

**ORTAÖĞRETİM KURUMLARINDA GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLERİN
CİNSİYETLERİNE ve ÖĞRENİLMİŞ GÜÇLÜLÜK DÜZEYLERİNE GÖRE
MİZAH TARZLARININ İNCELENMESİ***

Uzman Hatice ASLAN
Mersin Fen Lisesi
aslanhatice@hotmail.com

Yrd. Doç. Dr. A. Rezan ÇEÇEN
Ç.Ü. Eğitim Fak.
Psikolojik Dan. ve Reh. Anabilim Dalı
arcecen@cu.edu.tr

ÖZET

Bu araştırmada ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ve cinsiyetlerine göre mizah tarzlarının (Kendini Geliştirici Mizah, Katılımcı Mizah, Saldırgan Mizah, Kendini Yıkıcı Mizah) farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma kapsamına 2004-2005 öğretim yılında Adana ili Seyhan ve Yüreğir ilçelerindeki 21 ortaöğretim kurumunda görev yapan 311’i kadın ve 295’i erkek olmak üzere toplam 606 öğretmen dâhil edilmiştir. Öğretmenlerin mizah tarzları ile ilgili veriler; Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir (2003) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Yerlikaya (2003) tarafından yapılan “Mizah Tarzları Ölçeği” kullanılarak, öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile ilgili veriler; Rosenbaum (1980) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Siva ve Dağ (1991) tarafından gerçekleştirilen “Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği” kullanılarak elde edilmiştir. Diğer değişkenlerle ilgili bilgiler ise “Kişisel Bilgi Formu” ile toplanmıştır. Verilerin analizinde çok yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre tüm mizah tarzları puanları üzerinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Gruplararası farkın kaynağını anlamak için yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, öğrenilmiş güçlülük açısından, orta ve yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip öğretmenlerin katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzı puanları düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip öğretmenlere göre daha yüksektir. Ayrıca, bağımsız değişken olarak ele alınan cinsiyetin mizah tarzları puanları üzerindeki ana etkisi incelendiğinde, bu değişkenin ana etkisinin anlamlı bir farklılık yaratmadığı ve bunun yanı sıra mizah tarzları puanları üzerinde öğrenilmiş güçlülük ve cinsiyetin ortak etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Mizah Tarzları, Öğrenilmiş Güçlülük, Cinsiyet.

**INVESTIGATING THE HUMOR STYLES OF TEACHERS WHO WORK IN
SECONDARY EDUCATION SCHOOLS ACCORDING TO THEIR LEVEL OF
LEARNED RESOURCEFULNESS**

ABSTRACT

In this research it was investigated that whether the humor styles of teachers (self-enhancing humor, affiliative humor, aggressive humor and self-defeating humor) who work in secondary education schools show difference or not according to their level of learned resourcefulness and their gender. In 2004-2005 education year, total 606 teachers that 295 of them were males and and 311 females who work in Seyhan and Yüreğir which are the towns of Adana were included in the concept of the investigation.

The data about the humor styles of teachers was obtained by using “Rosenbaum’s Self-Control Schedule” improved by Rosenbaum (1980) and translated into Turkish by Siva and Dağ (1991) and the data about the level of learned resourcefulness of teachers was obtained by using “Humor Styles Questionnaire”; improved by Martin, Puhlik–Doris, Larsen, Grey And Weir (2003) and translated into Turkish by Yerlikaya (2003). Data about the other variables was obtained with “Personel Information Form”. Multivariate analysis of variance was applied in the analysis of data. The error portion in the research was accepted as .05. According to the obtained findings, It was seen that there was a significant difference on all scores of humor styles for the level of learned resourcefulness of teachers who work in secondary education. For the aspect of learned resourcefulness, according to the results of Scheffe test that was carried out to examine the reason of the differences between the groups, the scores of teachers who had average and high level of learned resourcefulness for their style of self-enhancing humor, affiliative humor, aggressive humor and self-defeating humor were higher than the teachers who had low level of learned resourcefulness. Furthermore, when the main affect of gender as an independent variable was examined on the scores of humor styles, it was seen that the main affect of this variable made no significant difference and besides, common affect of learned resourcefulness and gender was not meaningful on the scores of humor styles.

Key Words: Humor Styles, Learned Resourcefulness, Gender.

Giriş

Mizah kavramıyla ilgilenen farklı alanlardan araştırmacılar, mizah duygusunun (sense of humor) tam olarak bir tanımını yapmanın güçlüğüne vurgulamışlardır. Bunun yanı sıra araştırmacılar, mizah duygusuna sahip olmanın bir kişilik özelliği olduğunu, sadece insanlara özgü olduğunu ve bu duygunun bir şeyi eğlenceli bulma, gülümseme ve kahkahalarla gülme biçiminde dışa vurulduğu konusunda uzlaşmaktadırlar (Deckers ve Ruch, 1992). Farklı araştırmalar, iyi bir mizah anlayışına sahip olan bireylerin mizahi bakışaçılarının kendilerine sağladığı ne tür faydalar olduğunu göstermektedirler. Yüksek mizah duygusu olan bireylerin olumsuz duyguları daha az yaşayarak (Yovetich, Dale ve Hudak,1990), stresle daha rahat başa çıkabildikleri ve etkin ve olumlu başa çıkma tarzlarını kullandıkları (Martin ve Lefcourt, 1983; Nezu, Nezu ve Blissett, 1988; Martin, Kuiper, Olinger ve Dance, 1993; Pfeifer, 1975; Durmuş, 2000; Abel, 2002), diğer bireylerle uyumlu ilişkiler içerisine girdikleri (Richman, 1995; Burkhead, Ebener ve Marini 1996), bedensel açımdan kendilerini daha sağlıklı olarak gördükleri (Fry, 1986; Celso, Ebener ve Burkhead, 2003), bağışıklık sistemlerinin daha güçlü olduğu (Berk ve diğ., 1989; Akt.,Lefcourt, 2002), daha uzun yaşadıkları (Yoder ve Haude, 1995) farklı araştırmalarla gösterilmiştir.

* Bu çalışma Yrd.Doç.Dr. A. Rezan Çeçen yönetiminde yürütülen ve Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri tarafından desteklenen Hatice Aslan’ın yüksek lisans tez özetidir.

Mizah, yapısında hem bilişsel faktörleri hem de duygusal faktörleri içermektedir. Çoğunlukla kişilerarası ilişkiler içerisinde oluşan mizah, bir kişilik özelliği olarak da görülmektedir. Mizahı oluşturan bileşenler göz önünde bulundurulduğunda, bazı bileşenlerin mutluluk ve sağlık diğerlerinin ise saldırganlık, küçümseme veya alay gibi farklı duygular ile ilişkili olduğu görülmektedir. Mizah anlayışı, tek boyutlu bir kavramdan çok boyutlu bir kavram olarak evrim geliştirmiştir. Mizah ile ilgili güncel yaklaşımda sınıflandırma işlemleri daha çok, mizahın uyabilen olumlu (adaptive/positive) yönü ile uymayan olumsuz (maladaptive/negative) yönleri olmak üzere iki ana sınıf içerisinde mizahın farklı yönlerinin neler olduğunu açığa çıkartmayı amaçlamaktadır (Ruch, 1996; Puhlik-Doris ve Martin, 1999; Martin ve diğ., 2003).

Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir (2003) bireylerin kullandıkları mizah tarzlarına göre uyuma yönelik (katılımcı ve kendini geliştirici mizah) ve uyuma yönelik olmayan (saldırgan ve kendini yıkıcı mizah) dört farklı mizah tarzının bulunduğunu ortaya koymaktadırlar.

Katılımcı mizah (affiliative humor), birey tarafından kendine ve diğerlerine saygılı bir biçimde kişilerarası etkileşimleri geliştirici bir biçimde kullanılmasını ifade etmektedir (Martin, Puhlik-Doris ve diğ., 2003). Mizahın bu boyutuna sahip olan bireylerin daha çok neşeli, esprili, dışadönük kişiler olduğu görülmektedir. Bu mizah tarzı da, kişilerarası ilişkileri destekleyen uyumlu bir tarzdır. Kendini geliştirici mizah (self-enhancing humor), mizahın içsel ya da kişisel yönlerini kapsar ve bireylerin, aynı zamanda diğerlerinin gereksinimlerini de dikkate alarak, stresle başa çıkma, sorunlar üzerindeki bakışaçılarını değiştirmede veya olumsuz duyguları azaltmada kullandıkları içsel, ve uyuma yönelik mizah tarzıdır (Kuiper, Martin ve Olinger, 1993). Saldırgan mizah (aggressive humor) ise, bireylerin sadece kendi üstünlük ve haz duyguları ile ilgili olarak kendi gereksinimlerini karşılamak amacıyla başkaları hakkında mizahı sosyal olarak uygun olmayan bir biçimde (örneğin; aşağılama, alay etme, küçük düşürme gibi) kullanılmasıdır. Saldırgan mizahı kullanan kişilerin diğer kişileri kırabilecek veya kızdırabilecek ya da kendisinden uzaklaştıracak söylemler şeklinde mizahı kullandıkları görülmektedir (Martin, Puhlik-Doris ve diğ., 2003). Kişilerarası ilişkileri zedeleyici, uyuma yönelik olmayan ve sağlıksız bir mizah tarzı olduğu görülmektedir. Kendini Yıkıcı Mizah (self-defeating humor) başkalarını güldürebilmek için kendilerini sürekli mizahi bir yolla kötülerler ve yererler. Bu mizah tarzında, bireyler kendilerini sevdirmenin, başkalarının gözünde değer kazanmanın, onay kazanmanın yollarından birini kendilerini aşağılayacak şeyler söylemek veya yapmak olduğuyla ilgili bir eğilime sahiptirler. Bu mizah tarzı kişisel iyi olmayı, kendini kabulü zedeleyen, düşük benlik algısını besleyen sağlıksız, uyumsuz bir mizah tarzıdır (Martin, Puhlik-Doris ve diğ., 2003).

Mizah, stresli durumların bir tehlike işareti olarak görülmesinin yerine stresli durumlarla yüzyüze gelindiğinde bir başa çıkma stratejisi olarak kullanılabilmesi belirtilmektedir (Abel, 2002). Kuiper ve Martin (1998), mizah duygusunun, yaşanan stresi ılımlı duruma getirmede bir araç olduğunu, Kuiper, Martin, Olinger ve Dance (1992) ise mizahın stres azaltıcı etkisinin yaşam kalitesini arttırabileceğini göstermişlerdir .

Öğrenilmiş güçlülük (learned resourcefulness), özellikle stres yaratan yaşam olayları ile ne kadar etkili bir biçimde başedildiğini gösteren bilişsel bir yapısı olan yeni kavramlardan birisidir. Rosenbaum (1980) “öğrenilmiş güçlülük” kavramını kişilerin içsel olaylarını düzenlemede kullandıkları bir davranışsal ve bilişsel beceriler repertuarı olarak tanımlamıştır. Öğrenilmiş güçlülüğü tanımlarken Rosenbaum (1983), bu becerilerin olayların kontrolünden çok, olayların birey üzerindeki etkilerini kontrol etmede kullanıldığına dikkat çekmiştir. Rosenbaum' a (1980) göre, bir tepkinin öğrenilmiş güçlülük kategorisine girebilmesi için; a) ağrı, kaygı gibi hedef davranışı engelleyen bir içsel olay tarafından başlatılması ve b) bu olayların hedef davranış üzerindeki karıştırıcı etkisini engellemek amacıyla olması gerekmektedir. Rosenbaum (1980) öğrenilmiş güçlülük kavramının dört temel öz kontrol becerisini içerdiğini belirtmiştir. Bunlar: a) duygusal ve fiziksel tepkileri kontrol etmek amacıyla bilişlerin ve öz yönergelerin kullanılması, b) Problem çözme becerilerinin uygulanması (planlama, problemi tanımlama, alternatifleri değerlendirme, sonuçları tahmin etme gibi), c) hemen doyumunu erteleyebilme yeteneği ve d) bireyin içsel olaylarını kontrol edebilme yeteneğine genel inancı, yetkinlik.

Rosenbaum'a (1989) göre, stresle etkin başa çıkma, içsel olayların kontrol edilebilmesiyle mümkündür. İçsel olayları kontrol edebilmek de yukarıda belirtilen öz kontrol becerilerinin geliştirilmesi ile doğru orantılıdır. Rosenbaum'a (1980) göre, öğrenilmiş güçlülük tanımına giren beceriler erken yaşlardan itibaren informal yollardan öğrenilir ve bireylerin öğrenme geçimleri farklılıklar gösterdiği için, öğrenilmiş güçlülük düzeyleri de farklılıklar gösterir.

Okul, ortam olarak stresin en yoğun olduğu kurumlardan birisidir. Hem ilköğretim hem de ortaöğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin, öğrencilere eğitim ve öğretim verirken, aynı zamanda onların kişisel sorunlarından da etkilenebilmektedirler. Öğretmenler, bunun yanı sıra, sınıfların kalabalık oluşu, okulların bulunduğu sosyoekonomik çevrelerin farklı türlerden olması ve müfredatı takip edebilmenin yarattığı baskılarla karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu durum onların daha fazla stres yaşamalarına neden olabilmektedir. Öğretmenlerin stresleri ile baş edebilmeleri, bedensel ve ruhsal sağlıkları açısından çok önemlidir. Stresleri ile baş edemeyen öğretmenlerin bir kısmının ise mesleklerini bile bırakabildikleri görülebilmektedir (Bryne, 1993).

İçsel olayların düzenlenmesi, başa çıkma alanında çalışmalar yürüten araştırmacıların dikkatini çekmiştir (Folkman, 1984; Folkman ve Lazarus, 1980; Lazarus ve Launier, 1978; Akt., Boyraz, 2002). Bu bakış açısından, içsel olayların kişisel düzenlenmesini içeren bir davranışsal repertuar olarak öğrenilmiş güçlülük, insanların stresli durumlarla karşılaştıklarında kullandıkları uygun bir başa çıkma becerisi olarak düşünülebilir. Abel (1998) tarafından sunulan araştırma sonuçları, mizahın stres ile fiziksel ve psikolojik sağlık arasında düzenleyici bir etkiye sahip olduğu yönündedir. Sarı ve Aslan (2005), üniversite öğrencilerinin mizah tarzlarının stresle baş etme tarzlarına ve cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediklerini incelemişlerdir. Çaresiz Stresle Başa çıkma tarzını yüksek düzeyde kullanan öğrencilerin, kendini yeren mizah tarzını daha çok kullandıkları ve kendine güvenli stresle başa çıkma tarzını yüksek ve orta düzeyde kullanan öğrencilerin,

katılımcı mizah ve kendini geliştiren mizah tarzlarını daha çok kullandıkları görülmektedir. Tümkiye (2006), 283 öğretim üyesinin kişisel ve mesleki koşulları ile tükenmişlik değişkenlerinin öğretim elemanlarının kullandıkları mizah tarzlarını yordama düzeylerini araştırmıştır. Araştırmanın bulguları sonucunda “Katılımcı Mizah” puanları açısından yaş değişkeninin temel etkisi anlamlı bulunmuştur.

Mizahın ve stresin birlikte ele alındığı araştırmalar incelendiğinde, önemli bir kişilik özelliği olan mizahın stresle ilişkili bir kavram (Kuiper, Martin, Olinger ve Dance,1992; Sarı ve Aslan, 2005) olduğu gözönüne alındığında, öğrenilmiş güçlülük değişkeni ve mizah tarzları arasında da anlamlı ilişkiler olması beklenebilir. Yurt içi ve yurt dışı alan yazın incelendiğinde öğretmenlerde öğrenilmiş güçlülük ve mizah tarzlarını birlikte ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu yönüyle araştırmanın ilgili literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ve cinsiyetlerine göre mizah tarzlarının (Kendini Geliştirici, Katılımcı, Saldırgan ve Kendini Yıkıcı Mizah) farklılaşp farklılaşmadığını incelemektir.

Yöntem

Araştırma betimsel tarama modelindedir. Çalışma Grubu: Araştırmanın çalışma grubunu Adana ili Seyhan ve Yüreğir ilçelerindeki ortaöğretim kurumlarında görev yapan 606 öğretmen oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan öğretmenlerin 311’i (%51,3) kadın, 295’i (%48,7) erkektir. Araştırmanın örneklemini oluşturan öğretmenlerin okullara ve cinsiyetlerine göre dağılımı Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1: Araştırmanın Örneklemini Oluşturan Öğretmenlerin Okullara ve Cinsiyete Göre Dağılımı ve Örneklem İçi Yüzdeleri

Okullar	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Atatürk KML	19	6.1	7	2.4	26	4.3
Adana Kız Lisesi	7	2.3	7	2.4	14	2.3
Merkez EML	17	5.5	53	18	70	11.6
İsmet İnönü EML	15	4.3	52	17.6	67	11
Güzel Sanatlar Lisesi	16	5.1	10	3.4	26	4.3
O. Çobanoğlu KML	18	5.8	4	1.4	22	3.6
Olgunlaşma Enstitüsü	53	17	8	2.7	61	10.1
Sabancı Tekstil Lisesi	5	1.6	8	2.7	13	2.1
İsmet İnönü KML	13	4.2	5	1.7	18	3
Atatürk Lisesi	14	4.5	23	7.8	37	6.1
M. K. Tuncel Lisesi	9	2.9	12	4.1	21	3.5
A.Kurttepli Lisesi	11	3.5	14	4.7	25	4.1
Ramazan Atıl Lisesi	16	5.1	17	5.8	33	5.4
H.Ahmet Atıl Lisesi	16	5.1	12	4.1	28	4.6
Adana Anadolu Lis.	8	2.6	11	3.7	19	3.1
Özel Bilfen Lisesi	14	4.5	7	2.4	21	3.5
S. Nuri Çomu Lisesi	3	1	4	1.4	7	1.2
Adana Erkek Lisesi	33	10.6	29	9.8	62	10.2
İhsan Sabancı KML	12	3.9	3	1	15	2.5
A. And. Teknik Lis.	1	0.3	8	2.7	9	1.5
Seyhan And. KML	11	3.5	1	0.3	12	2
Toplam	311	51.3	295	48.7	606	100

Tablo 1 incelendiğinde, örneklemedeki en büyük yüzdeyi oluşturan okulun Merkez Endüstri Meslek Lisesi (n=70, %11,6), en düşük yüzdeyi ise, Yüreğir Sunar Nuri Çomu Lisesi (n=7, % 1,2) olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada öğretmenlerin cinsiyetlerine ve hangi okullarda görev yaptıklarına ilişkin veri toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu”, öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerine ilişkin verileri toplamak için Rosenbaum (1980) tarafından geliştirilen “Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği”, mizah tarzlarını belirlemek için Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir (2003) tarafından geliştirilen “Mizah Tarzları Ölçeği” kullanılmıştır.

Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği: Rosenbaum (1980) tarafından geliştirilen, Siva ve Dağ (1991) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, stresle başa çıkma bireyin kullanabileceği bilişsel stratejilerin hangi derecede kullanıldığını ölçmeyi amaçlayan (1) Hiç Tanımlamıyor ile (5) Çok İyi Tanımlıyor arasında değişen 5’li Likert tipinde 36 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçek puanlanırken on bir madde ters yönde puanlanmaktadır. Ölçekten alınacak yüksek puanlar, kendini denetleme becerilerinin yüksekliğine; bir başka deyişle ölçekte temsil edilen başa çıkma stratejilerinin sıklıkla kullanıldığına işaret etmektedir. Araştırmada mizah tarzları ile ilgili veriler, Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir (2003) tarafından geliştirilen Türkçeye uyarlaması Yerlikaya (2003) tarafından yapılan “Mizah Tarzları Ölçeği” kullanılarak elde edilmiştir. Ölçekte ikisi uyuma yönelik (katılımcı, kendini geliştirici) ikisi uyuma yönelik olmayan (saldırgan ve kendini yıkıcı) olmak üzere dört alt ölçek bulunmaktadır. Her alt ölçek 8’er maddeden oluşmaktadır. Ölçek bireylerin hangi mizah tarzını kullandığını ölçmeyi amaçlayan (1) Kesinlikle Katılmıyorum ile (7) Tamamıyla Katılıyorum arasında değişen 7’li Likert tipinde 32 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Her bir alt ölçekte yükselen puanlar, o mizah tarzının kullanım sıklığına işaret etmektedir.

Verilerin Analizi

Araştırmanın bu aşamasında, bağımsız değişkenlerle ilgili olarak öğretmenlerin bilgi formlarına verdikleri yanıtlar belirlenmiştir. Daha sonra Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği’nden alınan puanlardan oluşan öğrenilmiş güçlülük değişkeninin sürekli değişken olmasından dolayı puan ortalamaları hesaplanmış ve bir standart sapma üzeri puan ortalamasına sahip olanlar yüksek, bir standart sapma puan ortalaması aşağısında kalanlar düşük ve her ikisinin arasında kalanlar orta olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Öğretmenlerin bağımsız değişkenler öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ve cinsiyetlerine göre bağımlı değişkenler mizah tarzları puanlarının farklılaşp farklılaşmadığını incelemek için SPSS 11.5 paket programında çok yönlü varyans analizi (MANOVA) ve hangi gruplar arasında farklılık olduğunu belirleyebilmek amacıyla, gerekli olduğunda Scheffe testi uygulanmıştır. Değişkenlerin etkileşim etkisi ve gruplararası farkın anlamlılık kontrolü için hata payı .05 olarak alınmıştır.

Bulgular

Ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ve cinsiyetlerine göre “katılımcı mizah”, “kendini geliştirici mizah”, “saldırgan mizah” ve “kendini yıkıcı mizah” puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2 Öğretmenlerin Öğrenilmiş Güçlülük ve Cinsiyetlerine Göre Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah, Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah Tarzları Puanlarının Ortalama ve Ss Değerleri

Cinsiyet	n	Öğrenil. Güçlülük	Katılımcı Mizah		Kendini Geliştirici Mizah		Saldırgan Mizah		Kendini Yıkıcı Mizah	
			\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss
Kadın	99	Düşük	13.43	2.84	23.73	3.13	22.34	3.83	25.20	3.57
	105	Orta	14.46	3.76	25.91	4.83	23.82	4.65	27.79	6.76
	104	Yüksek	18.76	4.28	31.04	3.51	29.30	3.92	33.13	3.31
	308	Toplam	15.58	4.34	26.94	4.96	25.19	5.11	28.76	5.84
Erkek	102	Düşük	13.43	2.15	24.20	2.49	21.98	3.06	25.16	2.93
	92	Orta	15.25	3.70	26.43	5.47	24.25	5.74	27.04	6.09
	96	Yüksek	18.23	3.30	31.40	6.22	30.46	4.12	32.82	3.18
	290	Toplam	15.60	3.68	27.29	5.79	25.51	5.68	28.29	5.37

Tablo 2’de öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ve cinsiyete göre mizah tarzları puanlarının n, ortalama ve standart sapma değerlerine ilişkin betimsel istatistik değerleri görülmektedir. Tablo-2 incelendiğinde, kadın öğretmenlerde Mizah Tarzları Ölçeği’nin altölçeklerinde en düşük ortalama 13,43 (Ss=2,84) olarak katılımcı mizah tarzında ve düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyinde; en yüksek ortalama ise 33,13 (Ss=3,31) olarak kendini yıkıcı mizah tarzında ve yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyinde görülmektedir. Erkek öğretmenlerde, en düşük ortalama 13,43 (Ss=2,15) ve en yüksek ortalama ise 32,82 (Ss=3,18) olarak kendini yıkıcı mizah tarzında ve yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyinde görülmektedir.

Öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerine ve cinsiyetlerine göre mizah tarzları puanlarının ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını test etmek için yapılan çok yönlü varyans analizi (MANOVA) sonuçları aşağıda sunulmuştur. Tablo 3’te öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ve cinsiyetlerine göre mizah tarzları puanlarının çok yönlü varyans analizi yer almaktadır.

Tablo 3 Öğretmenlerin Öğrenilmiş Güçlülük Düzeylerine ve Cinsiyetlerine Göre Mizah Tarzları Puanlarına İlişkin Çok Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Etki	λ	F	Denence (sd)	Hata (sd)	P	η^2
Kesişim	.014	10266.901	4	589	.000	.986
Cinsiyet	.991	1.401	4	589	.232	.009
Öğrenilmiş Güçlülük	.487	63.657	8	1178	.000	.302
Cinsiyet*Öğrenil. Güçlülük	.983	1.299	4	1178	.240	.009

*p<.001; **p<.0001

Tablo 3'te görüldüğü gibi, bağımsız değişken öğrenilmiş güçlülük ($\lambda=.487$, F [8,598]=63,66, p<.001) değişkeninin öğretmenlerin mizah tarzları puanları üzerinde ana etkisi olduğu bulunmuştur. Hangi bağımlı değişkenin çok değişkenli anlamlılığa katkı sağladığını bulmak amacıyla yapılan çift yönlü varyans analizi sonuçları tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4 Öğretmenlerin Mizah Tarzları Puanlarının Öğrenilmiş Güçlülük Düzeylerine ve Cinsiyetlerine Göre Çok Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Mizah Tarzları	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Cinsiyet	Katılımcı	2.140	1	2.140	.182	.670
	Kendini Geliştiren	40.606	1	40.606	1.980	.160
	Saldırgan	34.183	1	34.183	1.800	.180
	Kendini Yıkıcı	20.197	1	20.197	.970	.325
Öğrenilmiş Güçlülük	Katılımcı	2745.654	2	1372.827	116.569	.000*
	Kendini Geliştiren	5582.712	2	2791.356	136.116	.000*
	Saldırgan	6539.677	2	3269.838	172.202	.000*
	Kendini Yıkıcı	6450.909	2	3225.455	154.829	.000*
Cinsiyet* Öğrenilmiş Güçlülük	Katılımcı	49.810	2	24.905	2.115	.122
	Kendini Geliştiren	3.509	2	1.754	.086	.918
	Saldırgan	60.586	2	30.293	1.595	.204
	Kendini Yıkıcı	12.437	2	6.218	.298	.742
Hata	Katılımcı	6983.724	593	11.777		
	Kendini Geliştiren	12160.771	593	20.507		
	Saldırgan	11260.106	593	18.988		
	Kendini Yıkıcı	12332.771	592	20.832		
Toplam	Katılımcı	155068.000	599			
	Kendini Geliştiren	456947.000	599			
	Saldırgan	401609.000	599			
	Kendini Yıkıcı	505748.000	598			

*p<.001

Tablo 4'te görüldüğü gibi, bağımsız değişken öğrenilmiş güçlülüğün, öğretmenlerin katılımcı mizah [$F_{(2-593)}=116,569, p<.0001$], kendini geliştirici mizah [$F_{(2-593)}=136,116, p<.0001$], saldırgan mizah [$F_{(2-593)}=172,202, p<.0001$] ve kendini yıkıcı mizah [$F_{(2-592)}=154,829, p<.0001$] puanları üzerinde ana etkisi bulunmuştur. Başka bir deyişle, öğretmenlerin mizah tarzları, öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre anlamlı bir şekilde değişmektedir. Gruplararası farkın kaynağını anlamak amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, öğrenilmiş güçlülük değişkeni dikkate alındığında, Mizah Tarzları Ölçeği'nin tüm altölçeklerindeki puanlar, düşük düzeyde öğrenilmiş güçlülüğü olan öğretmenlere göre yüksek ve orta düzeyde öğrenilmiş güçlülüğü olan öğretmenlerin lehinedir.

Tartışma ve Yorum

Çalışmadaki bulgular dikkate alındığında, ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre tüm mizah tarzları puanları üzerinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Gruplararası fark, öğrenilmiş güçlülük açısından, orta ve yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip öğretmenlerin katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzı puanları düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip öğretmenlere göre daha yüksektir. Cinsiyetin mizah tarzları puanları üzerindeki ana etkisi incelendiğinde, ana etkisinin anlamlı bir farklılık yaratmadığı ve bunun yanı sıra mizah tarzları puanları üzerinde öğrenilmiş güçlülük ve cinsiyetin ortak etkisi de anlamlı bulunmamıştır.

Araştırmada, ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin mizah tarzları puanlarını etkileyebileceği düşünülen bağımsız değişkenlerden birisi cinsiyet olarak ele alınmıştır. Elde edilen bulgular, öğretmenlerin mizah tarzları puanlarının cinsiyetlerine göre değişmediğini ortaya koymaktadır. Yurtdışında ve yurtçinde cinsiyet ile mizah tarzları arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmalar incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre mizah duygusunun farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin birbirinden farklı bulgular yer aldığı görülmektedir. Bu araştırmada elde edilen cinsiyete göre mizah tarzlarının farklılaşmadığına ilişkin bulguların İncioğlu'nun (2003), Özenç'in (1998), Yücel'in (2000), Tümkaya'nın (2006), Topuz'un (1995), Moore, Griffiths ve Payne'nin (1987) yaptıkları çalışma sonuçlarıyla tutarlılık gösterdiği Sarı ve Aslan'ın (2005), Abel'in (2002), Abel ve Maxwell'in (2002), Myers, Rapong ve Rodgers'ın (1997), Mundorf, Bhatia, Zillmann, Lester ve Robertson'un (1988), yaptıkları çalışmaların sonuçlarıyla tutarlılık göstermediği gözlenmektedir. Sarı ve Aslan (2005) bu araştırmanın bulgularından farklı olarak, erkek öğrencilerin saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzlarını kız öğrencilere göre daha fazla kullandıklarını bulmuşlardır.

Mizah tarzlarının cinsiyete göre değişmediği bulgusu, cinsiyet rollerinin giderek değişmesi, androjen tarzda çocuk yetiştirmeye verilen önemin artması (Aydın, 1993), çalışılan grubun içinde buldukları rollerin (öğretmenlik mesleği) aynı olmasından kaynaklanabileceği düşünülebilir. Bunun yanı sıra birbirinden farklı sonuçların ortaya çıkması mizah duygusunun toplumdan topluma farklılık göstermesi ve mizahın ölçülmesiyle ilgili güçlüklerden kaynaklandığı görüşleriyle de açıklanabilir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulguya göre, yüksek ve orta düzeyde öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip öğretmenlerin mizah tarzları puanları düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip öğretmenlere göre anlamlı derecede yüksektir. Yüksek ve orta düzeyde öğrenilmiş güçlülüğü olan öğretmenler katılımcı, kendini

geliştirici, saldırgan ve kendini yıkıcı olmak üzere tüm mizah tarzlarını düşük öğrenilmiş güçlülüğü olan öğretmenlere göre daha yüksek bir biçimde kullanmaktadırlar. Mizah tarzları ve stresle başa çıkma ile ilgili olarak literatür incelendiğinde Sarı ve Aslan (2005) çaresiz stresle başa çıkma tarzını yüksek düzeyde kullanan öğrencilerin, kendini yeren mizah tarzını daha çok kullandıklarını ve kendine güvenli stresle başa çıkma tarzını yüksek ve orta düzeyde kullanan öğrencilerin, katılımcı mizah ve kendini geliştiren mizah tarzlarını daha çok kullandıklarını bulmuşlardır. Durmuş (2000) mizah duygusu açısından, mizah duygusu yüksek ve düşük olan öğrenciler arasında iyimser ve kendine güvenli başa çıkma tarzları açısından anlamlı fark olduğunu rapor etmekte Abel (2002) ise olumlu mizah tarzını kullanan kişilerin olumsuz mizah anlayışına sahip olan kişilere göre, olumlu yeniden değerlendirme ve problem çözme başa çıkma stratejilerini daha çok kullandıkları bulunmuştur.

Literatürde stres ve mizah tarzları arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmaların sonuçları ışığında, öğrenilmiş güçlülük ile katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzı arasındaki farklılığa ilişkin bu sonuç, olumsuz yaşam olaylarının bilişsel değerlendirmesinde etkili olan öğrenilmiş güçlülük ile mizahın olumlu bir türü olan katılımcı ve kendini geliştirici mizahın birbiri ile bağlantılı olduğunu düşündürmektedir. Ancak araştırmada yüksek ve orta düzeyde öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip öğretmenlerin, uyuma yönelik olmayan mizah tarzları olarak gruplandırılan saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzlarını kullanmaları yönünde çıkan bulgular şaşırtıcıdır. Çünkü araştırmada öğrenilmiş güçlülük düzeyleri arttıkça saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzları puanlarının azalması beklenmiştir. Bulguların neden beklentilerin tersi yönünde çıktığına ilişkin yorum yapmak oldukça güç görünmekte ve bu konuda daha fazla araştırmaya gereksinim duyulmaktadır.

Araştırmadan elde edilen başka bir bulguya göre, öğretmenlerin mizah tarzları puanları üzerinde cinsiyet ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır. Araştırmanın bu bulgusu Durmuş'un (2000) yaptığı çalışma bulgularına paralel olduğu gözlenirken cinsiyet ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin ortak etkisinin anlamlı bulunduğu Sarı ve Aslan (2005), Abel (2002); Abel ve Maxwell'in (2002) araştırma bulguları ile çeliştiği gözlenmektedir. Bu etkileşimin anlamlı olmaması rol hipotezi ile açıklanabilir. İçinde bulunulan roller (öğretmen rolü) cinsiyet rollerinin etkisini azaltmakta ve belki de bu nedenle cinsiyet ve öğrenilmiş güçlülük etkileşimi anlamlı bir farklılaşma göstermemeye neden olmaktadır şeklinde düşünülebilir.

Bu araştırmanın bazı önemli sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmaya gönüllü öğretmenler katıldığından tüm öğretmenlere genellemeler yapılmaması gerektiği unutulmamalıdır. Bundan sonra yapılacak çalışmalar açısından ele alındığında mizah tarzlarını yordayan değişkenlerin açığa çıkarılmasına yönelik benzer (psikolojik dayanıklılık, öğrenilmiş iyimserlik gibi) ya da farklı (saldırganlık düzeyi, kişilerarası ilişkiler, yaşam doyumu, iyilik hali, iyiolma gibi) değişkenlerle ve yaşa göre mizah tarzlarının değişip değişmediği ile ilgili çalışmalar yapılabilir. Ayrıca uygulamada öğretmenlerin stresleri ile daha etkin baş edebilmelerine yardımcı olabilecek olumlu mizahın türlerini de içeren stresle başatma programlarının etkililiğini sınanan deneysel çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Abel, M. H. (1998), "Interaction between humor and gender in moderating relationships stress and outcomes", **Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied**, **132** (3), 267-276.
- Abel, M.H. (2002), "Humor, stress, and coping strategies", **Humor: International Journal of Humor Research**, 15(4), 365-381.
- Abel, M. H. (2002), "Humor, stress, and coping strategies", **Humor: International Journal of Humor**, 15 (4), 365-381.
- Abel, M. H. ve Maxwell (2002), "Humor and affective consequences of a stressful task", **Journal of Social and Clinical Psychology**, 21 (2), 165-190.
- Aydın, G. (1993), "İç-dış kontrol odağı inancı ile durumluk mizah tepkisi arasındaki ilişki", **II.Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları**, Hacettepe Üniversitesi, Ankara. 87-98.
- Burkhead, E.J., Ebener, D.J. ve Marini, I. (1996), "Humor, coping, and adaptation to disability", **Journal of Applied Rehabilitation Counseling**, 27, 50-53.
- Boyraz, G. (2002) "Learned resourcefulness in institutionalized and non – institutionalized adolescents"Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Byrne B. M.(1993) " Maslach Burnout Inventory; Testing for Factorial Validity and Invariance Across Elementary,Intermediate and Secondary School Teachers", **Journal of Occupational and Organizational Psychology**,66,3,197-212.
- Celso, B.G., Ebener, D.J. ve Burkhead, E.J. (2003), "Humor coping, health status, and life satisfaction among adults residing in assisted living facilities" **Aging & Mental Health**, 7 (6), 438-445.
- Dağ, İ. (1990), "Kontrol Odağı, Stresle Başa Çıkma Stratejileri ve Psikolojik Belirti Gösterme İlişkileri", Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Deckers, L. ve Ruch, W. (1992), "The Situational Humor response Questionnaire (SHRQ) As a Test of 'Sense of Humor': A Validity Study in the Field of Humor Appereciation." **Personality and Individual Differences** X, 13, 1149-1152.
- Durmuş, Y. (2000), "The relationship between sense of humor and coping strategies", Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fry, W.F. (1986), **Humor, physiology, and the aging process:Humor and aging**, New York: Academic Press.
- İncioğlu (Eroğlu), M. (2003), "Utangaçlık düzeyleri farklı lise son sınıf öğrencilerinin durumluk mizah tepki düzeylerinin incelenmesi", Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniveristesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kuiper, N.A. ve Martin, R.A. (1993), "Humor and self-concept", **Humor: International Journal of Humor**, 6(3), 251-270.
- Kuiper, N.A. ve Martin, R.A. (1998), "Laughter and Stress in Daily Life: Relation to Positive and Negative Affect", **Motivation and Emotion**, 22, 2, 133-153.
- Kuiper, N.A., Martin, R.A., Olinger, L.J. (1993), "Coping humor, stress, and cognitive appraisals", **Canadian Journal of Behavioural Science** 25, 81-96.
- Kuiper, N.A., Martin, R.A., Olinger, L.J. ve Dance, K.A. (1992), "Sense of Humor and

- Enhanced Quality of Life”, **Personality and Individual Differences**, XIII, 1273-1283.
- Kuiper, N.A., McKenzie, S.D. ve Belanger, K.A. (1995), “Cognitive appraisals and Individual Differences in Sense of Humor: Motivational and Affective Implications”, **Personality and Individual Differences**, XIX, 359-372.
- Lefcourt, H.M. (2002), “Humor” (in) **The Handbook of Positive Psychology** 1. Baskı Oxford University Press. 619-631.
- Lefcourt, H. M., Davidson K. K., Kueneman, K. (1990), “Humor and Immune system functioning”, **Humor: International Journal of Humor**, 3 (3), 305-321.
- Lefcourt, H. M., Davidson, K., Shepherd, R., Phillips, M., Prkachin, K. ve Mills, D. (1995), “Perspective-taking humor: Accounting for stress moderation”, **Journal of Social and Clinical Psychology**, 14 (4), 373-391.
- Lefcourt, H. M., Davidson, K., Prkachin, K. M. (1997), “Humor as a stress moderator in the prediction of blood pressure obtained during five stressful tasks”, **Journal of Research in Personality**, 31 (1), 523-542.
- Lefcourt H.M. ve Thomas, S. (1998), Humor and stress revisited. In Ruch, Willibald (Ed), **The sense of humor: Explorations of a personality characteristic**: Berlin, Germany: Walter de Gruyter & Co. 1998.
- Maraşlı, M. (2003), “Lise Öğretmenlerinin Bazı Özelliklerine ve Öğrenilmiş Güçlülük Düzeylerine Göre Tükenmişlik Düzeyleri”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Martin, R. A. (1998), Approaches to the sense of humor: A historical review. In Ruch, Willibald (Ed), **The sense of humor: Explorations of a personality characteristic**: Berlin, Germany: Walter de Gruyter & Co. 1998.
- Martin, R. A., Kuiper, N. A., Olinger, L. J. ve Dance, K. A. (1993), “Humor, coping with stress, self concept, and psychological well-being”, **Humor: International Journal of Humor**, 6 (1), 89-104.
- Martin, R. A. ve Lefcourt, H. M. (1983), “Sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 45 (6), 1313-1324.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Grey, J. ve Weir, K. (2003), “Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire”, **Journal of Research in Personality**, 37 (1), 48-75.
- Mundorf, N., Bhatia, A., Zillmann, D., Lester, P. ve Robertson, S. (1988), “Gender differences in humor appreciation”, **Humor: International Journal of Humor**, 1 (3), 231-243.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M. ve Blissett, S. E. (1988), “Sense of humor as a moderator of the relation between stressful events and psychological distress: A prospective analysis”, **Journal of Personality and Social Psychology** 54, (3), 520-525.
- Özenç, S. (1998), “Algılanan anne – baba tutumlarının durumluk mizah tepki düzeyine etkisi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Pfeiffer, E. (1975), “Multidimensional functional assessment: the OARS methodology”, **Durham, Nc: Center for the study of Aging and Human Development**.
- Puhlik-Doris, P. ve Martin, R.B. (1999), “A new measure of humor: distinguishing

- adjusted from mal-adjusted humor”, **Paper presented at the 11th International Society for Humor Studies Conference, Oakland, C.A.**
- Richman, J. (1995), “Te lifesaving function of humor with the depressed and suicidal elderly”, **The Gerontologist**, 35, 271-273.
- Rim, Y. (1988), “Sense of humor and coping styles”, **Personality and Individual Differences**, 9 (3), 559-564.
- Rosenbaum, M. (1980a), “A schedule for assessing self-control behaviors: Preliminary findings”, **Behavioral Therapy**, 11, 109-121.
- Rosenbaum, M. (1980b), “Individual differences in self-control behavior and tolerance of painful stimulation”, **Journal of Abnormal Psychology**, 89, 581-590.
- Rosenbaum, M. (1989), “Self-control under stress: the role of learned resourcefulness”, **Behavior Research and Therapy** 11:44, 249-258.
- Rosenbaum, M. ve Ben-Ari, K. (1985), “Learned helplessness and learned resourcefulness: Effects of noncontingent success and failure on individuals differing in self-control skills”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 48, 198-215.
- Rosenbaum, M. ve Ben-Ari, K. (1986), “Cognitive and personality factors in the delay of gratification of hemodialysis patients”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 51, 357-364.
- Rosenbaum, M. ve Jaffe, Y. (1983), “Learned helplessness: The role of individual differences in learned resourcefulness”, **British Journal of Social Psychology**, 22, 215-225.
- Rosenbaum, M. ve Palmon, N. (1984), “Helplessness and resourcefulness in coping with epilepsy”, **Journal of Consulting and Clinical psychology**, 52, 244-253.
- Rosenbaum, M. ve Rolnick, A. (1983), “Self-control behaviors and coping with seasickness”, **Cognitive Therapy and Research**, 7, 93-98.
- Ruch, W. (1994), “Temperament, Eysenck’s PEN system and humor – related traits”, **Humor:International Journal of Humor Research**, 7, 209-244.
- Ruch, W. (1996), “Measurement approaches to the sense of humor: Introduction and overview”, **Humor:International Journal of Humor Research**, 9, (3/4), 239-250.
- Sarı, T. (2005), “Üniversite öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi”, **VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları**, Marmara Üniversitesi, İstanbul. 186-187.
- Sarı, T. ve Aslan, H. (2005), “Mizah Tarzları ve Başaçıkma Stratejileri Arasındaki İlişki”, **VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları**, Marmara Üniversitesi, İstanbul. 105-106.
- Siva, A.N. (1991), “İnfertilede stresle başetme, öğrenilmiş güçlülük ve depresyonun incelenmesi”, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Topuz, S. (1995), “The relation among popularity, sense of humor and academic achievement” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tümkiye, S. (2006), “Öğretim elemanlarının mizah tarzları ve mizahı yordayıcı değişkenler”, **Eğitim Araştırmaları**, 23, 200-208.
- Yerlikaya, E. (2003), “Mizah Tarzları Ölçeği’nin (The Humor Styles Questionnaire)

Uyarlama Çalışması” Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yoder, M.A. ve Haude, R.H. (1995), “Sense of humor and longevity: older adults’ self-ratings compared with ratings for deceased siblings”, **Psychological Reports**, 76, 945-946.

Yovetich, N.A., Dale, A. ve Hudak, M.A. (1990), “Benefits of humor in reduction of threat-induced anxiety”, **Psychological Reports**, 66, 51-58