

YETİŞKİN BİREYLERDE KÜSME DAVRANIŞININ KENDİLERİNDE ALGILADIKLARI EMPATİ DÜZEYİ VE BENLİK SAYGISI İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP OF ADULT INDIVIDUALS WITH THE LEVEL OF EMPATHY AND THEIR SELF-ESTEEM

Emre PEKÇETİNKAYA
OGM Pictures
epekcetinkaya@gmail.com
ORCID: 0000-0001-8004-6129

Halis ÖZERK
İstanbul Rumeli Üniversitesi
Psikoloji Bölümü
halisozerk@gmail.com
ORCID: 0000-0001-5530-6638

ÖZ

Geliş Tarihi:
25.09.2022

Kabul Tarihi:
31.10.2022

Yayın Tarihi:
30.12.2022

Anahtar Kelimeler
Benlik Saygısı,
Empati Düzeyi,
Küsmeye Davranışı

Keywords
Self Esteem,
Level of Empathy,
Resentment,
Stonewalling,
Cooling-off

Bu çalışmanın amacı, yetişkin bireylerde küsmeye davranışı şiddetinin kendilerinde algıladıkları empati düzeyi ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesidir.

Araştırma örneklemini, Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden 18 yaş ve üzeri 343 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu, Benlik Saygısı Değerlendirme Ölçeği-Kısa Formu, Empatik Eğilim Ölçeği-(EEÖ) ve araştırmacı tarafından araştırmanın amacına yönelik olarak oluşturulan küsmeye anketi uygulanmıştır. Araştırma kapsamında tüm verilerin anlamlılık düzeyi $p < .05$ düzeyinde sınanmıştır. Elde edilen verilerin analizi SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Araştırmada küsmenin şiddetini belirlemek için üç sorunun çarpımı kullanılmış ve elde edilen veriler örneklemini ikiye bölecek şekilde "düşük küsmeye şiddeti" ve "yüksek küsmeye şiddeti olarak adlandırılmıştır. Araştırma kapsamında küsmeye ilişkin ölçülen özellik bağımsız değişken olarak değerlendirilmiştir. Benlik saygısı ve empatik eğilim puanlarının lineer bileşkesi olup "Barışıklık" şeklinde adlandırılan değişken ise bağımlı değişken olarak atanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre bireylerin barışıklık düzeyinin küsmenin şiddet düzeyine göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between the level of empathy and self-esteem in adult individuals.

The study is conducted with 343 adults (aged 18 and over) residing in various provinces of Turkey. As data collection tools, Informed Voluntary ConsentForm, Self- Esteem Evaluation Scale-Short Form, Empathic Tendency Scale (EES), and a questionnaire on resentment were used by the researcher. Within the scope of the research, the significance level of all data was tested at the $p < .05$ level. The analysis of the data was made using the SPSS 22.0 statistical package program.

Through the study, the reason for the resentment was measured with a questionnaire prepared by the researcher. The results of three questions were used to determine the severity of the resentment. The data obtained were named "low intensity of resentment" and "high intensity of resentment," dividing the sample into two. Within the scope of the research, the measured characteristics of resentment were evaluated as an independent variable. The variable called "having peace of mind," the linear resultant of self-esteem and empathic tendency scores, was assigned as the dependent variable.

The results obtained, it was concluded that the level of being in peace with oneself of individuals differed according to the level of violence of resentment.

DOI: <https://doi.org/10.30783/newsosbilim.1180056>

Attıf/Cite as: Pekçetinkaya, E. ve Özerk, H. (2022). Yetişkin bireylerde küsmeye davranışının kendilerinde algıladıkları empati düzeyi ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi. *Neşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 12(4), 2318-2331.

Giriş

Bireylerin, bir problem ile karşılaşma durumlarında çatışma yaşadıkları kişilerle ilişkilerini devam ettirmek isteyip istememeleri, kurdukları iletişimin yaklaşımını ve şeklini belirler. Küsmeye davranışı, çatışmaların gidişatını ve sonucunu olumlu veya olumsuz biçimde etkileyebilmektedir. Küsmeye, bir çatışma tarzı, bir iletişim türü, bir sorun çözme davranışı veya tüm bunlardan ötesinde bir davranış örüntüsü olarak ortaya çıkabilir (Ergül, 2017).

Küsmeye davranışı, uluslararası literatürde farklı etkileri, biçimleri, süresi, amacı ve nedenleriyle değerlendirilerek pek çok farklı davranış örüntüsüyle ele alınmaktadır. Ülkemizde ise küsmeye davranışı olarak adlandırılan davranış, amaçları ve türleri itibarıyla bir bütün olarak kabul edilmektedir. Küsmeye, sözlük anlamı itibarıyla gelişmemek, büyümek; görevini yerine getirememek, bir sebepten dolayı beklenen niteliğini kaybetmek gibi anlamlara gelmektedir (TDK, 2021). Özmen (2006)' e göre küsmeye davranışı, bireylerin içe yönelik edilgen öfke tepkilerinden biridir.

Kişiler arasındaki ortaya çıkan küsmeye davranışı, bireyler arasındaki çatışmaların seyrini ve sonuçlarını olumlu ya da olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Küsmeye davranışı, birey tarafından çok farklı amaçlarla ortaya konabilir. Kimi zaman bir iletişim biçimi olarak, kimi zaman bir çatışma yöntemi olarak kimi zaman da bir sorun çözme davranışı olarak başvurulabilir. Bunların dışında daha farklı davranış biçimleri olarak da karşımıza çıkabilir. Kişiler arası ilişkilerde sorunlardan kaynaklanan çatışmaların ortaya çıkması olumsuz bir durum olarak düşünülse de yaşanan bu çatışmaların sonucunda kişiler olumsuz duygularla birlikte olumlu duygular da hissedebilirler. Kişiler tarafından iyi yönetilen çatışma ve sorunlar hem kendileri hem de var olan ilişkileri adına olumlu sonuçlar doğurabilir (Johnson ve Johnson, 2003: 136-177).

Benlik saygısı kavramı ise, benliğin duygusal boyutunu ifade eder. Birey, kim olduğuna dair çeşitli fıkirlere sahip olmasının yanı sıra, kim olduğuna ilişkin çeşitli duygulara da sahiptir. Dolayısıyla benlik saygısı bireyin benliğini onaylama, kabullenme, beğenme ve değerli bulmasına karşılık gelmektedir (Adams, 1995: 13-48).

Bireyler arası ilişkiler bağlamında "empati" kavramı en sade haliyle "bir kişinin kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması olarak ifade edilmektedir (Dökmen, 2019: 153-156).

Bu kavramların ışığında küsmeye davranışının, bireylerin kendilerinde algıladıkları empati düzeyi ve benlik saygısı ile ilişkisinin olup olmadığı araştırmaya değer bir problem durumu olarak düşünülmüştür. Bu amaçla araştırma planlanmış ve gerçekleştirilmiştir. Bu ilişkisinin ve düzeyinin incelenmesinin alan yazına önemli katkı sağlayacağı ve bundan sonra yapılacak olan çalışmalar için de yol gösterici olabileceği düşünülmüştür.

Empati

Empati ifadesi bir kavram olarak ilk kez 1909 yılında, Psikolog Edward Titchener tarafından Almanca "Einfühlung" yani "içini hissetmek" kelimesinin tercümesi olarak kullanılmış ve literatüre girmiştir. Titchener'in, "nesnelere insancillaştırma, kendimizi onların yerine koyarak onlar gibi hissetme" olarak tanımladığı empati, zaman içinde çeşitli duygusal durumları ifade etmek için kullanılmaya başlanmıştır (Rothschild ve Rand, 2006: 47-54).

Bireyler arası ilişkiler bağlamında empati en yalın haliyle bir insanın kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması olarak tanımlanmaktadır (Dökmen, 2019: 153-156). Empati, diğer insanların duygusal durumlarını deneyimleme eğilimi ve onların durumundan çok duygularına odaklanan duygusal bir tepki olarak kabul edilir (Albiero, vd., 2009).

Hoffman (1976)' a göre herkes empati hissetme yeteneği ile dünyaya gelir. Öte yandan empati eğilimine sahip olmak, karar verme ve bilişsel düşünce süreçlerine giren pek çok boyut olduğunu anlamayı gerektirebilir. Geçmişteki yaşantıların bugünkü karar verme süreçleri üzerinde bir etkisi bulunmaktadır. Bölünmüş bir ailede büyümek, çocukluk çağı travmaları, anne baba kayıpları ve diğer pek çok boyut, bir kişinin sahip olduğu empati eğilimine ve zihninde karar vermek için faydalandığı bağlantı ve süreçlere etki edebilir (Dietrich, 2010).

Herhangi bir ilişkide empati kavramının yaşayıp yaşamadığı en baskın olarak "dinleme" anında görülür. Empatik bir dinleme karşımızdaki kişiyi anlamayı amaçlar. Karşımızdaki kişinin sözcükleri, mimikleri hangi deneyimleri ifade ediyor, kişi neler düşünüyor ve hissediyor, dünyayı ve kendini nasıl görüyor soruları empatik bir dinleme için oldukça kritiktir (Cüceloğlu, 1993: 354-359).

Kişinin ortaya koyduğu davranışlarında empati gelişiminin çevreden bağımsız olmadığı, bireyin empati düzeyinde birçok faktörün etkili olduğu gözlenmiştir. Araştırmalarda empati eğilimi ölçülmeye çalışılmakta, bu nedenle de empati düzeyini belirleyen unsurlar olabildiğince az sayıya indirgenmeye çalışılmaktadır. Bu indirgeme ölçmede kolaylık sağlasa da elde edilen sonuçların güvenilirlik derecesini etkilemektedir (Tanotti, 1979).

Araştırmalarda, yeni doğan bir bebeğin başka bir bebeğin ağlamasına karşı daha güçlü bir ağlamayla tepki verdiğini gözlenmiştir (Martin ve Clark, 1982). Bebeklerde gözlenen bu durumun, ağlama sesinin doğasından dolayı tetiklenmediği, aksine empatik tepkinin çok erken bir belirtisi olduğu ifade edilebilir. Bir bebeğin başka bir bebeğin ağlamasına refleks olarak ağlamaya başlaması, etrafımızdakilerin olumsuz duygularına yanıt vermek için biyolojik bir yatkınlığımız bulunduğu düşüncesini destekliyor olabilir (McDonald ve Messinger, 2011).

Empatinin en önemli unsurlarından birinin taklit etme olduğu, bu sayede davranış, duygulanım ve bilişte benzerliklerin ortaya çıkmasını sağladığı düşünülmektedir. Sosyal çevremizi algılayabilmemizde ve diğer bireylerle iletişim kurmamızda taklit etme davranışını çok etkili olduğu ifade edilmektedir (Van Baaren, Decety, Dijksterhuis, Van Der Leij ve Van Leeuwen, 2009). Empati üzerine yapılan bazı çalışmalarda empati becerisinin doğuştan geldiği fikrine ulaşılsa da çoğu araştırmada empatik becerinin sonradan öğrenilerek geliştirilebilen bir beceri olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Buckman, Tulsy ve Rodin, 2011).

Empati becerisi yüksek olan kişiler, kendileri deneyimlememiş olsa dahi diğer kişilerin problemlerini ve sıkıntılarını anlayabilirler. Başkalarına yardım edebilmeleri de onların sorunlarını doğru şekilde anlamalarıyla mümkün olabilir (Guttman ve Laporte, 2000). Yapılan araştırmalardan ulaşılan sonuçlara göre, bireyde empati becerisi baskın olarak çocukluğun erken dönemlerinde gelişmektedir. Çocukta empati becerisinin gelişiminde anne babaların ve yakınlarında bulunan yetişkinlerin çocuğa yaklaşım şekillerinin önemli bir etkisi saptanmıştır. Çocukluğunda anne babalarının ilgisi ve sevgisi ile büyüyen kişilerin, anne babası tarafından ihmal edilen çocuklara kıyasla daha yüksek düzeyde empati becerisi geliştirdikleri sonucuna ulaşılmıştır (Zahn-Waxler, vd., 1992).

Benlik Saygısı

Benlik, psikoloji alanında yapılan çalışmalarda merkezde yer alan oldukça önemli kavramlardanır. Benlik kavramı alanda ilk kez psikoloji biliminin öncü psikologlarından William James tarafından 19. yüzyılın sonlarına doğru kullanılarak psikoloji literatüründe yer bulmaya başlamıştır (Rosenberg, 1976).

Cooley (1902) ise benlik kavramını daha farklı bir şekilde ele almıştır. Ona göre kişiler gelişim süreçleri sırasında etraflarındaki diğer bireylerin onları algılama biçimi konusunda bir bilince sahip olurlar. Bu algılama tarzı, tam olarak doğru olmasa dahi kişi için oldukça önemli bir noktadadır (Arıca, 1999). “Ayna benlik metaforu” olarak adlandırılan bu benlik ifadesi, kişide benlik algısının oluşumunda sosyal ilişkilerin önemini ifade etmektedir. Bu metafora göre benlik, kişinin etrafında bulunan diğer kişilerin tepkileri sonucunda ortaya çıkmaktadır. Kişi kendi ile ilgili bir değerlendirme yaparken, etrafındakilerin düşünce ve yargılarının hayali yansımalarını ifade etmektedir. Bireyin kendi benlik algısı da etrafındakilerin yargı ve düşüncelerine dair hissettiği gurur ve küçümsenme gibi duyguları ile biçimlenmektedir (Armutlu, 2008).

James bireyin ulaştığı başarılarının arzularına oranıyla ve kendisini kabul etme düzeyinin benlik saygısıyla ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Dolayısıyla sadece arzuları ve hedefleri gerçekte uyumlu olan kişinin başarılı olup kendini değerli bulacağını ileri sürmüştür (Bruno, 1996: 101-102). Birey kendini değerlendirdiğinde olumlu bir yargıya ulaşıyorsa benlik saygısı düzeyinin yüksek, eğer olumsuz bir yargıya varıyorsa benlik saygısı düzeyinin düşük olduğu anlamına gelmektedir (Rosenberg, 1976).

Benlik kavramının birey tarafından benimsenip kabul edilmesiyle benlik saygısı ortaya çıkar. Benlik saygısı, bireyin kendini değerlendirmesiyle ulaştığı benlik kavramından memnun olup olmaması olarak tanımlanabilir. Bireyin kendini var olduğu halinden daha altta ya da daha üstte görmeksizin kendinden memnun olması olarak ifade edilmektedir. Bireyin kendini sevebilecek, olduğu gibi kabul edilebilecek, değer verilebilecek bir olarak görmesidir. Sonuç olarak bireyin kendini olumlu bir şekilde gördüğü bir ruh hali olarak tanımlanmaktadır (Yörükoğlu, 1986: 89-97).

İnsanda benlik saygısının gelişebilmesinde olumlu ya da olumsuz olarak etkili olan pek çok faktör bulunmaktadır. Kişinin hayatının özellikle ilk yıllarını geçirdiği aile ortamının özellikleri oldukça önemlidir. İlişkilerin ve iletişimin çatışmalı, problemlili olduğu bir aile ortamında büyüyen kişilerde, bu çatışma ortamıyla ilişkili olarak kaygı gelişebilir ve dolayısıyla düşük benlik saygısı ortaya çıkabilir (Steffenhagen, 1990: 70-81).

Benlik saygısının gelişimi yaşamın belli dönemlerde daha yoğun şekilde olsa da hayat boyu devam eden dinamik bir süreçtir. Kişinin çevresindekilerle iletişim ve etkileşimleri sonucu duyguları, düşünceleri biçimlenir ve kendi içinde bir iç diyalog şekillenir. Bireyin, yaşamının ilk yıllarında çevresindekilerden gördüğü sevgi ve disiplin aracılığıyla gelişir, akranlarla ilişkilerin ve diğer pek çok faktörün etkisiyle gelişimini sürdürür (Şahin, 2006).

Alfred Adler, sağlıklı bir benlik saygısının gelişmesi için sosyal ilginin çok önemli olduğu görüşünü ifade etmiştir. Ona göre sosyal ilginin yüksek olmadığı bir ortamda yetişen bireyin, benlik saygısının yüksek olması da mümkün değildir. Bundan dolayı sosyal çevre ile iş birliği içinde olmanın benlik saygısının gelişiminde oldukça önemli olduğunu ileri sürer (Steffenhagen, 1990: 44).

Baran ve Haktanır (1998), kişinin benlik saygısının gelişmesi için çocukluk döneminde anne babaların ve bakım verenlerin çocuğun ihtiyaçlarına karşılık verebilmesinin, yeterli miktarda ilgi ve sevgiyi gösterebilmesinin oldukça önemli olduğunu belirtmektedir.

Aksüt (2011), özel okullarda ve devlet okullarında eğitim gören 270 ilkökul öğrencisi ve 270 veli ile yaptığı araştırmada, öğrencilerin benlik saygısı ile ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu sonucuna ulaşmıştır.

Benlik saygısı yüksek olan kişiler, kendilerini olumlu bir şekilde değerlendirir ve güçlü noktalarını görüp iyi hissederler. Kendilerini diğerlerinden daha aşağıda ya da yukarıda görmezler. Bunun yerine gelişmesi gereken yönleri olduğunu bilirler, bunları hoşgörülle karşılar, kendilerine güvenir ve başarabileceklerine inanırlar. Zaman içinde daha iyi bir noktaya ulaşacaklarına dair inançları yüksektir. Benlik saygısı düşük kişiler ise, kendilerini sıklıkla sahte olumlu ruhsal görünümlemeye zorunlu hissederler. Diğerlerinin gözünde değerli olabilmek için umutsuz bir mücadele içindedirler. Diğer insanların olumsuz eleştirilerinden korkarlar. Kendilerini beğenmez, onaylamaz ve başka insanların da böyle hissedeceğinden kaygı duyarlar (Pope, McHale ve Craighead, 1988).

Benlik saygısı yüksek olan bireyler, kendilerinin tek ve benzersiz olduğunu düşünürler. İlişkilerinde aidiyet hissetmeye eğilimlidirler, sahip oldukları potansiyeli ve yetenekleri bilirler. Sorunları ve zorlukları aşmak konusunda çabalamaya arzuludurlar. Gerçekçi olmayan hedefler peşinde koşmazlar, gerçekle bağlantıları iyi noktadadır (Carlock, 1999: 413-417).

Benlik saygısı yüksek olan kişilerin, kendilerini tanımlarken olumlu ifadeleri kullanmaya daha yatkın oldukları gözlemlenirken, benlik saygısı düşük olan kişilerin kendilerini tanımlarken olumsuz ifadeleri kullanmaya daha yatkın oldukları gözlenmiştir (Arıca, 1999). Benlik saygısı düşük olan bir kişinin kendini algılayışı olumlu değildir. Motivasyonu ve enerjisi düşüktür. Girişimde bulunmaktan ve denemekten korkar, kaçınır. Diğerleriyle ilişkilerinde sağlıklı bir denge oluşturamaz (Yavuzer, 2005: 20-26).

Küsme Davranışı

Küsme, sözlük anlamı itibariyle gelişmemek, büyümek; vazifesini yerine getirememek, bir sebepten dolayı istenilen niteliğini kaybetmek gibi anlamlara gelmektedir (TDK, 2021). Özmen (2006)' e göre küsme davranışı bireylerin içe yönelik edilgen öfke tepkisidir.

Duyguların kişilerin davranışlarını belirlemede oldukça önemli bir işlevi bulunmaktadır (Acar, 2007). Uyarıcılara karşı nasıl tepkiler vereceğimizi, kararlarımıza yönelik olarak davranışlarda bulunacağımızı duygularımız şekillendirir. Duygular, kişilerin çevredekilerle iletişimlerini etkileyerek sosyal ilişkilerini de belirler. Doğası gereği çevresindekilerle iletişim içinde sosyal bir canlı olan insan için duyguların yeri çok önemlidir. Çünkü duyguların gelişiminde en önemli etken bireyin sosyal ilişkileridir (Konrad ve Hendl, 2003: 25-29).

Duygular bireyin kontrolü dışında ortaya çıkarlar. Bireyin deneyimlediği sadece olumlu duygular değil, olumsuz duygular da bulunmaktadır. Duyguların oluşumunda yalnızca olaylar değil, bireylerin etraflarındaki insanlarla ilişkileri de belirleyicidir. Duygunun oluşmasında bireyin olaya ve uyarıcıya nasıl bir anlam verdiğinin etkisi önemlidir (Konrad ve Hendl, 2003: 9-166). Bandura (1977), insanın birtakım refleksler haricinde doğuştan sahip

olduğu bir davranış dağarcığının olmadığını, öğrenme yoluyla belli davranışları sonradan kazandığını ifade etmiştir.

Uluslararası literatüre bakıldığında küsme davranışı türlerine karşılık gelebilecek bazı ifade tarzları olduğu görülmektedir. Pasif agresif bir çatışma biçimi olarak küsme, çatışmadan kaçınma davranışı (avoid to conflict), duvar örme (stonewalling), susarak ya da iletişimi azaltarak cezalandırma (silent treatment), öfke ya da kırgınlık (Resentment), dışlama ya da mesafe koyma (ostracism), kabuğuna çekilme/geri çekilme (withdraw), çatışmanın etkilerinin sona ermesi için soğuma dönemi (cooling off) bu ifade tarzlarının en bilinenlerindedir.

Literatürde farklı etkileri, şekilleri, süresi, amacı ve sebepleriyle değerlendirilen küsme davranışı pek çok farklı davranış örüntüsüyle değerlendirilmektedir. Ülkemizde ise küsme olarak isimlendirilen davranış, hedefleri ve türleri itibarıyla genel bir bütün olarak tanımlanmaktadır.

Pasif Çatışma Biçimi Olarak Küsme: İnsanlar arasındaki ilişkide küsme davranışlarından biri olarak ifade edilen pasif agresif çatışma, bireyler arasındaki çatışmaları çözme davranışlarından biri olarak görülebilir.

Bireyler pasif çatışma yaşadıkları durumda, çatışmadan kaçınmak için çeşitli mazeretler öne sürerek küsme davranışını sergilemekte veya iletişim kurmama yolunu seçmektedirler. Bireyler, çatışmanın çözülmesi için ilk girişimi karşı taraftan bekleyerek ve bu girişim gelene dek inatlaşarak iletişimden kaçınmayı tercih etmektedirler (Dökmen, 2019: 85-97).

Çatışmadan Kaçınma Davranışı Olarak Küsme (Avoid to Conflict): Çatışmadan kaçınma davranışı, bireylerin sorunlara çözüm üretmek için bir girişimde bulunmadığı ve iş birliğine istekli olmadığı bir küsme çeşididir (Thomas, 1976).

Bunların ötesinde bireyler, küsme davranışının bir biçimi olan kaçınmada, problem olarak görülen bir konu hakkında konuşmadan kaçarak, başka bir konu hakkında konuşmayı tercih edebilirler. Bireyler, çatışma nedeni olan konuyu çözüme kavuşturmaksızın ertelemeyi seçerler. Birbirlerine karşı açık bir şekilde ifade etmeseler de söz konusu konuda farklı düşüncelere sahip olduklarını kabullenirler ve başka konulara geçiş yaparlar (Vuchinich, 1987). Problem oluşturan anlaşmazlığın ortaya çıkarabileceği olumsuz sonuç ertelendikçe birikecektir. Çözüme kavuşturulmayan, ertelenen, önemsenmeyen, ilgisiz davranışlar çiftler arasındaki ilişkinin kalitesini azaltan bir etkiye sahiptir (Troupe, 2008).

Duvar Örme (Stonewalling): Duvar örme davranışı küsme türlerinden biridir. Duvar ören biri karşısındaki kişi ile konuşmaz ve onu dinlemez. Göz teması kurmama, duvar örme davranışının önemli bir göstergesidir. Bakışlarını ve ilgisini karşısındaki kişiye vermeyerek başka şeylere odaklanır. Kişiler arasındaki iletişim yolları kapanır ve ilişki zarar görür (Yushimoto, vd., 2005).

Karşısındaki kişiye duvar ören birisi, göz kontağı kurmaktan kaçınır, konuşulan konu dışında başka şeylere odaklanır. Böylelikle karşısındaki kişiyi onaylamayan ve reddeden bir izlenim verir. Sessizleşme, mırıldanma şeklinde bazı sözleri tekrarlama ya da örneğin içinde olunan odadan çıkıp gitmek gibi davranışlar duvar örme davranışının diğer belirtilerindedir (Gottman, 1993). Sessizliğe gömülme tutumu olarak ifade edilen duvar örme davranışı, kişinin karşısındaki kişiye isteklerini kabul ettirmesine ve onu manipüle etmesini olanak sağlasa da çatışma konusu olan durumun çözümü konusunda bir fayda sağlamaz (Cox ve Brooks-Gunn, 1998: 17).

Sessizliğe Bürünme (Silent Treatment): Bireyin çatışma oluşturan problemi karşısındaki kişiyle konuşarak çözmektense sessizlik tutumunu ortaya koyması bir çeşit küsme davranışı örüntüsüdür. Kişinin sessizlik tutumunu devam ettirdiği süre uzadıkça, karşısındaki kişiyle olan ilişkisi daha fazla zarar görüp yıpranabilir. Dolayısıyla davranışın sonucunda ortaya çıkan yıkım artar (Ergül, 2017).

Öfke ve Kırgınlık (Resentment): Derin küskünlük şeklinde ifade edilen bu küsme biçimi, bireyin uzun süre boyunca öfkesini ifade edememesi ve duygularını gizlemesi sonucunda ortaya çıkar. Her ne kadar bireyler birbirlerini isteyerek kırmak ve üzme istemeseler de birikmiş öfke duygusu zaman içinde küskünlüğe dönüşerek ilişkinin büyük zararlar almasına sebep olabilir (Murphy, 1982).

Biriken öfkenin küskünlük olarak ortaya çıkması, esasında bireyin bir çeşit adaleti oluşturma çabasıdır. Bireyin kendiyi ve karşısındakiyle daha iyi bir ilişki kurma becerisi olmadığı veya bunu tercih etmediğinde küsme davranışı ortaya çıkan bir yoldur. Bununla birlikte bireyin içinde birikmiş olan öfke ve kin duygusunu sona erdirebilmesi, problemlerin çözümü ve kişinin kendiyi ilişkisini iyileştirebilmesi için oldukça önemlidir (Freedman ve Enright, 1996).

Dışlama (Ostracism): Williams'ın (2001) bir bireyi veya bir grubu bilinçli şekilde görmezden gelme eylemi olarak tanımladığı dışlama, en genel anlamıyla bir kişiyle iletişim kurmayı reddetmek olarak ifade edilmektedir. Küsmeye tepkilerinden biri olarak ilişkilerde cezalandırma amacıyla yapılan dışlama, tek ya da çok kaynaklı, kısa veya uzun süreli olarak farklı çeşitlerde ortaya çıkmaktadır. Bununla birlikte türü ve süresi nasıl olursa olsun ilişkilere olumsuz etki etmektedir (Rose, 2015: 98-111).

Talep Etme-Kaçınma/ Geri Çekilme Tipi Küsmeye (Demand-Withdrawing): Eş ilişkilerinde görülen talep etme-geri çekilme davranış stili, bireyin problemi çözmek yerine ilgilenmeme, odaklanmama yoluyla kaçınma davranışını sergilemesidir. Bu yöntemle kişi çatışmadan kaçınmayı ve tartışma konusunu olabildiğince önemsizleştirmeyi amaçlar (Heavey, Layne ve Christensen, 1993). Çatışmadan kaçınan birey için tartışılan konu anlamsızdır ve karşı taraftaki kişinin arzu ve amaçları önemli değildir (Weger, 2005).

Soğuma (Cooling off): Bireyler aralarındaki problemi konuşarak çözemediklerinde ortaya çıkabilecek olumsuz sonuçlardan kaçınmak için bilinçli olarak susma ve aralarına mesafe koyma davranışını uygulayabilirler. Evlilik ilişkisinde bu davranışın arkasındaki amaç, çatışma sonucunda oluşabilecek olumsuz durumları hafifleterek ve engelleyerek evliliği sürdürebilmektir (Lee, 2013).

Araştırma Yöntemi

Araştırma, ilişki tarama modeline göre tasarlanmış nicel bir araştırmadır. İlişki tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığı ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. Araştırma öncesinde İstanbul Arel Üniversitesi Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin çeşitli illerinde ikamet eden 18 yaş ve üzeri 343 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Elverişli örnekleme yöntemiyle belirlenen katılımcıların yaş aralığı 18-75 olarak belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Etik kurulun 06.08.2021 tarih ve 2021/11 sayılı toplantısında verilen etik kurul onayına istinaden veri toplama araçlarının yönergeleri doğrultusunda katılımcılardan onam alınarak ölçekler uygulanmıştır. Araştırmaya katılımda gönüllülük esastır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu, Benlik Saygısı Değerlendirme Ölçeği -Kısa Formu, Empatik Eğilim Ölçeği-(EEÖ) ve araştırmacı tarafından araştırmanın amacına yönelik olarak oluşturulan Küsmeye Anketi uygulanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin çıkarımlar yapmak için araştırmacı tarafından hazırlanan ve 8 sorudan oluşan formdur.

Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu: Onam formu araştırmanın amacına, danışmanı ve yürütücüsüne, süresine, gizlilik esaslarına ve katılımcıların haklarına ilişkin bilgileri içeren formdur.

Benlik Saygısı Değerlendirme Ölçeği – Kısa Formu: Benlik Saygısı Değerlendirme Ölçeği-Kısa Formu (BSDÖ-KF), yirmi madde olarak tasarlanmış, geçerlilik güvenilirlik çalışması Tokuş (2010) tarafından yapılmıştır. On olumlu, on olumsuz madde yüklü soru içermektedir. BSDÖ-KF, BSDÖ'ten geliştirilmiş, (+70) – (-70) puan aralığında değerlendirilmiş ve olumlu maddeler için Cronbach's Alpha 0,91, olumsuz maddeler için Cronbach's Alpha 0,87 bulunmuştur. Ölçeğin 3 alt boyutu bulunmaktadır; Başkaları ile birliktelik, beceriklilik, doyum alt boyutu olumlu; başkaları ile kıyaslama ve başarısızlık alt boyutu ve kendinden hoşnut olmama alt boyutu olumsuz madde yüklerine sahip bir alt boyutlardır. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach's Alpha sayısı sırasıyla 0,875, 0,853, 0,897 bulunmuştur.

Empatik Eğilim Ölçeği: Kişinin olaylar karşısında kendisiyle ilgili duygusal duyarlılığını ölçme amacıyla hazırlanan ölçek, Dökmen (1988) tarafından geliştirilmiştir.

Beşli likert tipi dereceleme şeklinde cevaplanan ölçekteki yanıtlar “tamamen aykırı” ile “tamamen uygun” arasında değişmektedir. Ölçekte yer alan; 3, 6, 7, 8, 11, 12, 13, ve 14. sorular negatif olup, ters puanlanmaktadır. Normal ve negatif ifadeler elde edilen toplam puan bireyin empatik eğilim puanını sunar. Ölçek, geçerliliğini test etmek için 24 kişilik bir denek grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ve Edwards Kişisel Tercih Envanteri'nin

“Duyguları Anlama” adlı bölümünden elde edilen puanlarla arasındaki korelasyona bakılmıştır. İki ölçekten elde edilen sonuçlar arasındaki korelasyon 0.68 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin güvenilirlik kanıtları ise test-tekrar test ve testi yarılama yöntemiyle elde edilmiştir. Test-tekrar test güvenilirliği $r = 0.82$ olarak saptanmıştır. Ölçeğin tek ve çift maddelerden alınan puanlar arasındaki korelasyon ise $r = 0.86$ 'dır (Dökmen 1988). Empatik Eğilim Ölçeği'nin güvenilirliğini incelemek üzere Gökler (2009) tarafından yapılan çalışmada Cronbach-Alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve $\alpha = 0.71$ olarak bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin iki eşit yarı güvenilirliği $r = 0.74$ olarak saptanmıştır. Ölçeğin bu araştırma grubu için Cronbach Alfa ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0.73 olarak bulunmuştur. Bireyler, 20 maddeden oluşan ölçekte her maddedeki 1'den 5'e kadar olan sayılardan birini işaretleyerek, ilgili maddedeki görüşe katılımlarını belirtmektedir. İşaretlenen sayılar o maddeye ilişkin puanı oluşturmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 20'dir. Toplam puanın yüksek olması empatik eğilimin yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Küsmeye Davranışı Anketi: Küsmeye anketi araştırmacı ve tez danışmanı tarafından literatür bağlamında oluşturulmuştur. İlk hali 35 sorudan oluşan anketin ölçme ve değerlendirme açısından yaratacağı sıkıntılar pilot çalışma ışığında belirlenmiş ve anket soruları 6 adet olarak belirlenmiştir. İngilizce ve Türkçe literatürde küsmeye davranışını ölçen bir ölçek bulunmadığı için araştırmacı tarafından araştırmanın amacına yönelik oluşturulan 6 soruluk küsmeye davranışı anketi uygulanmıştır.

Verilerin Toplanması

Veri toplama araçlarının yönergeleri doğrultusunda katılımcılardan onam alınarak ölçekler katılımcılara uygulanmıştır. Araştırmaya katılımda gönüllülük esastır. Çalışmaya başlamadan önce katılımcıların bilgilendirilmiş onamı, veri ölçüm araçlarını yanıtlamadan önce araştırmacı tarafından oluşturulan ve ölçeklerin yer aldığı bağlantı sayfasının ilk bölümünde yer almıştır. Araştırmacı tarafından belirlenen veri ölçüm araçlarının çevrimiçi ortama yüklenip paylaşılabilir bağlantı sayfası oluşturulmasıyla katılımcılara şahsi e-posta ve sosyal medya uygulamalarından sanal ileti olarak gönderilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. İlk olarak örneklemin normal dağılım gösterip göstermediğini saptamak amacıyla normalite testi uygulanmıştır. Sonuca göre uygun analiz yönteminin kullanıldığı araştırmada, karşılaştırma analizlerinde, iki grupta değişkenlerin karşılaştırılmasında Bağımsız Örneklem t Testi, ikiden fazla grupta değişkenlerin karşılaştırılmasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. İlişki analizi için Pearson Korelasyonu uygulanmıştır. Anlamlı ilişki saptanan değişkenlerle “Doğrusal Regresyon Analizi” uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri 0,05 düzeyinde alınmıştır. Tez konusu ile ilgili literatür taraması yapılarak, gerçekleştirilen çalışmaların sonuçları tez çalışması sonuçlarıyla ilişkilendirilmiş, değerlendirilmiş, tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

Bulgular

Bu araştırmada küsmenin hedef ve nedeni araştırmacı tarafından hazırlanan birer soruyla ölçülür iken küsmenin şiddetini belirlemek için üç sorunun çarpımı kullanılmış ve elde edilen veriler örnekleme ikiye bölecek şekilde “düşük küsmeye şiddeti” ve “yüksek küsmeye şiddeti olarak adlandırılmıştır. Araştırma kapsamında küsmeye ilişkin ölçülen özellikler Bağımsız değişken olarak değerlendirilmiştir. Benlik saygısı ve empatik eğilim puanlarının lineer bileşkesi olup “Barışıklık” şeklinde adlandırılan değişken ise bağımlı değişken olarak atanmıştır.

Küsmeye ilişkin ölçmelerin düzeyleri bakımından barışıklık düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla üç farklı MANOVA analizi yapılmıştır.

Öncelikle MANOVA'nın temel varsayımları kontrol edilmiştir. Tek değişkenli (Univariate) aşırı değerler (Outlier) Box Plot, Çok değişkenli (Multivariate) aşırı değerler Mahalanobis indeksi ile incelenmiştir. Çok değişkenli aşırı değerler için Mahalanobis değerleri incelendiğinde yedi katılımcının $p < .001$ düzeyinde anlamlı biçimde aşırı değere sahip olduğu anlaşıp (Tabacknick ve Fidell, 2007) bu katılımcıların verileri MANOVA

analizlerinde kullanılmamıştır. Bağımlı değişkenler arasındaki çoklu doğrusallık ve tekillik varsayımları Pearson Korelasyonu ile incelenmiş ve varsayımların karşılandığı görülmüştür. Benlik saygısı ve empatik eğilim arasında $r(336) = .67$ korelasyon bulunmuş ve bu hem çoklu doğrusallık düşündürmeyecek kadar düşük hem de tekillik çağrıştırmayacak kadar yüksek ($p < .001$) olarak değerlendirilmiştir. Ancak, hata varyanslarının homojenliği için yapılan Levene testlerinde değişkenlerden birinin homojenlik göstermediği anlaşılmış, Tabacknick ve Fidell'in (2007, s. 251) in her hücrede en az 20 kişi olması şartıyla analizin yapılabileceği bilgisi dikkate alınarak anlamlılık düzeyi için Pillai's Trace indeksi kabul edilmiştir. Tüm analizler için her bir değişkene ilişkin betimleyici istatistik sonuçları aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1: Empatik Eğilim ve Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	Gruplar Hedef	N	x	sd
Empatik Eğilim	1	148	69,02	6,73550
	2	30	71,60	9,16741
	3	43	70,30	5,69684
	4	113	70,58	6,11176
	Toplam	334	69,94	6,69183
Benlik saygısı	1	148	108,91	16,48967
	2	30	110,90	22,03500
	3	43	112,58	15,06689
	4	113	113,65	15,33249
	Toplam	334	111,16	16,57270
1. Derece akrabalarım (anne, baba, eş, çocuk) 2. Derece akrabalarım (kardeş, dede, nine, torun) 3. Derece akrabalarım (yeğen, amca, dayı, hala, teyze). 4. Arkadaşlarıma				
Empatik Eğilim	Neden			
	1	76	70,17	7,42
	2	82	69,62	6,83
	3	81	68,69	6,86
	4	97	70,90	5,75
Toplam	336	69,89	6,71	
Benlik saygısı	1	76	114,84	14,91
	2	82	110,52	16,21
	3	81	107,96	19,20
	4	97	111,20	15,32
	Toplam	336	111,08	16,56
1. Yalan söylenilmesi 2. Kişiliğime hakaret 3. Dikkate alınmamak 4. Sevgi/Saygı görmemek				
Empatik Eğilim	Şiddet			
	Düşük	161	71,19	6,69
	Yüksek	175	68,70	6,52
Toplam	336	69,89	6,71	
Benlik saygısı	Düşük	161	115,15	13,60

Yüksek	175	107,33	18,13
Toplam	336	111,08	16,56

Küsmeye konu hedef, neden ve şiddet bakımından barışıklık düzeyleri arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını kontrol etmek amacıyla uygulanan MANOVA sonuçları Tablo 2' de görülmektedir. Küsmeye konu hedef kişiler bakımından barışıklık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır Pillai's Trace= .030, $F(6-660) = 1,651, p > .05$. Barışıklık düzeyi kimlere küsüldüğüne göre farklılaşmamaktadır. Küsmeye nedenleri açısından barışıklık düzeyi incelendiğinde grupların puan ortalamalarının anlamlılık sınırında (Pillai's Trace= .038, $F(6-678) = 2,052, p > .05$.) kaldığı görülmektedir.

Tablo 2: Barışıklık Düzeylerinin Küsmeye Özellikleri Bakımından Farkına İlişkin MANOVA Sonuçları

Bağımlı Değişken		Etki	Değer	F	Hipotez sd	Hata sd	Sig
Barışıklık düzeyi	Hedef kişi	Pillai's Trace	,030	1,651	6	660	,130
	Küsmeye Nedeni	Pillai's Trace	,038	2,052	6	678	,054
	Küsmeye şiddeti	Pillai's Trace	.057	10.081	2	333	.000

Kişinin başkalarıyla barışıklığını temsilen empatik eğilim ve kendisiyle barışıklığını temsilen de benlik saygısının lineer bileşkesinden oluşmuş barışıklık düzeyinin küsmeye şiddet düzeyine göre farklılaştığı anlaşılmaktadır Pillai's Trace= .057, $F(2-333) = 10,081, p < .05$. Barışıklık düzeyinde görülen bu farklılığa her bir bağımlı değişkenin katkısını belirlemek için ANOVA analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3' de görülmektedir.

Tablo 3: Barışıklık Düzeyinin Küsmeye Şiddet Düzeyleri Arası Farkına İlişkin ANOVA Sonuçları

Değişken	Var.K	KT	sd	KO	F	p
Empatik Eğilim	G.Arası	519,57	1	519,57	11,92	,001
	G.İçi	14553,36	334	43,57		
Benlik Saygısı	G.Arası	5124,79	1	5124,79	19,73	,000
	G.İçi	86763,20	334	259,77		

Tablo 2' de görülen empati ve benlik saygısının lineer bileşkesinden oluşan barışıklık düzeyinin MANOVA sonucuna göre gruplar arasında farklılaştığının ortaya çıkması sonucunda bu farka bağımlı değişkenlerin katkısı ANOVA testiyle incelenmiştir. ANOVA (Tablo 1) sonuçlarına göre küsmeye şiddeti yüksek olan grubun empatik eğilim bakımından ($\bar{x} = 68.70$) küsmeye şiddeti düşük olan gruba ($\bar{x} = 71.19$) kıyasla daha zayıf olduğu görülmektedir $F(1-334) = 611.92, p = .001$. Aynı şekilde şiddeti düşük olan grubun benlik saygısının ($\bar{x} = 115.15$) daha şiddetli küsmeye yaşayanlara göre ($\bar{x} = 107.33$) istatistiksel bakımdan daha düşüktür $F(1-334) = 19.73, p = .000$.

Sonuç

Elde edilen sonuçlara göre, kişinin başkalarıyla barışıklığını temsilen empatik eğilim ve kendisiyle barışıklığını temsilen de benlik saygısının lineer bileşkesinden oluşmuş barışıklık düzeyinin küsmeye şiddet düzeyine göre farklılaştığı anlaşılmaktadır. Empati ve benlik saygısının lineer bileşkesinden oluşan barışıklık düzeyinin MANOVA sonucuna göre gruplar arasında farklılaştığının ortaya çıkması sonucunda bu farka bağımlı

değişkenlerin katkısı ANOVA testiyle incelenmiştir. ANOVA sonuçlarına göre küsmeye şiddeti yüksek olan grubun empatik eğilim bakımından küsmeye şiddeti düşük olan gruba kıyasla daha zayıf olduğu görülmektedir. Aynı şekilde küsmeye şiddeti yüksek olan grubun benlik saygısının, daha düşük şiddette küsmeye yaşayanlara göre istatistiksel bakımdan daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Literatürde doğrudan küsmeye davranışına yönelik olmamakla birlikte, pasif agresif bir çatışma olarak ifade edilen küsmeye davranışının kapsamı içine girebilecek bazı çalışmalar bulunmaktadır. Rehber (2007) tarafından Nevşehir ilindeki 5 farklı ilköğretim okulunda eğitim gören 755 öğrenci ile yapılan çalışmada, empatik eğilim puanı düşük olan çocukların saldırganlık puanının, empatik eğilim puanı yüksek olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte empatik eğilim puanı yüksek olan öğrencilerin, insanlar arası ilişkilerde ortaya çıkan problemleri çözmede daha iyi oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlardan yola çıkılarak empatik eğilim düzeyi ve benlik saygısı düzeyi düşük olan bireylerin daha şiddetli küsmeye davranışında bulunduğu söylenebilir. Dökmen, (1988) insanlara dair olumsuz duygular besleyen bireylerin, iletişim çatışmalarına girme olasılıklarının daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Bu, aynı zamanda empati düzeyi yüksek olan kişilerin, kişiler arası ilişkilerde daha az çatışma ve iletişim problemleri yaşayacağına anlamına gelmektedir.

Barışıklık düzeyinin bileşkelerinden olan benlik saygısı ile ilgili bulgularımızı destekleyen çalışmalar da mevcuttur. Benlik saygısı ile ilgili olarak yapılan çalışmada (Baumeister, Campbell ve Krueger, 2003), bireylerin benlik saygıları puanı yükseldikçe, çatışma çözme sürecinde daha açık ve yapıcı oldukları saptanmıştır. Dolayısıyla benlik saygısı yüksek olan bireylerin, benlik saygısı düşük olan bireylere göre, düşüncelerini açıkça söyleme ve çatışma yaşama durumlarında bunu çözmeye çabalama konusunda daha istekli oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Yine bir başka çalışmada, kişilerin benlik saygısı puanı yükseldikçe iletişim becerilerinin arttığı, dolayısıyla arkadaşlık ilişkilerinin sürekliliğinin ve kalitesinin arttığı görülmüştür (Keefe ve Berndt, 1996).

Kaynakça

- Acar, E. (2007). İşletme yönetiminde duygusal zekanın yeri ve önemi üzerine bir araştırma. [Yüksek Lisans Tezi, Mustafa Kemal Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Adams, J. F. (1995). Ergenliği Anlamak. B. Onur (Çev.) Ankara: İmge Kitabevi.
- Aksüt, A. (2011). *The relationship between students' self-esteem, parental attitudes and students' achievement in foreign language learning*. [Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi].
- Albiero, P., Matricardi, G., Speltri, D., ve Toso, D. (2009). The assessment of empathy in adolescence: a contribution to the Italian validation of the "Basic Empathy Scale". *Journal of Adolescence*, 393-408. DOI: 10.1016/j.adolescence.2008.01.001
- Arıca, T. (1999). *Grupla psikolojik danışma yoluyla benlik saygısının geliştirilmesi*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Armutlu, C. (2008). *Sembolik tüketim: Benlik imajı uyumu üzerine bir araştırma*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Baran, G., ve Haktanır, G. (1998). Gençlerin benlik saygısı düzeyleri ile anne baba tutumları algılamalarının incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 5(3), 134-141.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., ve Krueger, J. I. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychol Sci in The Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Buckman, R., Tulsky, J., ve Rodin, G. (2011). Empathic responses in clinical practice: Intuition or tuition? *Canadian Medical Association Journal*, 183(5), 569-571. Doi: 10.1503/cmaj.090113
- Bruno, F. (1996). *Psikoloji Tarihinin Giriş*. G. Sevdiren (Çev.). İstanbul: Kibele.
- Carlock, C. (1999). *Enhancing self-esteem*. (Third edition). Philadelphia: Taylor ve Francis Group.

- Cox, M. J., ve Brooks-Gunn, J. (1998). *Conflict and cohesion in families: Causes and consequences*. Routledge. Psychology Press
- Cüceloğlu, D. (1993). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dietrich, C. (2010). Decision making: factors that influence decision making, heuristics used, and decision outcomes. *Inquiries Journal*. 2(2), 1-3
- Dökmen, Ü. (1988), Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(1-2), 155-190.
- Dökmen, Ü. (2019). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Ergül, H. (2017). *Evlü bireylerde küsme davranışı ile evlilik uyumu ilişkisinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi].
- Freedman, S. R., ve Enright, R. D. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(5), 983– 992.
- Gottman, J. M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: a longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1), 6-15. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.61.1.6>
- Guttman, H., ve Laporte, L. (2000). Empathy in families of women with borderline personality disorder, anorexia nervosa, and a control group, *Family Process*. 29(3), 345-358.
- Heavey, C. L., Layne, C., ve Christensen, A. (1993). Gender and conflict structure in marital interaction: A replication and extension. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1), 16–27. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.61.1.16>
- Hoffman, M. (1976). Empathy, role taking, guilt and the development of altruistic motives. T. Lickona, *Moral development and behavior* (s. 124-143). New York: Holt, Rinehart ve Winston.
- Ianotti, L. J. (1979). *The elements of empathy*. Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development. San Fransisco, California.
- Johnson, F. P., ve Johnson, D. W. (2003). *Joining Together*. New York: Pearson Education Inc.
- Keefe, K., ve Berndt, T. J. (1996). Relations of friendship quality to self-esteem in early adolescence. *The Journey of Early Adolescence*, 16(1), 110-129.
- Konrad, S., ve Hendl, C. (2003). *Duygularla Güçlenmek*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Lee, J. (2013). The impact of a mandatory cooling-off period on divorce. *The Journal of Law and Economics*, 56(1), 227-243.
- Martin, G., ve Clark, R. (1982). Distress crying in neonates: Species and peer specificity. *Developmental Psychology*, 18(1), 3-9.
- McDonald, N., ve Messinger, D. (2011). The development of empathy: How, when, and why. A. Acerbi, J. Lombo, ve J. Sanguinetti, Free will, *Emotions and Moral Actions: Philosophy and Neuroscience in Dialogue* (s. 341-368.). University of Miami.
- Murphy, J. G. (1982). Forgiveness and resentment. *Midwest Studies in Philosophy*, 7(1), 503-516
- Özmen, A. (2006). Anger: The theoretical approaches and the factors causing the emergence in individuals. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(1), 39-56.
- Pope, A., McHale, S., ve Craighead, W. (1988). *Self-Esteem Enhancement With Children And Adolescents*. (First Edition). Boston: Psychology Practitioner Guidebook Series.

- Rehber, E. (2007). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerine göre çatışma çözme davranışlarının incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Rose, J. (2015). *The Literary Churchill*. Yale University.
- Rosenberg, M. (1976). *Beyond self-esteem: some neglected aspects of the self-concept*. Paper presented at Annual Meeting of the American Sociological Association (New York, New York, August 30-September 3, 1976)
- Rothschild, B., ve Rand, M. (2006). *The Psychophysiology Of Compassion Fatigue And Vicarious Trauma*. London: W. W. Norton ve Company.
- Steffenhagen, R. (1990). *Self-Esteem Therapy*. New York. Praeger Publishers.
- Şahin, R. (2006). *Bireylerin proaktif kişilik yapısı ile benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TDK. (2021, Haziran 11). www.tdk.gov.tr. adresinden alındı.
- Thomas, K. W. (1976). Conflict and conflict management. *Handbook of Industrial and Organizational Psychology* (s. 889-935). Chicago: Rand McNally.
- Troupe, F. (2008). *Marital Conflict: A Longitudinal Study* [Doctoral dissertation, Florida State University].
- Van Baaren, R., Decety, J., Dijksterhuis, A., Van Der Leij, A., ve Van Leeuwen, M. (2009). Being imitated: consequences of nonconsciously showing empathy. J. *Decety, The Social Neuroscience of Empathy*. Cambridge: MIT Press. <https://doi.org/10.7551/mitpress/9780262012973.003.0004>
- Weger, H. (2005, February 1). Disconfirming communication and self-verification in marriage: Associations among the demand/withdraw interaction pattern, feeling understood, and marital satisfaction. *Sage Journals*, 22(1), 19-31
- Yavuzer, H. (2005). *Gençleri Anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yörükoğlu, A. (1986). *Gençlik Çağı*. Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları Sosyal ve Felsefi Eserler Dizisi.
- Yushimoto, D., Shapiro, A., O'Brien, K., ve Gottman, J. (2005). Nonverbal communication coding system of committed couples. *The New Handbook of Methods in Nonverbal Behavior Research* (s. 369–398). New York: Oxford University Press.
- Zahn-Waxler, Knafo, A., C., Van Hulle, C., Robinson, J., ve Rhee, S. (2008). *The developmental origins of a disposition toward empathy: Genetic and environmental contributions*. 737-752.

EXTENDED SUMMARY

Whether individuals want to continue their relationship with the people with whom they have conflict in situations of encountering a problem determines the approach and form of communication they establish. Resentment can positively or negatively affect the course and outcome of conflicts. Resentment may occur as a style of conflict, a type of communication, a problem-solving behavior or above all, a behavior pattern (Ergül, 2017).

Resentment behavior is evaluated in the international literature with its different effects, forms, duration, purpose, and reasons, and is handled with many different behavioral patterns. In our country, the behavior, which is called resentment behavior, is accepted as a whole in terms of its purposes and types. Resentment is not being able to develop or grow in terms of dictionary; it means not being able to fulfill its duty, losing its expected quality for some reason (TDK, 2021). According to Özmen (2006), resentment is one of the passive anger reactions of individuals.

The concept of self-esteem refers to the emotional dimension of the self. In addition to having various ideas about who he is, the individual also has various feelings about who he is. Therefore, self-esteem corresponds to the individual's approving, accepting, liking, and finding himself valuable (Adams, 1995).

In the context of interpersonal relations, the concept of "empathy" in its simplest form is expressed as "a person's putting himself in the place of the other person and understanding his feelings and thoughts correctly (Dökmen, 2019).

In light of these concepts, it is considered a problem situation that is worth investigating whether the resentment behavior is related to the level of empathy and self-esteem that individuals perceive in themselves. For this purpose, the research was planned and carried out. It is thought that examining this relationship and its level will contribute significantly to the literature and maybe a guide for future studies.

The research is quantitative research designed according to the relational survey model. Before the research, approval was obtained from the Ethics Committee of Istanbul Arel University (decision dated 06.08.2021 and numbered 2021/11).

The sample of the study consists of 343 adults aged 18 years and older residing in various provinces of Turkey. The age range of the participants determined by the convenient sampling method was determined as 18-75. As data collection tools in the research; the Informed Voluntary Consent Form, Self-Esteem Evaluation Scale-Short Form, Empathic Tendency Scale-(EES), and the Embitterment Questionnaire, which were created by the researcher for the purpose of the research, were applied.

The data obtained in the research were analyzed using the SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 program. First of all, a normality test was applied to determine whether the sample showed a normal distribution. In the study, in which the appropriate analysis method was used according to the result, the Independent Sample t-Test was used in comparative analysis and the comparison of two-group variables, and One-Way Analysis of Variance (ANOVA) was used in the comparison of variables with more than two groups. Pearson Correlation was applied for the relationship analysis. "Linear Regression Analysis" was applied with the variables in which a significant relationship was found. The significance value was taken at the 0.05 level in the analysis.

While the target and cause of the resentment were measured with a question prepared by the researcher in the research, the product of the three questions was used to determine the severity of the resentment, and the data obtained were named "low intensity of resentment" and "high intensity of resentment", dividing the sample into two. Within the scope of the research, the measured characteristics related to resentment were evaluated as an independent variable. The variable called "Reconciliation", which is the linear resultant of self-esteem and empathic tendency scores, was assigned as the dependent variable.

According to the results of MANOVA, which was applied to check whether there is a significant difference between the levels of reconciliation in terms of the target, reason, and violence subject to resentment; No significant difference was found between the levels of reconciliation in terms of the target persons subject to resentment (Pillai's Trace= .030, $F(6-660)= 1.651$, $p>.05$). The level of peace does not differ according to whom one is offended. When the level of reconciliation was examined in terms of the reasons for resentment, it was

seen that the mean scores of the groups remained at the limit of significance (Pillai's Trace= .038, $F(6-678)=2.052$, $p>.05$).

It was found that the level of reconciliation, which consists of the linear resultant of the empathic tendency to represent the peace of the person with others and the self-esteem to represent the peace of mind, differs according to the severity of resentment (Pillai's Trace= .057, $F(2-333)=10,081$, $p<.05$). In the ANOVA findings made to determine the contribution of each dependent variable to this difference in the level of peace; It is seen that the group with high severity of resentment is weaker in terms of empathic tendency ($=68.70$) compared to the group with low severity of resentment ($=71.19$) $F(1-334) = 611.92$, $p = .001$. Likewise, it was found that the self-esteem of the group with low severity ($=115.15$) was statistically lower than the group with more severe resentment ($=107.33$) $F(1-334) = 19.73$, $p = .000$.

According to the results obtained, it is understood that the level of reconciliation, which consists of the linear resultant of the empathic tendency representing the peace of the person with others and the self-esteem representing the peace with himself, differs according to the level of resentment. It is seen that the group with a high level of resentment is weaker in terms of empathic disposition compared to the group with low severity of resentment. In the same way, it was concluded that the self-esteem of the group with a high level of resentment was statistically lower than those who experienced resentment with lower severity.

Based on these results, it can be said that individuals with low levels of empathic tendency and low self-esteem exhibit more severe resentment. Dökmen (1988) stated that individuals who have negative feelings about people are more likely to engage in communication conflicts. This also means that people with high levels of empathy will experience fewer conflicts and communication problems in interpersonal relationships.

There are also studies supporting the research finding (the finding that the self-esteem of the group with a high level of resentment is statistically lower than the group with lower severity of resentment) regarding self-esteem, which is one of the components of the level of reconciliation. In a study on self-esteem (Baumeister, Campbell, & Krueger, 2003), it was found that as individuals' self-esteem scores increase, they are more open and constructive in the conflict resolution process. Therefore, it has been concluded that individuals with high self-esteem are more willing to express their thoughts openly and to try to resolve them in case of conflict, compared to individuals with low self-esteem. In yet another study, it was observed that as the self-esteem scores of individuals increase, their communication skills increase, thus the continuity and quality of friendship relationships increase (Keefe & Berndt, 1996).