) ve %57.6'sı erkek (n=121) öğrencidir.

Veri Toplama Araçları

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği: Çalışmaya katılan bireylerin kendilerine verdikleri benlik değerini belirlemek için alan yazında sıkça kullanılan ve Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Rosenberg Benlik Saygısı ölçeği kullanılmıştır. Olumlu ve olumsuz maddeleri bulunan ölçek, 10 maddeden oluşmaktadır. Uyarlama çalışmasında iç tutarlılık katsayısı 0.71 olarak belirtilmiştir. Corwyn (2000) benlik saygısının toplam puan üzerinden değerlendirmeyi önermektedir. Ters maddeler çevrildikten sonra elde edilen puanın yüksekliği, benlik saygısının yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin bu çalışma için Cronbach alpha değeri 0.63 olarak bulunmuştur.

Geliştirilmiş Otomatik Düşünce Ölçeği: Bozkurt (1998) tarafından geçerlik ve güvenilirliği yapılan ölçek 40 sorudan oluşmaktadır. Soruların 10 tanesi olumlu önerme içerdiğinden ters puanlanmakta ve alınan puan olumsuz otomatik düşüncenin yoğunluğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.92 olarak belirtilmektedir. Ölçeğin araştırma örneklemini için yapılan Cronbach alpha değeri 0.89 olarak bulunmuştur.

Akademik Motivasyon Ölçeği: Karagüven (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılan Akademik Motivasyon Ölçeği, 28 maddesi bulunmaktadır. Bilmeye yönelik içsel motivasyon, başarmaya yönelik içsel motivasyon, uyarım yaşamaya

yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon, dışsal motivasyon-dış düzenleme ve motivasyonsuzluk olmak üzere 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin toplam puan iç tutarlılık katsayısı 0.87 olarak belirtilirken alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayısının 0.67 ile 0.87 arasında değiştiği bildirilmektedir. Ölçeğin bu çalışma için Cronbach alpha değeri toplam puan için 0.88, alt ölçekler için de sırasıyla 0.81, 0.71, 0.63, 0.79, 0.69, 0.60, 0.84 olarak bulunmuştur.

Veri Analizi

Değişkenlerin analizi için SPSS 20.0 paket programı kullanılmıştır. Öncelikli olarak değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi yapılmış ve ardından Baron Kenny'nin SPSS programına yüklenen aracı etki analiz yöntemi ile işlem yapılmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Akademik motivasyon alt boyutlarının cinsiyete göre t-testi sonuçları

Motivasyon	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	t
Bilmeye yönelik içsel motivasyon	Kadın	88	22.80	5.42	3.066**
	Erkek	121	20.21	6.43	
Başarmaya yönelik içsel motivasyon	Kadın	88	17.51	5.57	0.673
	Erkek	121	16.93	6.49	
Uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon	Kadın	88	17.95	6.37	2.209*
	Erkek	121	16.01	6.17	
Belirlenmiş dışsal motivasyon	Kadın	88	24.42	4.55	3.920***
	Erkek	121	21.42	6.03	
İçe yansıyan dışsal motivasyon	Kadın	88	18.92	6.29	1.872
	Erkek	121	17.28	6.17	
Dışsal motivasyon-dış düzenleme	Kadın	88	21.79	5.35	0.863
	Erkek	121	21.13	5.58	
Motivasyonsuzluk	Kadın	88	6.21	4.03	-5.062***
	Erkek	121	10.54	7.24	

*p<0.05; **p<0.01; ***p<0.001

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların motivasyonsuzluk (t=-5.062, p<0.001), belirlenmiş dışsal motivasyon (t=3.920, p<0.001), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon (t=2.209, p<0.05) ve bilmeye yönelik içsel motivasyon (t=3.066, p<0.01) puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. Belirlenmiş dışsal motivasyon, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ve bilmeye yönelik içsel motivasyon alt boyutlarında kadınlar erkeklerden; motivasyonsuzluk alt boyutunda ise erkekler kadınlardan daha yüksek puan almışlardır.

Tablo 2. Akademik motivasyon alt boyutlarının okunulan bölüme göre incelenmesi

Motivasyon	Bölüm	N	\bar{X}	SS	t
Bilmeye yönelik içsel motivasyon	ZEO	124	21.51	6.58	0.544
	PDR	86	21.04	5.48	
Başarmaya yönelik içsel motivasyon	ZEO	124	17.36	6.43	0.477
	PDR	86	16.95	5.63	
Uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon	ZEO	124	16.91	6.65	0.184
	PDR	86	16.75	5.81	
Belirlenmiş dışsal motivasyon	ZEO	124	23.10	5.80	1.251
	PDR	86	22.11	5.36	
İçe yansıyan dışsal motivasyon	ZEO	124	17.58	6.70	-1.333
	PDR	86	18.58	5.51	
Dışsal motivasyon-dış düzenleme	ZEO	124	20.99	5.76	-1.268
	PDR	86	21.96	5.02	
Motivasyonsuzluk	ZEO	124	7.19	5.75	-4.226***
	PDR	86	10.87	6.80	

*p<0.05; **p<0.01; ***p<0.001

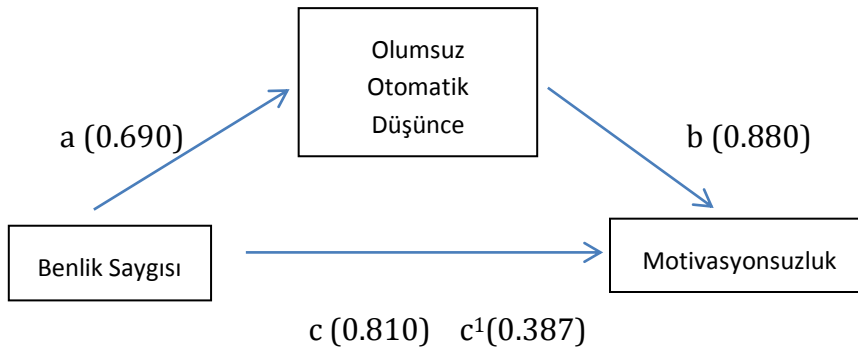
Akademik motivasyonun alt boyutlarının okunulan bölüme ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2'de sunulmuştur. Buna göre sadece motivasyonsuzluk alt boyutunda anlamlı fark olduğu görülmüştür ($t=-4.226$, $p<0.001$). Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) bölümü öğrencilerinin ($X=10.87$) Zihin Engelliler Öğretmenliği (ZEO) bölümü öğrencilerden ($X=7.19$) anlamlı düzeyde daha yüksek motivasyonsuzluk puanı aldıkları bulunmuştur.

Benlik saygısı ile dışsal motivasyon-dış düzenleme, içe yansıyan dışsal motivasyon ve uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon alt boyutları arasındaki ilişkide olumsuz otomatik düşüncenin aracı etkisi incelenmiştir. Olumsuz otomatik düşünce puanları ile dışsal motivasyon-dış düzenleme ($F(1,208)=0.248$; $\beta=-.035$; $p=0.619$), içe yansıyan dışsal motivasyon ($F(1,208)=0.161$; $\beta=-.028$; $p=0.689$), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ($F(1,208)=3.244$; $\beta=-.124$; $p=0.073$) puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Benlik saygısı ile olumsuz otomatik düşünce arasında anlamlı bir ilişki bulunmasına rağmen benlik saygısı ile akademik motivasyon ölçeğinin alt boyutu olan düzenleme puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Baron ve Kenny'nin sunduğu modele göre ikinci ve üçüncü koşul, üç model için de karşılanmamıştır.

Olumsuz otomatik düşünce ile başarıya yönelik içsel motivasyon alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($F(1,208)=6.303$; $\beta=-.172$; $p=0.013$) ancak benlik saygısı ile başarıya yönelik içsel motivasyon alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki ($F(1,208)=1.276$; $\beta=-.078$; $p=0.260$) bulunmamıştır. Baron ve Kenny'nin sunduğu modele göre üçüncü koşul karşılanmamıştır.

Benlik saygısı ile belirlenmiş dışsal motivasyon ($F(1,208)=6.373$; $\beta=-.172$; $p=0.012$); olumsuz otomatik düşünce ile belirlenmiş dışsal motivasyon alt boyutu ($F(1,208)=24.949$; $\beta=-.327$; $p=0.000$) arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuçlar incelendiğinde a yolu için standardize edilmiş regresyon katsayısı 0.690 ve anlamlılık düzeyi 0.000; b yolu için standardize edilmiş regresyon katsayısı değeri 0.327 ve anlamlılık değeri 0.000; c yolu içinse standardize edilmiş regresyon katsayısı 0.172 ve anlamlılık düzeyi de 0.012 olarak bulunmuştur. Araştırma bulguları incelendiğinde, Baron ve Kenny'nin öne sürdüğü üç kriterin karşılandığı görülmüştür. Bir sonraki adım olan aracı değişkenin etkisini değerlendirmek amacıyla aracı değişken, modele dahil edilmiştir. c1 yolu incelendiğinde β değerinin .172'den .102'ye düştüğü ve anlamlı olmadığı ($p=0.261$) görülmüştür. Benlik saygısı ile bilmeye yönelik içsel motivasyon arasında ($F(1,208)=12.888$; $\beta=-.242$; $p=0.000$) ve olumsuz otomatik düşünce ile bilmeye yönelik içsel motivasyon arasında ($F(1,208)=23.287$; $\beta=-.317$; $p=0.000$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen bulgular incelendiğinde a yolu için standardize edilmiş regresyon katsayısı .690 ve anlamlılık düzeyi 0.000; b yolu için standardize edilmiş regresyon katsayısı değeri 0.317 ve anlamlılık değeri 0.000; c yolu içinse standardize edilmiş regresyon katsayısı 0.242 ve anlamlılık düzeyi de 0.000 olarak bulunmuştur. Araştırma bulguları incelendiğinde, Baron ve Kenny'nin öne sürdüğü üç kriterin karşılandığı görülmüştür. Bir sonraki adım olan aracı değişkenin etkisini değerlendirmek amacıyla aracı değişken, modele dahil edilmiştir. c1 yolu incelendiğinde β değerinin .242'den .043'e düştüğü ancak anlamlı olmadığı ($p=0.636$) görülmüştür.

Şekil 2. Benlik saygısının akademik motivasyonsuzluk arasındaki ilişkide olumsuz otomatik düşüncenin aracı rolü'ne ilişkin model



Sobel Z-score = 10.5884 $p=0.000$

Şekil 2’de benlik saygısı ile akademik motivasyonsuzluk değişkenleri arasında olumsuz otomatik düşüncenin aracı etkisine yönelik a, b, c ve c¹ yolları sunulmuştur.

Şekil 2 incelendiğinde, a yolu için standardize edilmiş regresyon katsayısı 0.690 ve anlamlılık düzeyi 0.000; b yolu için standardize edilmiş regresyon katsayısı değeri 0.880 ve anlamlılık değeri 0.000; c yolu içinse standardize edilmiş regresyon katsayısı 0.810 ve anlamlılık düzeyi de 0.000 olarak bulunmuştur. Araştırma bulguları incelendiğinde, Baron ve Kenny’nin öne sürdüğü üç kriterin karşılandığı görülmüştür. Bir sonraki adım olan aracı değişkenin etkisini değerlendirmek amacıyla aracı değişken, modele dâhil edilmiştir. c¹ yolu incelendiğinde β değerinin 0.810’dan 0.387’ye düştüğü ve anlamlı olduğu (p=0.000) görülmüştür. Söz konusu azalmanın aracı değişkenin etkisine bağlı olup olmadığını sınamak için Sobel Testi yapılmıştır.

Tablo 3. Aracı değişkenin etkisi

Olumsuz Otomatik Düşüncenin Aracı Olduğu İlişki	Toplam Etki	Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	Bootstrap Güven Aralığı BoLLCI-BoULCI	Aracı Etki Türü
Benlik Saygısı-Akademik Motivasyonsuzluk	0.622	0.297	0.325	0.4681-0.6759	Kısmi

Tablo 3 incelendiğinde doğrudan etki skorunun düştüğü gözlenmiştir. Toplam etki ve doğrudan etki arasındaki farka bakıldığında dolaylı etkinin büyüklüğünün %28 olduğu belirlenmiştir. Dolaylı etkinin varlığı ile bu etkinin anlamlılığı Bootstrap güven aralığı ile analiz edilmiştir. Sonuçlar incelendiğinde, alt ve üst sınırın sıfırın üstünde olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda benlik saygısı ile akademik motivasyonsuzluk arasındaki ilişkide olumsuz otomatik düşüncenin büyük aracı etkiye sahip olduğu belirtilebilir. Modelin uyum iyiliği istatistiği sonuçlarına göre modelin yeterli bir uyumunun olduğu görülmüştür, Wilks’s $\lambda=0.87$, $F(3,197)= 8.383$, $p<0.001$.

Tartışma ve Sonuç

Zorunlu eğitimin bir parçası olmasa da üniversite öğrenimi gören öğrenci sayısı yadsınamayacak düzeyde yüksektir. Eğitim, bir bütün olarak değerlendirilse de eğitimin en önemli unsuru eğitim hizmeti alan öğrenciler olmaktadır. Üniversite öğrencilerinin akademik motivasyonunu etkileyen etmenlerin bilinmesi, öğrencilerin daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır. Bu doğrultuda araştırmanın temel amacı, üniversitede öğrenim gören öğrencilerin benlik saygısı ile akademik motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkide otomatik düşüncenin aracı rolünü belirlemektir.

Araştırmanın amacı doğrultusunda kadınların daha yüksek motivasyon, erkeklerin de daha fazla motivasyonsuzluk puanı aldıkları bulunmuştur. Grouzet, Otis ve Pelletier (2006) yaptıkları çalışmada araştırma bulguları ile paralel olarak erkeklerin kadınlardan daha yüksek motivasyonsuzluk puanı aldıklarını belirtmektedirler. Bu sonucun toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Kadınların toplumda yer edinebilmesi için daha fazla emeğe ihtiyaç duyuyor olmaları onların daha motive olmalarını sağlamış olabilir. Ayrıca okunulan bölümün de motivasyonsuzluk puanları açısından anlamlı bir fark yarattığı bulunmuştur. Meslek yaşantısının geleceğine yönelik belirsizliklerin ve iş bulmaya yönelik olumsuz düşüncelerin, bireylerin motivasyonunu düşürdüğüne ilişkin çalışmalar bulunmaktadır (Nuttin, 2014). Psikolojik danışma ve rehberlik bölümü öğrencilerinin zihin engelliler öğretmenliği bölümü öğrencilerinden anlamlı düzeyde daha yüksek motivasyonsuzluk puanı aldıkları belirlenmiştir. Zihin engelliler öğretmenliği bölümü öğrencileri ile karşılaştırıldığında PDR öğrencilerinde görülen bu motivasyon düşüklüğünün son yıllarda PDR alanında yapılan atamaların sayısı düşerken zihin engelliler öğretmenliği alanında ise artmasına bağlı olarak ortaya çıktığı düşünülmektedir.

Yapılan çalışmalar akademik yaşantı ile benlik saygısı arasında ilişki olduğunu ortaya koymaktadırlar. Giunta ve arkadaşları (2013) yaptıkları çalışmada akademik öz yeterlik ile benlik saygısı arasında ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Bir başka çalışma,

öğrencilerin akademik başarısı ile benlik saygısı arasında ilişki bulurken (Topçu & Leana-Taşçılar, 2016), bir diğerinde benlik saygısının motivasyonu yordadığı sonucuna ulaşıldığı bildirilmiştir (Komarraju & Dial, 2014). Araştırmanın amacı doğrultusunda yapılan analizlerde benlik saygısı ile dışsal motivasyon tanınma, içsel motivasyon bilme arasında olumlu; motivasyonsuzluk alt boyutu arasında ise olumsuz ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Buna ek olarak diğer alt boyutlar ile benlik saygısı arasında ilişki bulunmamıştır. Benlik saygısı bireyin kendini nasıl değerlendirdiğine ilişkin bilgiyi barındırmaktadır (Leeson, Ciarrochi, & Heaven, 2008). Benlik saygısı yüksek olan katılımcıların düşük olanlara göre daha yüksek belirlenmiş dışsal motivasyon ve bilmeye yönelik içsel motivasyon puanı aldıkları, benlik saygısı düşük olan katılımcıların ise daha yüksek motivasyonsuzluk puanı aldıkları belirlenmiştir.

Olumsuz otomatik düşüncenin bireyin kendine ve dünyaya ilişkin yorumlamasının temelini oluşturduğu bilinmektedir (Beck, Freeman & Davis, 2004). Olumsuz otomatik düşünce bireyin bakışının kontrol edilmez bir şekilde olumsuz olduğunu göstermektedir (Beck, 2014). Araştırmada olumsuz otomatik düşüncenin motivasyonsuzluk alt boyutu ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bilişsel Davranışçı Yaklaşımın temeli depresyon ile atılmış ve daha sonraki dönemlerde bireyin olumsuz duygular yaşamasının olumsuz düşünce yapılarına bağlı olduğu ortaya konulmuştur (Beck, 1976). Elde edilen sonuçlar göstermiştir ki, benlik saygısı motivasyonsuzluğu yordamaktadır. Buna ek olarak olumsuz otomatik düşünce de bu ilişkide %28 değerinde aracı rol oynamaktadır. Bir başka deyişle, benlik saygısı motivasyonu etkilerken etkinin artmasında olumsuz otomatik düşüncenin varlığı rol oynamaktadır.

Elde edilen bulgular incelendiğinde üniversite öğrencilerinin akademik motivasyonu, benlik saygısı ve otomatik düşüncelerinin dışında, kişisel özellikleri ve gelecek kaygısı gibi farklı değişkenlerin motivasyonla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. İlerideki çalışmalarda bu değişkenlerinde incelenmesi önerilmektedir. Üniversite öğrencilerinin bütün üniversite yaşamları boyunca, yapılacak olan yeni araştırmalar ekseninde izlenecek olan boylamsal çalışmalar içerisinde yürütülecek nitel çalışmalar da özellikle sonuçların daha net bir şekilde yorumlanması noktasında önemli olacaktır.

Üniversitelerde Psikolojik Danışma, Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinin yaygınlaştırılması ve motivasyonu düşük bireylerin akademik sorunlar dışındaki olası farklı problemlerine yönelik değerlendirmelerden yararlanması, öğrencilere katkı sağlayacaktır.

Kaynakça

- Beck, J. (2014). *Bilişsel davranışçı terapi: Temelleri ve ötesi*. Çev. Ed. Muzaffer Şahin. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: Penguin Books USA Inc. 29.
- Beck, A. T., Freeman, A. ve Davis, D. D. (2004). *Cognitive therapy of personality disorders*. Second Edition. New York: The Guilford Press. 31.
- Bozkurt, N. (1998). *Lise öğrencilerinin okul başarısızlıklarının altında yatan, depresyonla ilişkili otomatik düşünme kalıpları*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Corwyn, R. F. (2000). The factor structure of global self-esteem among adolescents and adults. *Journal of Research in Personality*, 34, 357–379.
- Çuhadaroglu, F. (1986). *Ergenlerde benlik saygısı*. Basılmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Erden, M. (2008). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Giunta, L., Alessandri, G., Gerbino, M., Kanacri, P. L., Zuffiano, A., & Caprara, G. V. (2013). The determinants of scholastic achievement: The contribution of personality traits, self-esteem, and academic self-efficacy. *Learning and Individual Differences*, 27, 102-108.
- Grouzet, F. M., Otis, N., & Pelletier, L. G. (2006). Longitudinal cross-gender factorial invariance of the Academic Motivation Scale. *Structural Equation Modeling*, 13(1), 73-98.
- Hiçdurmaz, D., İnci, F., & Karahan, S. (2017). Predictors of mental health symptoms, automatic thoughts, and self-esteem among university students. *Psychological Reports*, 0033294117707945.
- Karagüven, M. H. (2012). Akademik motivasyon ölçeğinin Türkçe'ye adaptasyonu. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(4), 2599-2620.
- Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Özkamalı, E., & Menteş, Ö. (2016). Lise öğrencilerinde sosyal yetkinlik beklentisi ve otomatik düşüncelerin, yaşanan sosyal birim ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 35-45.
- Komaraju, M., & Dial, C. (2014). Academic identity, self-efficacy, and self-esteem predict self-determined motivation and goals. *Learning and Individual Differences*, 32, 1-8.
- Leeson, P., Ciarrochi, J., & Heaven, P. C. L. (2008). Cognitive ability, personality, and academic performance in adolescence. *Personality and Individual Differences*, 45, 630–635. [http:// dx.doi.org/10.1016/j.paid.2008.07.00](http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2008.07.00).
- McKinney, K. 2006. Encouraging students' intrinsic motivation. Retrieved July 25, 2006, from <http://www.cat.ilstu.edu/additional/tips/intMotiv.php>
- Neel, C. G. O., & Fuligni, A. (2013). A longitudinal study of school belonging and academic motivation across high school. *Child Development*, 84(2), 678-692.
- Nuttin, J. (2014). *Future time perspective and motivation: Theory and research method*. Psychology Press.
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

- Topçu, S., & Leana-Taşcılar, M. Z. (2016). The role of motivation and self-esteem in the academic achievement of Turkish gifted students. *Gifted Education International*, 0261429416646192.
- Türkçapar, M. H. (2008). *Bilişsel terapi*. Ankara: Hyb. Basım Yayın.
- Walliman, N. (2006). *Social research methods*. USA:Sage.
- Warren, A. (2000). "OK, retry, abort? Factors affecting the motivation of online students", *ILT web based learning professional development day*, University of East, Norwich, Anglia.
- Wolters, C. (2004). Advancing achievement goal theory: Using goal structure and goal orientation to predict students' motivation, cognition, and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 96, 236-250.

