

## DEPRESYON, UMUTSUZLUK, SOSYAL BEĞENİRLİK VE KENDİNİ KURGULAMA DÜZEYİNİN İNTİHAR FİKİRLERİ İLE İLİŞKİSİ

Seda HARAN\*, Orhan AYDIN\*\*

Günlük dilde kendi yaşamına son verme anlamına gelen intihar çok eskiden beri sokaktaki adamdan insanla ilgili bilim dallarında çalışanlara kadar herkesin ilgisini çekmiş ve bir yandan etik ve dini açıdan tartışılırken diğer yandan bilimsel çalışmalara konu olmuştur

İntihar stres yaratan yaşam koşullarına tepki veren "normal" bireylerden ağır ruhsal sorunları olan hastalara kadar uzanan geniş bir kitlede görülebilmektedir. Bu nedenle intihar riski taşıyan bireylerin belirlenmesi ve gereken önlemlerin alınması sağlık alanında çalışan uygulamacıların karşılaştığı temel bir sorun olmaktadır. Bu soruna çözüm bulmak amacıyla intihar davranışını yordayabilecek değişkenlerin neler olduğu yoğun bir biçimde araştırılan bir konu olmuştur. Bu araştırmaların sonuçlarına göre intihar ve intihar girişimlerini yordayan en önemli değişkenlerden biri intihar fikirleridir (Hughes ve Neimyer 990). İntihardan söz eden kişilerin intihar etmeye niyetleri olmadığı yolundaki yaygın kanının aksine, intihar girişiminde bulunan kişilerden yaklaşık %50 ile 80 arasında değişen bir oranın bu fikirleri açık ya da ustü örtülü bir biçimde çevrelerine ilettikleri saptanmıştır (Lester ve Lester 1971). İntihar düşünülmeğe başlandığında bunu her insanın içinde varolan kendini koruyucu ve kendini yıkıcı güçler arasındaki çatışma izler. Bu nedenle, intihar fikirleri kişiyi tehdit eden çatışma ve kriz durumlarının en iyi göstergesi olarak kabul edilmektedir (Poldinger 1989).

Depresyon intihar riskini arttıran psikiyatrik hastalıkların başında gelmektedir. Depresyonların genel popülasyondaki intihar riskini 30 kat arttırdığı ileri sürülmektedir (Güleç 1989). Ayrıca çeşitli psikiyatrik hastalıklar arasında intihar oranı en yüksek olan grubun depresifler olduğu bilinmektedir (Beck 1973, Fawcett 1987, Hawton 1987, Blumenthal 1988, Wolfersdort 1990).

Geleceğe ilişkin olumsuz beklentiler olarak tanımlanan umutsuzluk depresyonla yakından ilişkilidir. İntihar niyeti ile depresyon arasındaki ilişkide umutsuzluk kritik rol oynamaktadır. İntihar eğilimli kişi intiharı kendi umutsuz ve çözümsüz durumu için olası tek çözüm yolu olarak görür. Yapılan bir çok araştırmada depresyon intihar ve umutsuzluk arasında yakın bir ilişkinin olduğu ve umutsuzluğun bu davranışları depresyondan daha iyi yordadığı bulunmuştur (Beck, Kovacs, ve Weissman 1975, Beck, Brown ve Steer 1989, Wetzel ve ark 1980, Minkoff ve ark 1973, Wetzel 1976, Ranieri ve ark 1987).

Bireylerin kendileri hakkında sorulara verdikleri yanıtların soruların içeriği dışındaki bazı etkenler tarafından etkilendikleri uzun zamandan beri bilinen bir olgudur. Bu etkenler arasında en geniş ilgiyi uyandıran, bireylerin kendilerini beğenilen ya da istenilen özelliklere sahip olarak gösterme eğilimleridir. "Sosyal beğenirlik etkisi" olarak adlandırılan bu eğilim hem ölçmenin geçerliliğini tehdit eden bir sorun hemde başlı başına bir kişilik boyutu olarak çok sayıda araştırmaya konu olmuştur. Son yıllarda yapılan bazı araştırmalarda sosyal beğenirlik

\* Uzm. Psk. A.U. Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezi

\*\* Prof. Dr. H.U. Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

depresyon ve umutsuzlukla birlikte ele alınmış ve bu değişkenlerden bağımsız olarak intiharı yordayıcı bir niteliğe sahip olup olmadığı incelenmiştir. Ancak bu araştırmalarda elde edilen bulgular arasında bir tutarlılık bulunmamaktadır.

"Kendini kurgulama" (self-monitoring) kavramı bireylerin davranışlarını sosyal ortamların gereklerine göre düzenleyerek başkalarının kendileri hakkında oluşturdukları izlenimleri denetleme eğilimlerine işaret etmek için kullanılmaktadır (Synder 1982).

Synder'e (1982) göre, kendini kurgulama davranışı açısından bireyler arasında önemli farklılıklar vardır. Kendini kurgulama düzeyi yüksek bireyler sosyal onay ve başkalarının üzerinde bıraktıkları izlenimlerle daha fazla ilgilenmekte, buna bağlı olarak da sosyal ortamlarda kendi içlerinden geldiği gibi değil, ortamın gereklerine ya da etkileşimde buldukları kişilerin isteklerine uygun biçimde davranma eğilimi göstermektedirler.

Bu araştırma depresyon, umutsuzluk, sosyal beğenirlik ve kendini kurgulama düzeyi ile intihar fikirleri arasındaki ilişkileri normal ve krizde bulunan deneklerde karşılaştırmalı olarak incelemek ve normal ve kriz gruplarında intihar fikirlerini bu değişkenlerden hangisinin daha iyi yordadığını belirlemek amacıyla düzenlenmiştir.

## YÖNTEM

Denekler: Araştırma "kriz grubunu" oluşturan 80 denek ve "normal grubu" oluşturan 80 denek olmak üzere toplam 160 kişiyle yürütülmüştür. Kriz grubu stres yaratan yaşam olaylarıyla karşı karşıya kalan ve olağan sorun çözme davranışlarıyla bu olayların üstesinden gelemeyen bireylerden oluşmaktadır. Bu bireylerin kriz merkezine başvuru nedenlerine bakıldığında sorun alanlarının evlilik ve eş, aile üyeleri, arkadaş ve karşı cinsle ilişki, sağlık, iş, okul, ekonomik sorunlar ve kayıplar biçiminde gruplanabildiği görülmektedir. Ağır psikopatoloji gösteren (şizofreni, paranoya, organik bozukluklar, alkol bağımlılığı) bireyler çalışma kapsamı içine alınmamıştır.

## VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

**BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ:** Depresif kişilerde yaygınlıkla kendilik değerinin azalmasına ilişkin belirtileri ölçmek amacıyla Beck (1961) tarafından

geliştirilmiştir. 21 maddeden oluşan ölçekteki maddeler 0 dan 3'e kadar depresyonun ciddiyetine göre sıralanmıştır. Ölçekten alınabilecek puanlar 0 ile 63 arası değişmekte ve yüksek puan depresif belirtilerin çokluğuna işaret etmektedir.

**BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ:** Beck ve arkadaşları tarafından bireylerin geleceğine ilişkin karamsarlık derecelerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. "gelecek ile ilgili duygular" "güdü kaybı" ve "geleceğe ilişkin belirtiler" olmak üzere 3 faktör içeren bu ölçek 11 doğru ve 9 yanlış anahtar cevabı olan 20, maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 0 ile 20, arasında değişmekte ve yüksek puan umutsuzluk derecesinin fazla olduğunu göstermektedir.

**KENDİNİ KURGULAMA ÖLÇEĞİ:** Bu ölçek Synder (1974) tarafından geliştirilen 25 maddelik kendini kurgulama ölçeğinin daha sonra Synder ve Gongestad (1986) tarafından yeniden düzenlenerek 18 maddeye indirilmiş son şeklidir. Maddeler "Doğru- Yanlış" biçiminde yanıtlanmakta, kendini kurgulama yönündeki yanıtlara 0, puan verilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 18 olup, yüksek puan kendini kurgulama düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

**SOSYAL BEĞENİRLİK ÖLÇEĞİ:** Kozan (1983) tarafından geliştirilen ölçek "doğru-yanlış" biçiminde işaretlenen 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeği puanlayan kişi sosyal beğenirlik yönünde verdiği her yanıt için bir puan almaktadır. Puanlar 0, 20 arasında değişmekte olup yüksek puan sosyal beğenirlik eğiliminin yüksekliğine işaret etmektedir.

**İNTİHAR FIKIRLERİ ÖLÇEĞİ:** Linehan ve Nielsen'in (1981, 83) geliştirdiği 25 maddeden oluşan İntihar Davranışları Ölçeğinden (Suicidal Behavior Questionnaire) araştırmanın amacına uygun olarak alınan 4 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 17 en düşük puan ise 3 olup, yüksek puan intihar fikirlerinin varlığına işaret etmektedir.

## İŞLEM

Araştırma kapsamına alınan kriz grubundaki deneklere ölçekler bireysel olarak uygulanmıştır. Normal denekler ise bilgi formunda verilen bilgiler dikkate alınarak, kriz grubundaki deneklere benzer özelliklere sahip olan 80 tanesi seçilerek araştırma kapsamına alınmıştır.

## BULGULAR

Araştırmanın amacı doğrultusunda ölçeklerden elde edilen veriler Pearson Momentler çarpımı korelasyon, t test ve Aşamalı Regresyon teknikleri kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmada yanıtlanması amaçlanan sorulara ilişkin bulgular şöyle özetlenebilir.

**Soru 1: Depresyon düzeyi ile intihar fikirleri arasında bir ilişki var mıdır? varsa bu ilişkinin derecesi incelenen grubun normal ya da kriz olmasına bağlı olarak değişmekte midir?**

**Tablo 1: Deneklerin Depresyon ve İntihar Fikirleri Puanlarının Ortalama ve Standart Sapmaları ile Bu Puanlar Arasındaki Korelasyon Katsayıları**

Puan Türü Gruplar	Depresyon		İnt Fikirleri		Korelasyon Katsayıları
	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	
Normal	6.87	6.12	3.81	1.54	.41*
Kriz Grubu	21.97	10.58	6.50	3.39	.53*
Tüm Denekler	14.42	11.47	5.16	2.95	.63*

\*P < .001

Ortalamalar arasında yapılan karşılaştırmalar kriz grubu deneklerin hem depresyon puanları ortalamasının (t=11.04, s.d.= 158, p<.001) hemde intihar fikirleri puanlarının ortalamasının normal deneklerinkinden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermiştir.

**Soru 2: Umutsuzluk düzeyi ile intihar fikirleri arasında bir ilişki var mıdır? Varsa bu ilişkinin derecesi incelenen grubun normal ya da kriz grubu olmasına bağlı olarak değişmekte midir?**

**Tablo 2: Deneklerin Umutsuzluk ve İntihar Fikirleri Puanlarının Ortalama Standart Sapmaları ile Bu Puanların Arasındaki Korelasyon Katsayıları**

Puan Türü Gruplar	Umutsuzluk		İnt Fikirleri		Korelasyon Katsayıları
	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	
Normal	3.46	2.7	3.81	1.54	.21*
Kriz Grubu	8.49	5.2	6.50	3.39	.52**
Tüm Denekler	5.98	4.86	5.16	2.95	.59**

\*P ≤ .005      \*\*P < .001

Görüldüğü gibi umutsuzluk ile intihar fikirleri arasında elde edilen korelasyon katsayıları hem tüm denekler için (r=.59, P<.001) hemde normal (r= .21, P<.05) ve kriz (r=.52, p<.001) denek grupla-

rında anlamlıdır. Bu sonuçlar umutsuzluk ile intihar fikirleri arasında anlamlı bir pozitif ilişkinin bulunduğunu göstermektedir. İki gruptan elde edilen korelasyon katsayılarına (.21 ve .52) uygulanan manidarlık testi bu iki katsayı arasındaki farkın anlamlı olduğunu göstermiştir (z=2.26, p<.01). Bu sonuç ise umutsuzluk ile intihar fikirleri arasındaki ilişkinin kriz grubunda daha anlamlı olduğunu göstermektedir. Ortalamalar arasındaki farka bakıldığında kriz grubundaki deneklerin umutsuzluk düzeylerinin kuvvetli düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir. (t=7.60, s.d.=158, p<.001).

**Soru 3: Sosyal beğenirlik eğilimi ile intihar fikirleri arasında bir ilişki var mıdır? Varsa bu ilişkinin derecesi, incelenen grubun normal ya da kriz grubu olmasına bağlı olarak değişmekte midir?**

**Tablo 3: Deneklerin Sosyal Beğenirlik ve İntihar Fikirleri Puanlarının Ortalama ve Standart Sapmaları ile Bu Puanların Arasındaki Korelasyon Katsayıları**

Puan Türü Gruplar	Sos Beğ		İnt Fikirleri		Korelasyon Katsayıları
	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	
Normal	12.50	3.94	3.81	1.54	-.14
Kriz Grubu	11.60	4.03	6.50	3.39	-.20
Tüm Denekler	12.05	4.01	5.16	2.95	-.21*

\*P < .05

Tüm denekler için hesaplandığında, sosyal beğenirlik eğilimleri ile intihar fikirleri arasında anlamlı bir negatif ilişki bulunmuştur (r=-.21, p<.05) Ancak, normal ve kriz grubu denekleri için yapılan ayrı ayrı hesaplamalarda bu ilişkinin anlamlılık düzeyine ulaşmadığı görülmüştür.

**Soru 4: Kendini kurgulama düzeyi ile intihar fikirleri arasında bir ilişki var mıdır? Varsa bu ilişkinin derecesi incelenen grubun normal yada kriz grubu olmasına bağlı olarak değişmekte midir?**

**Tablo 4: Deneklerin Kendini Kurgulama ve İntihar Fikirleri Puanlarının Ortalama ve Standart Sapmaları ile Bu Puanların Arasındaki Korelasyon Katsayıları**

Puan Türü Gruplar	Ken Kur		İnt Fikirleri		Korelasyon Katsayıları
	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	
Normal	6.45	2.50	3.81	1.54	.14
Kriz Grubu	6.75	3.30	6.50	3.39	.05
Tüm Denekler	6.60	2.91	5.16	2.95	.09

Tablodan görülebileceği gibi deneklerin bu iki ölçekten aldıkları puanlar arasında hesaplanan kore-

lasyon katsayılarının hiçbiri anlamlı değildir. Ayrıca normal ve kriz grubu deneklerin kendini kurgulama ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları arasında da anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Soru 5: Normal ve kriz grubu deneklerde intihar fikirlerini depresyon, umutsuzluk, sosyal beğenirlik ve kendini kurgulama değişkenlerinden hangisi daha iyi yordamaktadır?

Tablo 5: Normal Deneklerde İntihar Fikirlerinin Yordanmasına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R	R'deki artış	Yor. St. Hatası	Beta	F
Depresyon	.40997	.16808	.16808	1.4167	.40997	15.76*

\*p<.001

Normal deneklerden oluşan grupta intihar fikirlerinin yordanmasına anlamlı düzeyde katkıda bulunan tek değişken depresyondur.

Tablo 6: Kriz Grubunda İntihar Fikirlerinin Yordanmasına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları.

Yordayıcı Değişken	R	R	R'deki artış	Yor. St. Hatası	Beta	F
Depresyon	.52967	.28056	.28056	2.89	.32	30.42*
Umutsuzluk	.5778	.33394	.059	2.80	.31	19.30*

\*p<.001

Kriz grubundaki deneklere intihar fikirlerinin yordanmasına anlamlı katkıların depresyon ve umutsuzluk değişkenlerinden geldiği görülmektedir.

## TARTIŞMA

Araştırmada elde edilen bulgular normal deneklerde intihar fikirlerinin hem depresyon hemde umutsuzlukla ilişkili olduğunu göstermiştir. Ancak bu grupta depresyon ile intihar fikirleri arasında elde edilen korelasyon katsayısının oldukça yüksek olmasına ve regresyon analizinde depresyonun bu fikirleri yordayabilen bir değişken olarak gö-

rünmesine karşın intihar fikirleri ile umutsuzluk arasında elde edilen korelasyon katsayısı oldukça düşük çıkmış ve regresyon analizi sonuçları umutsuzluğun intihar fikirlerini yordayıcı bir değerinin olmadığını ortaya koymuştur. Dolayısıyla normal bireylerde intihar fikirlerini belirleyen temel değişkenin depresyon olduğunu söylemek daha emin bir yol gibi görünmektedir.

Normal grupta olduğu gibi kriz grubunda da intihar fikirlerinin hem depresyon hemde umutsuzlukla ilişkili olduğu görülmüştür. Ancak normal gruptan farklı olarak, depresyon ve umutsuzluk ile intihar fikirleri arasında elde edilen korelasyon katsayısının daha yüksek olması regresyon analizinde depresyonun ilk değişken olarak ortaya çıkması, kriz grubunda intihar fikirlerinin öncelikle depresyon düzeyi tarafından belirlendiğine işaret etmektedir.

İntihar fikirlerinin sosyal beğenirlik ve kendini kurgulama düzeyi ile olan ilişkileri ne normal ne de kriz grubunda anlamlı çıkmamıştır. Bununla birlikte, tüm denekler birarada değerlendirildiğinde, intihar fikirlerinin sosyal beğenirlikle olan ilişkisinin anlamlı olduğu görülmüş ve kriz grubunda söz konusu iki değişken arasında anlamlılık düzeyine çok yakın bir ilişki bulunmuştur. Bu nedenle, krizdeki bireylerde intihar fikirleri-sosyal beğenirlik ilişkisini açığa çıkarmak amacıyla araştırmalar yürütülmesinin uygun olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada elde edilen ve krizdeki bireylerde intihar fikirlerinin depresyon ve umutsuzlukla ilişkili olduğunu gösteren bulgular pratik bir önem taşımaktadır. Kriz durumu bir yandan bireye kendini geliştirme şansı veren, diğer yandan bir ruh hastalığına yakalanma olasılığını arttıran geçici bir durumdur. Bu nedenle kişi bir dönüm noktasında bulunmaktadır. Bu durumdaki bir kişinin intiharı bir çözüm yolu olarak görebileceği olasılığı klinisyenler tarafından dikkatle değerlendirilmelidir. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar kriz durumundaki bireylerde intihar riskini değerlendirirken, öncelikle depresyonun, depresyonun yanısıra umutsuzluk düzeyinin dikkate alınması gerektiğine işaret etmektedir.

## KAYNAKLAR

Beck, A.T., D. Lester (1973) Components of Depression in Attempted Suicide. The Journal of Psychology, 85:257-260.

Beck, A.T. M. Kovacs, A. Weissman (1975) Hopelessness and Suicidal Behavior. Jama. 134. 11:1146-1149.

Beck, A.T., R.A. Steer (1989) "Clinical Predictors of Eventual Suicide: A 5 to 10 year Prospective study of Suicide Attempters" Journal of Affective Disorders 17: 203-209.

Blumenthal, S.J. (1988) Suicide= A Guide to Risk Factors, Assesment and Treatment of Suicidal Patients Medical Clinics of North-America 70, 4. July: 937-971.

Güleç, C. L. Küey (1989) Türkiye'de 1980'lerde Depresyon: Epidemiyolojik ve Klinik Yaklaşımlar *Nöro-Psikiyatri Arşivi* 24. Özel sayı:17-28.

Hawton, K. (1987) "Assesment of Suicide Risk." *British Journal of Psychiatry* 150:145-153.

Hughes, S.L. R.A. Neimeyer (1990) "A Cognitive Model of Suicidal Behavior" D. (ed), *Current Concepts of Lester. Suicide*. Philadelphia. The Charles Press Publishers, Inc., 1-28.

Kozan K. (1983) Davranış Bilimleri Araştırmalarında Sosyal Beğenirlik Boyutu ve Türkiye için bir Sosyal Beğenirlik Ölçeği *ODTÜ Geliştirme Dergisi* 10,3:447-478.

Lester, G.D. Lester (1971) *Suicide: The Gamble With Death*. New Jersey, Prentice-Hall, Inc.

Linehan, M.M. S.L. Nielsen (1981) "Assesment of Suicide Ideation and Parasuicide: Hopelessness and Social Desirability" *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 49, 5=773-775.

Linehan, M.M. S.L. Nielsen (1983) "Social Desirability: Its Relevance to the Measurement of Hopelessness and Suicidal

Behavior". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51,1:141-143.

Minkoff, K ve ark. (1973) Hopelessness, Depression and Attempted Suicide *American Journal of Psychiatry* 130, 4:4.

Pöldinger, W.J. (1989) "The Psychopathology and Psychodynamics of self-destruction." *Crisis* 10,2: 113-122.

Ranieri W.F. ve ark. (1987) Relationships of Depression, Hopelessness and Dysfunctional Attitudes to Suicide lacaion in Psychiatric Patients. *Psychological Reports*, 61 967-975.

Snyder, M. (1974) The Self-Monitoring of Expressive Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology* 30: 526-537.

Snyder, M. (1982) Choasing Social Situations: Two Investigations of Self-Monitoring Processeses *Journal of Personality and Social Psychology* 18:165-183.

Wetzel, R. ve ark. (1990) Hopelessness Depression and Suicide Intent *Journal of Clinical Psychiatry*. 41, 5:159-169.

Wolfersdorf. M. ve ark. (1990) Suicide Risk in Suicidal Versus Nonsuicidal Depressed Inpatients. *Crisis* XIII, 2=85-97.