



CRRPP

Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry

Psikoloji ve Psikiyatride Güncel Araştırma ve İncelemeler





Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry

Psikoloji ve Psikiyatride Güncel Araştırma ve İncelemeler

CRRPP

Yayıncı/Publisher

Anadolu Psikoterapi Derneği/Anatolian Psychotherapy Association

İmtiyaz Sahibi/Concessionaire

Mehmet KAVAKLI

Dergi Hakkında/About the Journal

Psikoloji ve Psikiyatride Güncel Araştırma ve İncelemeler (Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry-CRRPP) aralık ve haziran ayları olmak üzere yılda iki kez yayımlanan süreli, bilimsel hakemli bir dergidir. Derginin yayın dili Türkçe ve İngilizcedir. CRRPP başta psikoloji ve psikiyatri olmak üzere, hemşirelik, çocuk gelişimi, sosyal hizmet gibi farklı alanlardan orijinal araştırma makalelerini, derleme çalışmalarını ve olgu sunumlarını kabul etmektedir.

Yazışma Adresi/Corresponding Address

ed.crrpp@gmail.com

Editör Kurulu/Editorial Board

Editör/Editor in Chief

Prof. Dr. Mehmet AK | drmehmetak@gmail.com

Yardımcı Editörler/Associate Editors

Prof. Dr. Şahin KESİCİ | sahinkesici@erbakan.edu.tr

Doç. Dr. Şakir GICA | sakirgica@hotmail.com

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet KAVAKLI | mehmetkavakli15@gmail.com

Öğr. Gör. Osman Oğulcan TÜRKMEN | osmanturkmentr@gmail.com

İngilizce Dil Editörü/English Language Editor

Doç. Dr. Şakir GICA | sakirgica@hotmail.com

Türkçe Dil Editörü/Turkish Language Editors

Prof. Dr. Mehmet AK | drmehmetak@gmail.com

Prof. Dr. Şahin KESİCİ | sahinkesici@erbakan.edu.tr

İstatistik Editörleri/Statistics Editors

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet KAVAKLI | mehmetkavakli15@gmail.com

Öğr. Gör. Osman Oğulcan TÜRKMEN | osmanturkmentr@gmail.com

Danışma Kurulu/Advisory Board

- Prof. Dr. Adem AYDIN • *Necmettin Erbakan Üniversitesi*
Prof. Dr. Ahmet AKIN • *İstanbul Medeniyet Üniversitesi*
Prof. Dr. Ali Haydar ŞAR • *Sakarya Üniversitesi*
Prof. Dr. Edwin Bell • *Winston Salem State Üniversitesi*
Prof. Dr. Faruk UĞUZ • *Konya*
Prof. Dr. Fatma Gül CİRİNLIÖĞLU • *Bahçeşehir Kıbrıs Üniversitesi*
Prof. Dr. İsmet KIRPINAR • *Bezmiâlem Vakıf Üniversitesi*
Prof. Dr. Kâmil Nahit ÖZMENLER • *Gülhane Tıp Fakültesi*
Prof. Dr. Mine ŞAHİNGÖZ • *Necmettin Erbakan Üniversitesi*
Prof. Dr. Murad ATMACA • *Fırat Üniversitesi*
Prof. Dr. Mustafa BALOĞLU • *Hacettepe Üniversitesi*
Prof. Dr. Mustafa KOÇ • *Düzce Üniversitesi*
Prof. Dr. Nazmiye KAYA • *Necmettin Erbakan Üniversitesi*
Prof. Dr. Ömer Faruk AKÇA • *Necmettin Erbakan Üniversitesi*
Prof. Dr. Özkan GÜLER • *Selçuk Üniversitesi*
Prof. Dr. Sinan YETKİN • *Gülhane Tıp Fakültesi*
Prof. Dr. Zümra ATALAY • *MEF Üniversitesi*
Doç. Dr. Ayşe Bikem HACIÖMEROĞLU • *Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi*
Doç. Dr. Bülent Devrim AKÇAY • *Gülhane Tıp Fakültesi*
Doç. Dr. Hatice İrem ÖZTEKE KOZAN • *Necmettin Erbakan Üniversitesi*
Doç. Dr. Neslihan AKKİŞİ KUMSAR • *İstanbul*
Doç. Dr. Süleyman Barbaros YALÇIN • *Necmettin Erbakan Üniversitesi*
Doç. Dr. Ümit IŞIK • *Süleyman Demirel Üniversitesi*
Doç. Dr. William G. Masten • *Teksas A&M Üniversitesi*
Dr. Öğr. Üyesi Birgül TUNCAY • *Gümüşhane Üniversitesi*
Dr. Öğr. Üyesi Burcu CEYLAN • *Necmettin Erbakan Üniversitesi*
Dr. Öğr. Üyesi Gülten ÜNAL • *Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi*
Dr. Öğr. Üyesi Yavuz Ercan GÜL • *Kırgızistan Manas Türk Üniversitesi*
Dr. Öğr. Üyesi Yusuf Bayar • *Necmettin Erbakan Üniversitesi*
Öğr. Gör. Dr. Arzu ERKAN YÜCE • *İstanbul Kültür Üniversitesi*

Yayın Tarihi/Publishing Date

29 Aralık 2022/29 December 2022

İndeksler/Indexes



İçindekiler/Contents

Araştırma Makalesi/Research Article

Nomofobi: Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ve Mükemmeliyetçiliğin Rolü |
Nomophobia: The Role Cognitive Emotion Regulation Strategies and Perfectionism
C. Yönet Demirhan, H. İ. Özteke Kozan..... 81

Sağlık Çalışanlarının Öznel İyi Oluşlarının Yordayıcıları: Özsaygı ve Başa Çıkma
Araştırması | Predictors of The Subjective Well-Being of Health Workers: Self-Esteem
and Coping Research
A. Eryılmaz, M. F. Şiraz, B. Yılbaş..... 98

Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin
İncelenmesi | Development of Uskudar Nomophobia Scale and Investigation of
Psychometric Properties
K. N. Tarhan ve Arkadaşları.....112

Kimlik İşlevleri ile Kolektif Eylem Arasında Sosyal Adaletin Düzenleyici Rolü | The
Moderator Role of Social Justice Between Identity Functions and Collective Action
O. Kaya, N. Mamatoğlu136

Investigation of the Effect of Attachment and Some Important Psychiatric Clinical
Entities on the Relationship between COVID-19 Vaccine Hesitancy and Distrust in
Vaccines | Bağlanma ve Psikiyatrik Önemli Bazı Klinik Antitelerin COVID-19 Aşı
Reddi/Tereddüdü ile Aşılarla Olan Güvensizlik Arasındaki İlişkiye Etkisinin İncelenmesi
S. Gica, H. B. Altunbek, S. Karaca, M. Sahingoz, E. Cinar Tanriverdi157

An Integration of Self-Conscious Emotions into Cognitive-Functional Model: The
Case of Guilt and Shame | Bilinçli Duyguların Bilişsel-İşlevsel Modele Entegrasyonu:
Suçluluk ve Utanç Örneği
I. M. M. Alibwaini, G. Ünal169

Derleme Makalesi/Review Article

Kumar Bağımlılığı ve İntihar Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi | Evaluation of
the Relationship between Gambling Addiction and Suicide
H. Faraji, E. D. Dağ184

Psikiyatrik Hastalıklarda Ses Analizi | Voice Analysis in Psychiatric Disorders
S. Yünden.....201

Subliminal Uyarıcıların Nöropsikolojisi | Neuropsychology of Subliminal Stimuli
N. Doğan, A. Hatipoğlu, M. Keskiner, S. Tarlacı.....217



Nomofobi: Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ve Mükemmeliyetçiliğin Rolü

Cansel YÖNET DEMİRHAN¹ , Hatice İrem ÖZTEKE KOZAN² 

Makalenin

Geliş Tarihi:

11.01.2022

Kabul Tarihi:

10.05.2022

Yayın Tarihi:

29.12.2022

Atıf/Citation:

Yönet-Demirhan, C. ve Özteke-Kozan, H. İ. (2022). Nomofobi: Bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve mükemmeliyetçiliğin rolü. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 81-97.

ÖZ

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile mükemmeliyetçi eğilimleri ve bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkinin ortaya konulmasıdır. Bu amaçla, araştırmanın çalışma grubunu üniversitenin çeşitli bölümlerinde okuyan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında kişisel bilgi formunun yanı sıra, “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği”, “Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği” ile “Nomofobi Ölçeği” kullanılmıştır. Veriler analiz edilirken SPSS paket programı kullanılmıştır ve verilerin analizinde, korelasyon analizi ve hiyerarşik regresyon analizinden yararlanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile mükemmeliyetçilik ve bilişsel duygu düzenleme puanları arasında anlamlı ilişkiler ortaya çıkmıştır. Araştırma sonuçlarına göre bireylerin günlük internet kullanım süreleri nomofobinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunurken, yaş ve cinsiyet nomofobinin birer yordayıcısı olarak tespit edilmemiştir. Ayrıca elde edilen sonuçlara göre üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ve bilişsel duygu düzenleme stratejileri nomofobi düzeylerinin önemli yordayıcısı olarak bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Nomofobi, Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri, Mükemmeliyetçilik

¹Uzm. Psk. Dan., Millî Eğitim Bakanlığı, Konya, Türkiye

²Doç. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı, Konya, Türkiye, iozteke@erbakan.edu.tr

Nomophobia: The Role Cognitive Emotion Regulation Strategies and Perfectionism

ABSTRACT

The goal of this study is to explore the relationship among university students' the levels of nomophobia, perfectionism, and cognitive emotion regulation strategies. The research group consisted of a total of 578 university students. The "Personal Information Form", "Multidimensional Perfectionism Scale", "Cognitive Emotion Regulation Scale", and "Nomophobia Scale" were used in the data collection process. The data was analyzed using Pearson correlational analysis and hierarchical regression analyses. The findings revealed significant correlations among participants' levels of perfectionism, cognitive emotion regulation strategies, and nomophobia levels. Furthermore, daily internet use was found to be a significant predictor of nomophobia, but neither age nor gender were. Perfectionism levels and cognitive emotion regulation strategies of university students were found to be significant predictors of nomophobia in hierarchical regression analyses.

Keywords: Nomophobia, Cognitive Emotion Regulation Strategies, Perfectionism

Sorumlu Yazar:

Hatice İrem ÖZTEKE KOZAN

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı,
Konya, Türkiye, iozteke@erbakan.edu.tr

GİRİŞ

Kişilerin yaşamında karşılaştığı olaylar ve bu olayların yarattığı gerilim, baskı bireyin yüksek standartlar belirlemesine neden olmakta, kişiyi hep en önde olma çabası içerisine sürüklemektedir. Bunun sonucu olarak da bu çaba içerisinde olan insanların mükemmeliyetçi olma özellikleri daima ön plana çıkmaktadır. Türk Dil Kurumu sözlüğüne göre mükemmeliyetçi, yaşamının birçok alanında mükemmel olmak için fazla çaba ve gayret sarf eden birey olarak tanımlanmıştır (TDK, 2020). Greenspon'a göre (2000) ise mükemmeliyetçilik mantıklı olarak işleri kusursuz bir şekilde yapma ihtiyacı ile ilgilidir. Alan yazında mükemmeliyetçilik ile ilgili birçok tanım ve açıklama bulunmaktadır. Bu tanım ve açıklamaların ortak olarak değindiği nokta mükemmeliyetçi olan bireylerin yüksek kişisel standartlara sahip olmasıdır (Özteke, 2015).

Frost ve arkadaşları (1990), mükemmeliyetçiliği tanımlamada bazı ayrımların dikkat edilememesine vurgu yapmıştır. Aynı zamanda Greenspon (2000) yaptığı bir çalışmada bireyin bir şeylerden tatmin olmama konusundaki sürekli çabalarının nevrotik olabileceğini vurgularken, bazı araştırmaların da mükemmeliyetçiliği nevrotik olarak değerlendirmedeği görülmüştür. Mükemmeliyetçi insanlarla başarılı ve alanında yeterli insanlar arasındaki ayrım net bir şekilde belirtilememektedir. Mükemmeliyetçi bir yapıya sahip olmak her zaman patolojik bir durum olmayabilir. Yaşanan bazı olay ve durumlar sonucu elde edilen kanıtlar mükemmeliyetçiliğin hayatta olumlu yansımalarının da olduğunu göstermektedir (Frost ve ark., 1990). Yapılan bir araştırmada da mükemmeliyetçiliğin belirli koşullar altında olumlu sonuçlarının olabileceği vurgulanmıştır (Andrews ve ark., 2014).

Mükemmeliyetçi yapıya sahip bireyler için başarıya ulaşmanın en önemli göstergesi kişinin kendisini yenmesidir. Bu insanlar yaşamlarında karşılaştıkları durumlarda sadece uç boyutlara odaklanırlar. Orta noktaları göz ardı ederler ya da bu noktaların hiç farkında değildirlir (Patch, 1984). Bu sebeplere bağlı olarak bireyler çoğunlukla anksiyete, depresyon ve öfke yaşayabilmektedirler. Kişinin başkalarının davranışlarının sonucuna yönelik oluşan duygusu genellikle öfke iken, kendine yönelik oluşan duyguları kaygı ve yetersizliktir (Flett ve Hewitt, 2002). Bu bağlamda bireylerin nitelikli bir yaşam sürdürebilmeleri için duygularının farkında olmaları ve duygularını doğru bir biçimde yönlendirebilmeleri gerekmektedir.

Mükemmeliyetçilik düzeyleri yüksek olan bireyler, stresli bir durumla karşı karşıya geldiklerinde psikolojik bir rahatsızlık yaşama ihtimalleri diğer bireylere göre daha yüksektir (Rudolph ve ark., 2007). Bu nedenle bireylerin stresli anlarda olumsuz duygularını kontrol edebilmeleri ve düzenlemeleri oldukça önemlidir.

Duygu düzenleme kavramı bireyin yaşantıları sonucu oluşan gereksinimlerine dayanarak oluşan duygusal tepkilerini, davranışlarını gözleme, değerlendirme ve gerekirse değiştirmeyi esas alan içsel ve dışsal süreçleri kapsayan bir yapı olarak ele alınmaktadır (Thompson, 1994). Duyguları düzenleme içinde barındırdığı düzenlemeleri gerçekleştirebilmek için bilinçli, bilinçsiz, sosyal, psikolojik, davranışsal birçok etmeni içerisinde bulundurmalıdır. Yapılan araştırmalara göre duyguların düşünce ve bilişlerin ayrılmaz bir parçası olduğu ortaya konulmuştur (Garnefski ve Kraaij, 2007). Bundan dolayı bilişsel duygu düzenleme duygu düzenlemenin bir alt yapısı olarak düşünülebilir (Ataman, 2011).

Bilişsel duygu düzenleme, bireylerin olaylar ve durumlar karşısında yaşadıkları duygularına hâkim olmayı, bu duyguları kontrol edebilmeyi, değerlendirebilmeyi, duyguların oluşturduğu etkiyi bilişleri sayesinde dengede tutmayı ifade etmektedir. Bilişsel süreçlerin devreye girdiği noktada duyguların düzenlenmesi, tedirgin edici yaşantılar sonrası ve olumsuz deneyimler sonrası oluşan etkileri idare etmeye, değerlendirmeye ve kontrol etmeye yarar (Garnefski ve ark., 2001). Alan yazında bilişsel duygu düzenleme ile bilişsel başa çıkma stratejileri benzer şekilde ele alınıp tanımlanmıştır. Garnefski ve arkadaşları (2001) yaptıkları çalışmalar sonucu duyguların oluşması ve değerlendirilmesi aşamasında süreçlerin bilinçli ve bilinçsiz bir şekilde işlendiğini savunmuşlardır. Bilinçli bir şekilde duygularla başa çıkma daha işlevseldir (Altunbaş, 2014). Toplamda 9 tane başa çıkma stratejisi bulunmaktadır. Bu stratejilerden uyumsuz başa çıkma stratejileri diğerlerini suçlama, kendini suçlama, felaketleştirme ve düşünceye odaklanma iken, uyumlu başa çıkma stratejileri pozitif tekrar odaklanma, plana tekrar odaklanma, kabul etme, pozitif tekrar gözden geçirmek ve bakış açısına yerleştirmektir (Garnefski ve ark., 2001).

Kendini suçlamada asıl olan saygıdır. Kısmen değişimi imkânsız olan bir faktöre, karaktere, vurgu yapılır. Kişinin negatif yaşantılarına dair oluşturduğu değersizlik inancıyla ilişkilidir. (Altunbaş, 2014). Kabul etme; kişinin olan durumu, olayı, olguyu kabul etmesidir. İşlevsel bir stratejidir (Carver ve ark., 1989). Zihinsel gevş getirme, yaşanan negatif durum ve olaylarla ilgili düşünce ve duygular üzerinde fazlaca odaklanmaktır. Başkalarını suçlama, yaşanan olumsuz durum ya da olayların oluş nedeninin başkaları olduğunu düşünmektir. Olumsuz olaylara ilişki duygu düşünceler hakkında düşünmeyi ifade eder. Felaketleştirme, kişinin yüz yüze olduğu durumlara ilişkin kötü senaryolu düşünceler üretmesidir. Bakış açısına yerleştirmek, karşı karşıya olunan durumun ciddiyetini önceki yaşanan durumlara kıyaslayarak azaltmaya çalışmaktır. Olumlu yeniden odaklanma, yaşanan gerçek olayı düşünmek yerine daha neşeli, keyifli, eğlenceli konular hakkında düşünmeyi ifade eder. Olumlu yeniden gözden geçirme kişisel gelişim açısından var olan bir olaya ilişkin olumlu anlamlar atfetmeyi ifade eder. Plana yeniden odaklanma, yaşanan hangi olumsuz durumun inceleneceğini ve nasıl ele alınacağını, durumu değiştirmek için neler yapılabileceğini yeniden planlamayı ifade eder. (Garnefski ve Kraaij, 2007).

Bireyler hayatın birçok alanında olduğu gibi sanal ortamda da bilişsel duygu düzenleme stratejilerini etkin bir biçimde kullanmaktadırlar. Özellikle sanal ortamlarda diğer insanlarla olan etkileşimlerimizde, beklentilerimizde ve düşüncelerimizde yoğun olarak kullandığımız stratejiler interneti sağlıklı ya da sağlıksız kullanmamızda da belirleyici olabilmektedir. Günümüzde bireylerin teknolojiye çok fazla maruz kalmasıyla birlikte ortaya çıkan nomofobi gittikçe yaygınlaşmaktadır. Her geçen gün hızla gelişen teknoloji insan yaşamının önemli bir parçası haline gelmeye başlamıştır. Gelişen bu teknolojinin en önemli unsurlarından ve ulaşılabilirliği kolay olan cihazlardan birisi de mobil telefonlardır. Mobil telefonların hayatımıza dâhil olması ile birçok alanda kolaylıklar sağlanmıştır. Bireyler, özellikle bu cihazların internet ile entegrasyonu sonucu istedikleri veriye ve hizmete kolayca ulaşmaktadır (Öz, 2018). Aktaş ve Yılmaz'a (2017) göre bu cihazlar insanlarla iletişim kurmanın ötesine geçerek fotoğraf, video kaydı, müzik dinleme, navigasyon olarak kullanma, internete erişim ve görüntülü konuşma gibi birçok ihtiyacımızı karşılamaktadır. Aynı zamanda oyun oynama, sosyal ağlara bağlanma, kitap ve gazete okuma, her an alışveriş yapma, bankacılık işlemlerini

yapma, günlük aktivite planlama gibi birçok fonksiyonu da içerisinde barındırmaktadır (Çetinkaya ve ark., 2017; Gezgin ve ark., 2017; Salehan ve Nagebhan, 2013; Şar ve Işıklar, 2012;). Tüm bunlardan dolayı mobil telefonlar bireylere çok cazip ve çekici gelmektedir. Öyle ki günümüzde neredeyse bütün yetişkinlerin ve çocukların çoğu mobil telefonları edinmiştir. “We are social” ve “Hootsuit” tarafından 2018 yılında yayımlanan verilere göre yetişkin bireylerin %98’i mobil telefon kullanmaktadır. Bu mobil telefonları kullananların ise %77’si akıllı mobil telefon kullanmaktadır (Salih, 2018). Bu derece büyük bir kitleye hitap eden bu cihazların sağladığı kolaylıkların yanı sıra, aşırı ve problemlili kullanımı noktasında kişiler üzerinde bağımlılık, stres, huzursuzluk gibi olumsuz psikolojik etkileri de olabilmektedir (Kaplan-Akıllı ve Gezgin, 2016).

Çağa ayak uydurmak amacıyla kullanılan ve popüleritesi gittikçe artan akıllı mobil telefonlar ve bunların etkileri ile ilgili yapılan araştırmaların (Jena, 2015; King ve ark., 2013; Polat, 2017; Uysalve ark., 2016) son zamanlarda oldukça arttığı görülmektedir. Bu araştırmalara konu olan önemli terimlerden biri de nomofobidir. Nomofobi terimi İngilizce ‘No mobile phone phobia’ ifadesinin kısaltılmış halidir. Bu ifadeyi dilimize ‘telefonsuzluk fobisi’ olarak aktarabiliriz (Akpınar ve Tekayak, 2017). Gelişen dünyanın bir rahatsızlığı olarak kabul edilen nomofobi akıllı telefonlardan yoksun kalma veya mobil internet bağlantısını kaybetme korkusu olarak tanımlanmıştır (King ve ark., 2014). Yani rahatsızlığın temel sebebinin çok fazla akıllı mobil telefon kullanımından ötürü oluşan bir bağımlılık olduğu söylenilebilir.

Nomofobinin temel belirtileri arasında, telefonu yanında olduğu halde unuttuğunu sanıp sürekli cebini ya da çantasını yoklama, telefonda ayrı kalınması durumunda panik ve stres yaşama, çevrede yaşanan olayların anlaşılması, şarjın bitmesine yakın tedirgin olma ve yanında hep taşınabilir şarj cihazı bulundurma, az süreliğine dahi olsa telefonu kapatmaktan endişe duymak gibi özelliklerin var olması gösterilebilir (Akpınar ve Tekayak, 2017; Öztürk, 2015; Polat, 2017). Bu belirtilerin görüldüğü kişiler hayatlarının birçok alanında olumsuz anlamda etkilenmektedirler. Bireyler akıllı mobil cihazlarıyla ilgilenmekten dolayı büyük bir vakit kaybı yaşamaktadırlar. Akşit ve Aşık (2018), bu durumun bireylerin motivasyonlarını kaybetmelerine, dikkatlerini dağıtmalarına, iş yaşamında ve aile yaşantılarında verimsizliklere neden olduğunu belirlemiştir. Demirci ve arkadaşları tarafından 2005’te yapılan çalışmaya göre aşırı mobil telefon kullanımı depresyon ve anksiyeteye neden olurken uyku kalitesinde de ciddi bozulmalara yol açtığı tespit edilmiştir. Nomofobi rahatsızlığına sahip kişiler telefonları ulaşılabilir bir konumdaysa eğer yalnızlık duygusunu hissetmezler. Yaşayacakları herhangi bir olumsuz durum halinde yardım isteyebilecekleri insanlarla anında telefon yardımı ile iletişime geçebileceklerini düşünürler. Bu düşünce de bireylerin kendilerini son derece güvende hissetmelerine neden olacaktır (King ve ark., 2013). Sonuç olarak bu araştırmada üniversite öğrencilerinin nomofobi, mükemmeliyetçilik ve bilişsel duygu düzenleme değişkenleri arasındaki yordayıcı ilişkilerin ortaya konulması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin nomofobi düzeylerine olan etkisini incelemeyi amaçlayan, genel tarama

modelinin bir alt türü olan ilişkisel tarama modelinde bir araştırmadır. Genel tarama modeli, araştırmaya konu olan mevcut durumu olduğu gibi yansıtmayı esas alır (Karasar, 2004).

Katılımcılar

Katılımcılar 433 kadın 145 erkek olmak üzere 578 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Yaş ortalaması ise 20.35 olarak bulunmuştur. Araştırmanın çalışma grubu bir üniversitede Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Okul Öncesi, Türkçe, Coğrafya, İlköğretim Matematik, İngilizce, Tarih, Sınıf, Sosyal Bilgiler, Özel Eğitim, Almanca, Resim öğretmenlikleri bölümlerinde öğrenim gören 17-35 yaşları arasındaki öğrenciler oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında katılımcılardan kişisel bilgi formunun, Nomofobi Ölçeği'nin, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin ve Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin doldurulması istenmiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan form, katılımcılara ait bazı demografik bilgilerden oluşmaktadır. Bu bilgiler, cinsiyet, yaş, günlük kullanım süresi gibi bilgileri içermektedir.

Nomofobi Ölçeği

Nomofobi ölçeği ilk olarak Yıldırım ve Correia tarafından 2005 yılında geliştirilmiş olup Yıldırım, Sumuer, Adnan ve Yıldırım tarafından 2016 yılında Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Bireylerin nomofobik durumlarına ilişkin 4 alt boyut bulunmaktadır. Bunlar, çevrimiçi olamama, iletişimi kaybetme, cihazdan yoksunluk, bilgiye ulaşamama olarak belirtilmiştir. Ölçeğin Croanbach Alfa değeri .95 olarak bulunmuşken alt boyutlarının güvenilirlik değerleri .94; .87; .83 ve .81 olarak hesaplanmıştır. Ölçek 7'li likert tipinde ve 20 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin uyarlaması sonucu yapılan doğrusal faktör analizi ve uyum indekslerine bakıldığında geçerli bir ölçek olduğu görülmektedir. Bu araştırmada ölçeğin Erdem ve arkadaşları (2017) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılmış hali kullanılmıştır. Yapılan bu çalışmada orijinalinden farklı olarak 7'li likert tipi yerine 5'li likert tipi kullanılmıştır. Ölçeğin bu halinin güvenilirlik değerleri .70'ten büyük olduğu tespit edildiğinden güvenilir olduğu sonucuna varılabilir. Bu araştırmada ise ölçeğin iç güvenilirlik katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır.

Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği

Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Garnefski ve arkadaşları (2001) tarafından, bireylerin bilişleri vasıtasıyla duygularını düzenlemeyi amaçlayan ve kaygılı, stresli yaşam olayları sonrası bilişsel duyguları ölçmeyi hedefleyen bir ölçektir. Ölçek 5'li likert şeklinde yanıtlanmaktadır. 1: Hiçbir zaman, 2: Bazen, 3: Düzenli olarak, 4: Sık sık, 5: Her zaman ifadelerine karşılık gelmektedir. Ölçek 9 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, diğerlerini suçlama, pozitif yeniden odaklanma, felaketleştirme (yıkım), kendini suçlama, olayın değerini azaltma, düşünceye odaklanma, pozitif yeniden değerlendirme, plan yapmaya yeniden odaklanma ve kabul etmedir. Her bir boyut 4 madde ile ölçülmektedir ve ölçek toplamda 36 maddeden oluşmaktadır (Garnefski ve ark., 2001)

Onat ve Otrar 2010 yılında ölçeği bir Türk örneklemeyle çalışarak Türkçeye uyarlamıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları sonucu $\alpha=.784$ olarak bulunmuştur. Aynı zamanda her bir alt boyut için de güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Bu hesaplamalara göre kendini suçlama alt boyutu için $\alpha=.56$, kabul etme alt boyutu için $\alpha=.56$, düşünmeye odaklanma alt boyutu için $\alpha=.62$, pozitif yeniden odaklanma alt boyutu için $\alpha=.42$, plan yapmaya yeniden odaklanma alt boyutu için $\alpha=.68$, pozitif yeniden değerlendirme boyutu için $\alpha=.66$, olayın değerini azaltma alt boyutu için $\alpha=.51$, felaketleştirme alt boyutu için $\alpha=.71$ ve diğerlerini suçlama boyutu için $\alpha=.71$ güvenirlik katsayıları bulunmuştur. Bu araştırmada ölçeğin iç güvenirlik katsayısı $.72$ olarak hesaplanmıştır.

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ilk olarak 1990 yılında Frost ve arkadaşları tarafından bireylerin mükemmeliyetçilik eğilimlerini ve düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte toplam 35 madde bulunmaktadır ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert şeklinde yanıtlanmaktadır. 1: Kesinlikle katılmıyorum, 2: Katılmıyorum, 3: Kararsızım, 4: Katılıyorum, 5: Kesinlikle katılıyorum ifadelerine karşılık gelmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması 2003 yılında Özbay ve Mısırlı Taşdemir tarafından yapılmıştır. Türkçe uyarlaması da 35 madde 6 boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışsal şüphe, aile beklentileri, ailesel eleştiri ve kişisel standartlardır. Ölçeğin geneli ve alt boyutları için güvenirlik katsayıları $.63$ ile $.87$ değerleri arasında bulunmuştur. Testin genel güvenirlik katsayısı $.83$, düzen alt boyutu için güvenirlik katsayısı $.87$, hatalara aşırı ilgi alt boyutu için güvenirlik katsayısı $.77$ davranışlardan şüphe alt boyutu için güvenirlik katsayısı $.61$, aile beklentileri alt boyutu için güvenirlik katsayısı $.71$, ailesel eleştiriler için $.65$ ve son olarak da yüksek kişisel standartlar alt boyutu için güvenirlik katsayısı $.63$ olarak hesaplanmıştır. Testin yarıya bölme güvenirlik katsayısı $.80$ olarak tespit edilmiştir. Bu çalışmada ise ölçeğin iç güvenirlik katsayısı $.77$ olarak hesaplanmıştır.

İşlem

Veriler toplanmadan önce araştırmacılar tarafından Necmettin Erbakan Üniversitesi Etik Kurul Komitesinden 2022/64 sayılı etik kurul izni alınmıştır. Daha sonra araştırmaya katılmaya gönüllü öğrencilere ilgili araştırma süreci ile ilgili bilgi verilerek veriler toplanmıştır. Verilerin toplanması yaklaşık 30 dakika sürmüştür.

Verilerin Analizi

Katılımcılar 433 kadın 145 erkek olmak üzere 578 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Yaş ortalaması ise 20.35 olarak bulunmuştur. Araştırmanın çalışma grubu bir üniversitede Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Okul Öncesi, Türkçe, Coğrafya, İlköğretim Matematik, İngilizce, Tarih, Sınıf, Sosyal Bilgiler, Özel Eğitim, Almanca, Resim öğretmenlikleri bölümlerinde öğrenim gören 17-35 yaşları arasındaki öğrenciler oluşturmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların nomofobi, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve mükemmeliyetçilik puanları arasındaki korelasyon analizi sonuçları Tablo 1.'de yer almaktadır.

Tablo 1. Nomofobi, Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ve Mükemmeliyetçiliğe Yönelik Korelasyon Matrisi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
NÖ																			
1. Bilgiye Ulaşmama	-	.50**	.49**	.49**	.16**	.15**	.18**	.12**	.06	.04	.10*	.17**	.19**	.11**	.25**	.23**	.23**	.15**	.13**
2. Bağlantıyı Kaybetme		-	.60**	.61**	.12**	.04	.12**	.07	-.04	-.08*	.04	.25**	.18**	.02	.25**	.22**	.22**	.12**	.08*
3. İletişim Kuramama			-	.58**	.16**	.08*	.23**	.13**	.07	.01	.09*	.15**	.23**	.14**	.24**	.24**	.21**	.08*	.12**
4. Rahatlığı Kaybetme				-	.12**	.09*	.12**	.08*	-.08*	-.05	-.01	.23**	.32**	-.02	.34**	.31**	.23**	.18**	.09*
BDDÖ																			
5. Kendini Suçlama					-	.51**	.36**	-.04	-.03	-.10*	.08*	.31**	.14**	-.06	.26**	.32**	.08*	.18**	.06
6. Kabul Etme						-	.43**	.10*	.06	.07	.20**	.19**	.18**	-.01	.17**	.28**	.07	.09*	.09*
7. Düşünceye Odaklanma							-	-.04	.23**	.12**	.12**	.17**	.11**	.17**	.10*	.20**	-.00	-.00	.15**
8. Pozitif Odaklanma								-	.37**	.15**	.31**	-.07	.09*	.16**	-.00	.00	.07	-.02	.13**
9. Plan Yapmaya Odaklanma									-	.60**	.27**	-.13*	-.03	.32**	-.11*	.15**	-.00	.14**	.26**
10. Pozitif Değerlendirme										-	.42**	-.25*	-.11*	.28**	-.19*	-.18*	-.07	-.21*	.20**
11. Olayın Değerini Azaltma											-	-.04	-.00	.14**	-.06	.01	.00	-.04	.08
12. Yıkım												-	.45**	-.02	.47**	.40**	.24**	.28**	.23**
13. Diğerlerini Suçlama													-	-.01	.38**	.30**	.24**	.31**	.25**
ÇBMÖ																			
14. Düzen														-	.00	-.02	.03	.17**	.34**
15. Hatalara Aşırı İlgi															-	.64**	.45**	.51**	.51**
16. Davranışlardan Şüphe																-	.35**	.43**	.34**
17. Aile Beklentileri																	-	.57**	.40**
18. Ailesel Eleştiri																		-	.22**
19. Kişisel Standartlar																			-

* $p < .05$, ** $p < .01$ NÖ: Nomofobi Ölçeği, BDDÖ: Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği, ÇBMÖ: Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Tablo 1.'de görüldüğü gibi Nomofobi Ölçeği'nin bilgiye ulaşamama boyutu ile Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutlarından plan yapmaya odaklanma ($r=.06, p>.05$) ve pozitif yeniden değerlendirme ($r=.04, p>.05$) boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki gözlenmemiştir. Bunun yanı sıra kendini suçlama ($r=.16, p<.01$), kabul etme ($r=.15, p<.01$), düşünceye odaklanma ($r=.18, p<.01$), pozitif yeniden odaklanma ($r=.12, p<.01$), olayın değerini azaltma ($r=.10, p<.05$), yıkım ($r=.17, p<.01$) ve diğerlerini suçlama ($r=.19, p<.01$) boyutları ile düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir korelasyon vardır. Nomofobi Ölçeği'nin bilgiye ulaşamama boyutu ile mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından düzen ($r=.11, p<.01$), hatalara aşırı ilgi ($r=.25, p<.01$), davranışlardan şüphe ($r=.23, p<.01$), aile beklentileri ($r=.25, p<.01$), ailesel eleştiri ($r=.15, p<.01$) ve kişisel standartlar ($r=.13, p<.01$) arasında düşük düzeyde anlamlı ve pozitif bir korelasyon vardır.

Nomofobi Ölçeği'nin bağlantıyı kaybetme boyutu ile Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutlarından kabul etme ($r=.04, p>.05$), pozitif yeniden odaklanma ($r=.07, p>.05$), plan yapmaya odaklanma ($r=-.04, p>.05$), olayın değerini azaltma ($r=.04, p>.05$) boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki gözlenmemiştir. Aynı zamanda Nomofobi Ölçeği'nin bağlantıyı kaybetme boyutu ile Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin kendini suçlama ($r=.12, p<.01$), düşünceye odaklanma ($r=.12, p<.01$), yıkım ($r=.25, p<.01$) ve diğerlerini suçlama ($r=.18, p<.01$) boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir korelasyon görülürken pozitif yeniden değerlendirme ($r=-.08, p<.05$) boyutu arasında düşük düzeyde negatif ve anlamlı bir korelasyon vardır. Nomofobi Ölçeği'nin bağlantıyı kaybetme boyutu ile mükemmeliyetçiliğin düzen ($r=.02, p>.05$) boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki gözlenmezken hatalara aşırı ilgi ($r=.25, p<.01$), davranışlardan şüphe ($r=.22, p<.01$), aile beklentileri ($r=.22, p<.01$), ailesel eleştiri ($r=.12, p<.01$) ve kişisel standartlar ($r=.08, p<.05$) boyutları arasında düşük düzeyde anlamlı ve pozitif bir korelasyon vardır.

Nomofobi Ölçeği'nin iletişim kuramama boyutu ile Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutlarından plan yapmaya odaklanma ($r=.07, p>.05$) ve pozitif yeniden değerlendirme ($r=.01, p>.05$), boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki gözlenmezken kendini suçlama ($r=.12, p<.01$), kabul etme ($r=.08, p<.05$), düşünceye odaklanma ($r=.23, p<.01$), pozitif yeniden odaklanma ($r=.13, p<.01$), pozitif yeniden değerlendirme ($r=.09, p<.05$), olayın değerini azaltma ($r=.15, p<.01$), yıkım ($r=.23, p<.01$) ve diğerlerini suçlama ($r=.14, p<.01$) boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir korelasyon vardır. Nomofobi Ölçeği'nin iletişim kuramama boyutu ile mükemmeliyetçiliğin düzen ($r=.14, p<.01$), hatalara aşırı ilgi ($r=.24, p<.01$), davranışlardan şüphe ($r=.21, p<.01$), aile beklentileri ($r=.21, p<.01$), ailesel eleştiri ($r=.08, p<.05$) ve kişisel standartlar ($r=.12, p<.01$) boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir korelasyon bulunmaktadır.

Nomofobi Ölçeği'nin rahatlığı kaybetme boyutu ile Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutlarından pozitif yeniden değerlendirme ($r=-.05, p>.05$) ve olayın değerini azaltma ($r=-.01, p>.05$) boyutları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki gözlenmemiştir. Nomofobi Ölçeği'nin rahatlığı kaybetme boyutu ile Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin kendini suçlama ($r=.12, p<.01$), kabul etme ($r=.09, p<.05$), düşünceye odaklanma ($r=.12, p<.01$), pozitif yeniden odaklanma ($r=.08, p<.05$) ve yıkım ($r=.23, p<.01$) boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir korelasyon, diğerlerini suçlama ($r=.32, p<.01$) boyutu arasında orta düzeyde pozitif ve anlamlı bir korelasyon gözlenirken plan yapmaya odaklanma ($r=-.08, p<.01$) boyutu arasında

düşük düzeyde negatif ve anlamlı bir korelasyon bulunmaktadır. Nomofobi Ölçeği'nin rahatlığı kaybetme boyutu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin düzen ($r=-.02, p>.05$) boyutu arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Nomofobi Ölçeği'nin rahatlığı kaybetme boyutu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin hatalara aşırı ilgi ($r=.34, p<.01$), davranışlardan şüphe ($r=.31, p<.01$) boyutları arasında orta düzeyde pozitif ve anlamlı bir korelasyon bulunurken aile beklentileri ($r=.23, p<.01$), ailesel eleştiri ($r=.18, p<.01$) ve kişisel standartlar ($r=.09, p<.05$) boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir korelasyon bulunmaktadır.

Katılımcıların demografik değişkenler (yaş, cinsiyet ve günlük internet kullanım süresi), mükemmeliyetçilik ve bilişsel duygu düzenleme puanlarının nomofobinin alt boyutları olan çevrimiçi olamama, iletişimi kaybetme, cihazdan yoksunluk ve bilgiye ulaşamama puanlarını yordamasına ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 2. Mükemmeliyetçilik ve Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Nomofobiyi Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları (N=578)

		Nomofobi Alt Boyutları							
		Bağlantıyı Kaybetme		İletişimi Kaybetme		Rahatlığı Kaybetme		Bilgiye Ulaşamama	
Yordayıcı		ΔR^2	B	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β
1. Demografik Değişkenler	Yaş		-.03		-.10		-.04		-.03
	Cinsiyet	.095*	-.02	.05**	-.07*	.07**	-.05	.04**	-.03
	İnternet Kullanımı	**	.30**	*	.18**	*	.25**	*	.20**
			*		*		*		*
2. Mükemmeliyetçilik	Düzen		.07		.17**		.02		.15**
	Hatalara İlgi		.21**		*		.30**		*
	Şüphe		*		.20**		*		.17**
	Aile Beklentileri	.085*	.09	.11**	*	.14**	.14**	.10**	.10*
	Ailesel Eleştiri	**	.15**	*	.14**	*	.11*	*	.14**
	Kişisel Standartlar		-.08		.15*		-.06		-.01
			-.10*		-.09		-.12*		-.08
3. Bilişsel Duygu Düzenleme	Kendini Suçlama		.003		.08		.03		.03
	Kabul Etme		-.09		-		-.05		.01
	Düşünceye Odaklanma		.13**		.13**		.12**		.12*
	Pozitif Odaklanma	.04**	-.04*	.07**	*	.06**	-.10*	.04**	.002
	Pozitif Odaklanma	*	-.03	*	.11*	*	.12*	*	.07
	Plan Yap. Odak. Pozitif		.07		.02		-.03		.05
	Değerlendirme Olayın Değerini Azaltma		.15**		-.02		.01		.02
	Yıkım Diğerlerini Suçlama		.05		.06		.21**		.08
							-.04		*
							.16**		*
							*		*
	Total R²		.22**		.23**		.27**		.18**
			*		*		*		*

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

Tablo 2.'de üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin demografik değişkenler (yaş, cinsiyet ve günlük internet kullanım süresi) mükemmeliyetçilik ve bilişsel duygu düzenleme açısından hiyerarşik regresyon analizi ile ele alınmıştır. Tablo 1. incelendiğinde nomofobinin alt boyutlarından bağlantıyı kaybetme ele alındığında modele 1. Adımda girilen demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet ve günlük internet kullanım süresi) modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.095$, $p<.001$). Demografik değişkenlerin modele %9.5'lik bir katkısı olmuştur. Bireylerin günlük internet kullanım süreleri arttıkça bireylerin bağlantıyı kaybetme puanlarında da artış görülmektedir. Modele 2. Adımda girilen mükemmeliyetçiliğin modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.085$, $p<.001$). Mükemmeliyetçiliğin modele %8.5'lik bir katkısı olmuştur. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından hatalara aşırı ilgi ($\beta= .21$, $p<.001$), aile beklentileri ($\beta= .015$, $p<.01$), kişisel standartların ($\beta=-.10$, $p<.05$) modele anlamlı bir katkısı olmuştur. Bireyin mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından hatalara aşırı ilgi ve aile beklentileri puanları arttıkça bağlantıyı kaybetme puanları da artarken, kişisel standartlar puanı arttıkça bağlantıyı kaybetme puanları azalmaktadır. Modele 3. adımda girilen bilişsel duygu düzenlemenin modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.04$, $p<.001$). Bilişsel duygu düzenlemenin modele %4'lük bir katkısı olmuştur. Bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutlarından düşünceye odaklanma ($\beta= .13$, $p<.01$), pozitif yeniden odaklanma ($\beta= .098$, $p<.05$), plan yapmaya yeniden odaklanma ($\beta= -.04$, $p<.05$), yıkım ($\beta=.145$, $p<.01$) ve diğerlerini suçlama ($\beta= .05$, $p<.05$) modele anlamlı bir katkı bir katkı sağlarken diğer boyutların anlamlı bir katkısı olmamıştır. Bireyin bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutlarından düşünceye odaklanma, pozitif yeniden odaklanma, yıkım ve diğerlerini suçlama puanları arttıkça bağlantıyı kaybetme puanları artarken plan yapmaya yeniden odaklanma puanları arttıkça bağlantıyı kaybetme puanları azalmaktadır. Sonuç olarak ortaya konulan modelin nomofobinin alt boyutlarından bağlantıyı kaybetmeye ilişkin toplam varyansın %22'sinin açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır ($R^2=.22$, $p<.001$).

Tablo 2. incelendiğinde nomofobinin alt boyutlarından iletişimi kaybetme ele alındığında modele 1. Adımda girilen demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet ve günlük internet kullanım süresi) modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.05$, $p<.01$). Demografik değişkenlerin modele %5'lik bir katkısı olmuştur. Kadınların iletişimi kaybetme puanlarının erkeklerin iletişimi kaybetme puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Bireylerin günlük internet kullanım süreleri arttıkça iletişimi kaybetme puanlarında da artış görülmektedir. Modele 2. Adımda girilen mükemmeliyetçiliğin modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.11$, $p<.001$). Mükemmeliyetçiliğin modele %11'lik bir katkısı olmuştur. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından düzen ($\beta= .17$, $p<.001$), hatalara aşırı ilgi ($\beta= .20$, $p<.001$), davranışsal şüphe $\beta= .14$, $p<.01$), aile beklentileri ($\beta= .15$, $p<.05$) ve kişisel standartların ($\beta=-.11$, $p<.05$) modele anlamlı bir katkısı olmuştur. Bireyin, mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışsal şüphe, aile beklentileri puanları arttıkça iletişimi kaybetme puanları da artarken, kişisel standartlar puanı arttıkça iletişimi kaybetme puanları azalmaktadır. Modele 3. adımda girilen bilişsel duygu düzenlemenin modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.07$, $p<.001$). Bilişsel duygu düzenlemenin modele %7'lik bir katkısı olmuştur. Bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutlarından kabul etme ($\beta= -.125$, $p<.01$), düşünceye odaklanma ($\beta= .20$, $p<.001$), pozitif yeniden odaklanma ($\beta= .11$, $p<.05$) ve diğerlerini suçlama ($\beta= .14$, $p<.001$) modele anlamlı bir katkısı olmuştur. Bireyin, bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutlarından düşünceye odaklanma, pozitif yeniden odaklanma ve diğerlerini suçlama puanları arttıkça iletişimi kaybetme puanları artarken, kabul

etme puanı arttıkça iletişimi kaybetme puanları azalmaktadır. Sonuç olarak ortaya konulan modelin nomofobinin alt boyutlarından iletişimi kaybetmeye ilişkin toplam varyansın %23'nün açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır ($R^2=.23$, $p<.001$).

Tablo 2. incelendiğinde nomofobinin alt boyutlarından rahatlığı kaybetme ele alındığında modele 1. Adımda girilen demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet ve günlük internet kullanım süresi) modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.07$, $p<.001$). Demografik değişkenlerin modele %9.5'lik bir katkısı olmuştur. Bireyleri günlük internet kullanım süreleri arttıkça bireylerin bağlantıyı kaybetme puanlarında da artış görülmektedir. Modele 2. Adımda girilen mükemmeliyetçiliğin modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.14$, $p<.001$). Mükemmeliyetçiliğin modele %14'lük bir katkısı olmuştur. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından hatalara aşırı ilgi ($\beta= .30$, $p<.001$), davranışsal şüphe $\beta= .14$, $p<.01$), aile beklentileri ($\beta= .11$, $p<.05$) ve kişisel standartların ($\beta=-.12$, $p<.05$) modele anlamlı bir katkısı olmuştur. Bireyin mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından hatalara aşırı ilgi, davranışsal şüphe ve aile beklentileri puanları arttıkça rahatlığı kaybetme puanları da artarken, kişisel standartlar puanı arttıkça rahatlığı kaybetme puanları azalmaktadır. Modele 3. adımda girilen bilişsel duygu düzenlemenin modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.06$, $p<.001$). Bilişsel duygu düzenlemenin modele %6'lık bir katkısı olmuştur. Bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutlarından düşünceye odaklanma ($\beta= .12$, $p<.01$), plan yapmaya yeniden odaklanma ($\beta= -.10$, $p<.05$), pozitif yeniden değerlendirme ($\beta= .12$, $p<.05$) ve diğerlerini suçlama ($\beta= .21$, $p<.001$) modele anlamlı bir katkı sağlamıştır. Bireyin, bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutlarından düşünceye odaklanma, pozitif yeniden değerlendirme ve diğerlerini suçlama puanları arttıkça rahatlığı kaybetme puanları artarken, plan yapmaya yeniden odaklanma puanı arttıkça rahatlığı kaybetme puanları azalmaktadır. Sonuç olarak ortaya konulan modelin nomofobinin alt boyutlarından rahatlığı kaybetmeye ilişkin toplam varyansın %27'sini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır ($R^2=.27$, $p<.001$).

Tablo 2. incelendiğinde nomofobinin alt boyutlarından bilgiye ulaşamama ele alındığında modele 1. Adımda girilen demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet ve günlük internet kullanım süresi) modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.04$, $p<.001$). Demografik değişkenlerin modele %4'lük bir katkısı olmuştur. Bireyleri günlük internet kullanım süreleri arttıkça bireylerin bilgiye ulaşamama puanlarında da artış görülmektedir. Modele 2. Adımda girilen mükemmeliyetçiliğin modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.10$, $p<.001$). Mükemmeliyetçiliğin modele %10'luk bir katkısı olmuştur. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından düzen ($\beta= .15$, $p<.001$), hatalara aşırı ilgi ($\beta= .17$, $p<.01$), davranışsal şüphe $\beta= .10$, $p<.05$) ve aile beklentileri ($\beta= .014$, $p<.01$) modele anlamlı bir katkı sağlamıştır. Bireyin mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışsal şüphe ve aile beklentileri puanları arttıkça bilgiye ulaşamama puanları artmaktadır. Modele 3. adımda girilen bilişsel duygu düzenlemenin modele katkısı anlamlıdır ($R^2=.04$, $p<.001$). Bilişsel duygu düzenlemenin modele %4'lük bir katkısı olmuştur. Bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutlarından olan düşünceye odaklanma ($\beta= .12$, $p<.05$), modele anlamlı bir katkı sağlamıştır. Bireylerin düşünceye odaklanma puanı arttıkça bilgiye ulaşamama puanları artmaktadır. Sonuç olarak ortaya konulan modelin nomofobinin alt boyutlarından bilgiye ulaşamamaya ilişkin toplam varyansın %18'sini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır ($R^2=.18$, $p<.001$).

TARTIŞMA

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçiliklerinin ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin nomofobi düzeyleri üzerindeki yordayıcı etkisi bu çalışmada ele alınmıştır. Elde edilen sonuçlara göre üniversite öğrencilerinden oluşan katılımcıların mükemmeliyetçilik ve bilişsel duygu düzenleme stratejileri nomofobi düzeylerinin önemli yordayıcıları olarak bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde nomofobi, bilişsel duygu düzenleme ve mükemmeliyetçiliğin birlikte ele alındığı ve aralarındaki ilişkinin ortaya konulduğu bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Araştırma sonuçlarına göre bireylerin günlük internet kullanım süreleri nomofobinin önemli bir yordayıcısıdır. Bireylerin günlük internet kullanım süreleri arttıkça nomofobi puanları da artış göstermektedir. Alan yazındaki diğer çalışmalar incelendiğinde elde edilen bulgular bu sonucu destekler niteliktedir (Büyükçolpan, 2019; Kaplan-Akıllı ve Gezgin, 2016; Hoşgör ve ark., 2017; Gezgin ve ark., 2017). Bireylerin internette geçirdikleri sürenin artması onların telefonları ile daha fazla zaman geçirmelerine neden olabilir. Çünkü artık günümüzde özellikle akıllı telefonlar birçok özelliği sayesinde tüm sanal dünyayı kendi içinde barındırmaktadır. Bu da bireylerin telefon kullanım sürelerinin artmasına ve dolayısıyla nomofobiye yol açan bir etken olabilmektedir. Araştırmada modele ikinci adımda sokulan mükemmeliyetçiliğin bağlantıyı kaybetme boyutunda modele katkısı çok yüksektir. İletişimi kaybetme, rahatlığı kaybetme ve bilgiye ulaşamama boyutlarında da modele katkısı anlamlı iken bağlantıyı kaybetme boyutuna göre katkısı daha düşüktür. Burns'e göre (1980) mükemmeliyetçi bireylerin birçoğu yalnız kalmaktan ve kişilerarası ilişkilerinin bozulmasından tedirginlik duyarlar. Ayrıca mükemmeliyetçi bireyler kişiler arası ilişkilerde de kendilerine yüksek standartlar koyarak ilişkilerinde başarı elde etmeye çabalarlar (Özteke, 2015). Elde edilen analiz sonuçlarına göre bireylerin mükemmeliyetçilik puanları arttıkça bağlantıyı ve iletişimi kaybetme puanlarının artması bu bilgi ile tutarlılık göstermektedir. Literatürde nomofobi ve mükemmeliyetçilik arasındaki yordayıcı ilişkileri inceleyen herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu anlamda yapılan bu çalışma, yapılacak olan çalışmalar için yol gösterici bir nitelik taşımaktadır.

Araştırmada modele üçüncü adımda sokulan bilişsel duygu düzenlemenin bağlantıyı kaybetme, iletişimi kaybetme, rahatlığı kaybetme ve bilgiye ulaşamama boyutunda modele katkısı anlamlıdır. Gelişen ve ilerleyen teknoloji ile birlikte ortaya çıkan nomofobi terimi yaşamımıza bir fobi olarak girmiştir. Nomofobi yapılan tanımlara göre akılcı olmayan korku, kaygı olarak ifade edilmiştir (Yıldırım ve Correia, 2005). Kaygı, özellikle sosyal kaygı bilişsel modele göre bireylerin bilişsel çarpıtma eğilimlerine ve olumsuz otomatik düşüncelerine göre temellenmektedir (Smiths ve ark., 2006). Nomofobinin de bir tür korku, kaygı türü olduğu düşünüldüğünde bilişsel bir temelinin olduğu söylenebilir. Özellikle son yıllarda yapılan çalışmalar bilişsel terapilerin nomofobide etkili olduğunu göstermektedir (Bekaroğlu ve Yılmaz, 2020; Davoudi ve ark., 2019; King ve ark., 2013). Bu anlamda bilişsel duygu düzenleme ve nomofobi arasında anlamlı bir ilişkinin olması alan yazını destekleyecek şekildedir.

Sınırlılıklar: Bu çalışmanın örneklem açısından bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırma üniversite düzeyindeki öğrencilerle sınırlıdır. Ayrıca araştırma sonuçları nedensel bir ilişki ortaya koymamaktadır. Bu araştırma nomofobi, mükemmeliyetçilik ve bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasındaki yordayıcı ilişkileri ortaya koymasından dolayı alan yazına

özgün bir katkı sağlayacaktır. Çünkü nomofobi teriminin yaşamımıza yeni giriyor olması nedeniyle fazla çalışma bulunmamaktadır. Yapılacak olan yeni araştırmalarda farklı örneklem ve değişkenlerin kullanılması nomofobi ile ilgili daha geniş bilgilerin elde edilmesini sağlayacaktır. Ayrıca nomofobi ile ilgili yapılacak deneysel çalışmalar bireylerin nomofobiye neden olan olumsuz unsurların belirlenmesinde ve nomofobiyle daha sağlıklı bir şekilde baş edebilmelerinde yol gösterici nitelik taşıyacaktır. Tüm bu nedenlerden ötürü nedensel çalışmaların yapılması oldukça faydalı olacaktır. Yapılan çalışmalara göre (Erdem ve ark., 2016; Gezgin ve ark., 2017; Kaplan-Akıllı ve Gezgin, 2016) üniversite düzeyindeki öğrencilerin genel olarak nomofobi düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir. Bu anlamda üniversite öğrencileri için nomofobi ve etkilerine yönelik eğitimler verilebilir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Yazarlar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

KAYNAKLAR

- Akpınar, E. ve Tekayak H. V. (2017). Tıp alanında yeni bir dönem: Dijital çağda doğan yeni hastalıklar. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 6(3), 93-100.
- Akşit-Aşık, N. (2018). Aidiyet duygusu ve nomofobi ilişkisi: Turizm öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Turizm ve Araştırma Dergisi*, 7(2), 24-42.
- Aktaş, H. ve Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85-100.
- Altunbaş, G. (2014). *Psikoeğitim programının üniversite öğrencilerinin bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin kullanımına ve mükemmeliyetçi bilişlerine etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Andrews, D. M., Burns, L. R. ve Duelling, J. K. (2014). Positive perfectionism: Seeking the healthy “should” or should we. *Open Journal of Social Sciences*, 2(8), 27-34. <https://doi.org/10.4236/jss.2014.28005>
- Ataman, E. (2011). *Stres veren yaşam olayları karşısında bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin depresyon ve kaygı düzeyini belirlemedeki rolü* [Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Bekaroğlu, E. ve Yılmaz, T. (2020). Nomophobia: Differential diagnosis and treatment. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(1), 131-142.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist’s script for self-defeat. *Psychology Today*, 14(6), 34-52.
- Büyükçolpan, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde nomofobi, bağlanma biçimleri, depresyon ve algılanan sosyal destek* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum* (24. Baskı). Pegem Akademi.




- Carver, C. S., Scheier, M. F. ve Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Çetinkaya-Bozkurt, Ö. ve Minaz, A. (2017). *Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. 4. Ulusal Meslek Yüksekokulları Sosyal ve Teknik Bilimler Kongresi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, 11-13 Mayıs 2017, Burdur.
- Davoudi, R., Manshaee, G. ve Golparvar, M. (2019). Comparing the effectiveness of adolescent-centered mindfulness with cognitive behavioral therapy and emotion-focused therapy on emotion regulation among adolescents girl with Nomo-Phobia. *Journal of Health Promotion Management*, 8(4), 16-25.
- Demirci, K. Akgönül, M. ve Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 85-92. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010>
- Erdem, H., Türen, U., Kalkın, G. ve Deniz, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi. *İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(3), 923-936.
- Flett, G. L. ve Hewitt, P. L.(2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional and treatment issues. G. L. Flett ve P. L. Hewitt (Ed.), *Perfectionism: Theory, research and treatment* (s. 527) içinde. American Psychological Association.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C.ve Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Garnefski, N. ve Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.23.3.141>
- Garnefski, N., Kraaij, V. ve Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)
- Gezgin, D. M., Şahin, Y. L. ve Yıldırım, S. (2017). Sosyal ağ kullanıcılarının nomofobi düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 7(1), 1-15.
- Greenspon, T.S. (2000). “Healthy perfectionism” is an oxymoron!: Reflections on the psychology of perfectionism and the sociology of science. *Journal of Advanced Academics*, 11(4), 197-208. <https://doi.org/10.4219/jsge-2000-631>
- Hoşgör, H., Tandoğan, Ö. ve Gündüz-Hoşgör, D. (2017). Nomofobinin günlük akıllı telefon kullanım süresi ve okul başarısı üzerindeki etkisi: Sağlık personeli adayları örneği. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(46), 573-595.
- Jena, R. K. (2015). Compulsive use of smartphone and its effect on engaged learning and nomophobia. *Smart Journal of Business Management Studies*, 11(1), 42-51.

- Joanes, D. N. ve Gill, C. A. (1998). Comparing measures of sample skewness and kurtosis. *Journal of the Royal Statistical Society (Series D): The Statistician*, 47(1), 183-189. <https://doi.org/10.1111/1467-9884.00122>
- Kaplan-Akıllı, G. ve Gezgin, D. M. (2016). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile farklı davranış örüntülerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 51-69.
- Karasar, N. (2004). *Araştırmalarda rapor hazırlama*. Nobel Yayın Dağıtım.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R. ve Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140-144. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Sancassiani, F., Machado, S. ve Nardi, A. E. (2014). "Nomophobia": Impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 10, 28-35. <https://doi.org/10.2174/1745017901410010028>
- Öz, H. (2018). *Üniversite okuyan genç yetişkinlerin mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) ile kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Özteke, H. İ. (2015). *Bağlanma, eş seçiminde sınırlandırıcı inançlar ve beden imgesi baş etme stratejilerinin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliği yordaması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Öztürk, U. C. (2015). Bağlantıda kalmak ya da kalmamak işte tüm korku bu: İnternetsiz kalma korkusu ve örgütsel yansımaları. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(37), 629-638.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386-390. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.39.4.386>
- Petrocelli, J. V. (2003). Hierarchical multiple regression in counseling research: Common problems and possible remedies. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 36(1), 9-22. <https://doi.org/10.1080/07481756.2003.12069076>
- Polat, R. (2017). Dijital hastalık olarak nomofobi. *Yeni Medya Elektronik Dergi*, 1(2), 164-172.
- Rudolph, S. G., Flett, G. L. ve Hewitt, P. L. (2007). Perfectionism and deficits in cognitive emotion regulation. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 25(4), 343-357. <https://doi.org/10.1007/s10942-007-0056-3>
- Salehan, M. ve Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 29, 2632-2639. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.07.003>
- Salih, C. (2018). *2018 Türkiye internet kullanım ve sosyal medya istatistikleri*. Erişim tarihi: 2 Aralık 2018, <https://dijilopedi.com/2018-turkiye-internet-kullanim-ve-sosyal-medya-istatistikleri/>

- Smiths, J. A., Rosenfield, D., McDonald, R. ve Telch, M. J. (2006). Cognitive mechanism of social anxiety reduction: An examination of specificity and temporality. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(6), 1203-1212. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.6.1203>
- Şar, A. H. ve Işıklar, A. (2012). Adaptation of problem mobile phone use scale to Turkish. *Journal of Human Sciences*, 9(2), 264-275.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of The Society for Search in Child Development*, 59(2-3), 25-52.
- Uysal, Ş., Özen, H. ve Madenoğlu, C. (2016). Social phobia in higher education: The influence of nomophobia on social phobia. *The Global E-learning Journal*, 5(2), 1-8.
- Yıldırım, C. ve Correia A-P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
- Yıldırım, Ç., Sumuer, E., Adnan, M. ve Yıldırım, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322-1331. <https://doi.org/10.1177/0266666915599025>



Sağlık Çalışanlarının Öznel İyi Oluşlarının Yordayıcıları: Özsaygı ve Başa Çıkma Araştırması

Ali ERYILMAZ¹ , M. Fatih ŞİRAZ² , Barış YILBAŞ³ 

Makalenin

Geliş Tarihi:

24.03.2022

Kabul Tarihi:

30.05.2022

Yayın Tarihi:

29.12.2022

Atıf/Citation:

Eryılmaz, A., Şiraz, M. F. ve Yılbaş, B. (2022). Sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarının yordayıcıları: Özsaygı ve başa çıkma araştırması. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 98-111.

ÖZ

Bu çalışmada, sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarının yordayıcıları olarak öz saygı ve başa çıkmanın incelenmesi hedeflenmiştir. Ayrıca demografik değişkenler açısından öznel iyi oluşun farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu çalışma 200 sağlık personeli üzerinde yürütülmüştür. Katılımcılara kişisel bilgi formu, iki boyutlu benlik saygısı ölçeği, yaşam doyum ölçeği, pozitif negatif duygu ölçeği ve kötümserliği aktive eden olaylarla durumlarla başa çıkma ölçeği uygulanmıştır. Katılımcıların 135'i (%67.5) kadın, 65'i (%32.5) erkek sağlık çalışanlarından oluşmaktadır. Yaşları 21-60 arasında değişmektedir. Yapılan t testi sonucu, sağlık çalışanlarında öznel iyi oluş düzeylerinin demografik değişkenler açısından farklılaşmadığı bulunmuştur. Regresyon analizi sonucunda ise kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ve benlik saygısı ölçeğinin alt boyutu olan kendini sevme ölçeğinin öznel iyi oluşu yordadığı, öznel iyi oluştaki değişimin %43'ünü açıkladığı bulunmuştur. Elde edilen bulgular sonucu sağlık çalışanlarının mutluluklarını arttırmak için başa çıkma becerileri ve benlik saygılarının güçlendirilmesi gerekmektedir. Geliştirilecek olan psikoeğitim ve grup etkinliklerinde bu alanlara yer verilmesi hem bireysel hem de toplumsal fayda açısından önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Baş Etme Becerileri, Öznel İyi Oluş, Öz Saygı, Sağlık Çalışanları

¹Prof. Dr., Yıldız Teknik Üniversitesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, İstanbul, Türkiye

²Uzm. Klinik Psikolog, Melikgazi İlçe Sağlık Müdürlüğü, Kayseri, Türkiye

³Dr. Öğr. Üyesi, Sanko Üniversitesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye

Predictors of The Subjective Well-Being of Health Workers: Self-Esteem and Coping Research

ABSTRACT

The aims of this study is to examine the predictive effects of coping and self-esteem on subjective well-being of health workers. In addition, it was examined whether the subjective well-being significantly differed according to some demographic variables. In the study in which the relational descriptive model was used, the research group consists of 200 individuals, 32.5% male (n=65) and 67.5% (n=135) female. The research data were collected using the Coping for Pessimism Activated Events-Situations scale, Positive and Negative Affect scale, the Self Esteem scale, the Satisfaction with Life scale and a personal information form developed by the researcher. As a result of the student's t test, it was found that the subjective well-being levels of health workers did not differ in terms of demographic variables. As a result of regression analysis, it was found that coping for Pessimism Activated Events-Situations scale and self-liking scale which is a sub-dimension of self-esteem scale, predicted subjective well-being and explained 43% of the change in subjective well-being. As a result of the findings obtained, it is necessary to strengthen the coping skills and self-esteem of health workers in order to increase their happiness. The place to be developed in the psychoeducation and group activities to be developed is important in terms of both individual and social benefit.

Keywords: Coping, Health Workers, Self-Esteem, Subjective Well Being

Sorumlu Yazar:

Barış YILBAŞ

Sanko Üniversitesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye,
barisyilbas@gmail.com

GİRİŞ

Sağlık çalışanları, hastalık sürecinin iyileştirilmesinde vazgeçilmez bir öneme sahiptir. Hizmetin kaliteli olabilmesi ve sonucun beklentileri karşılayabilmesi için sağlık çalışanlarının hizmet verdikleri alandaki yeterlikleri kadar bir birey olarak kendi öznel iyi oluşları da ön plana çıkmaktadır. Yapılan çalışmalarda öznel iyi oluşu yüksek bireylerin iş ortamında başarılarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Doğan ve Eryılmaz, 2012). Özellikle iş yükünün çok ağır olduğu (Puet ve ark., 2012), yoğun stres faktörlerine maruz kalındığı (Ribeiro ve ark., 2018), tükenmişliğin yaşandığı (Çağan ve Günay, 2015) sağlık sektöründe çalışanların iyi oluş düzeylerinin yükseltilmesi hem sağlık çalışanları hem de hastalar açısından önemli görülmektedir. Zira mutsuz bir şekilde hizmet sunmak hastalar ve sağlık çalışanlarının ilişkisine zarar verdiği söylenebilir.

Öznel iyi oluş, olumsuz duyguların az yaşanması ve olumlu duyguların sık yaşanmasının yanı sıra yaşamdan yüksek doyum alınması olarak tanımlanmaktadır (Diener, 1984). Literatürde öznel iyi oluşun belirleyicilerine dair birçok araştırma yapılmıştır. Yapılan bir çalışmada olumlu duyguların ifadesinin bastırılması, öznel iyi oluş ile olumsuz, algılanan stres ile olumlu olarak ilişkili saptanmıştır (Katana ve ark., 2019). Yine literatürde öznel iyi oluş ile benlik saygısı arasında olumlu yönde ilişkiler (Du ve ark., 2017) anksiyete ve depresyon ile negatif ilişkiler (Derdikman-Eiron ve ark., 2011) saptanmıştır. Ülkemizde de çok geniş anlamda incelenmekte olan öznel iyi oluş kavramı ile yapılan çalışmalarda, Şahin ve arkadaşları (2012) “anlamın varlığı” ve “anlam arayışı”nın öznel iyi oluşun anlamlı birer yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Doğan, Eryılmaz ve Ercan (2014) yaptıkları çalışmada, bireyin işe istek duyması ve kendisini işe adanmasının öznel iyi oluşu pozitif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Beyhan ve Boz (2020) yaptığı çalışmada öz-yeterlilik ve öznel iyi oluş arasında ilişki olduğunu saptamıştır. Genel örneklemin yanı sıra sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşları üzerine yapılan çalışmaları incelediğimizde, birinci basamak sağlık çalışanlarının algıladıkları stres düzeyleri arttıkça öznel iyi oluşlarının azaldığı (Atanes ve ark., 2015) sonucuna ulaşılmıştır. Sağlam (2020) yaptığı çalışmada öznel iyi oluş üzerinde pozitif etki eden faktörler arasında heyecan, olumlu iletişim, iş yeri huzuru, keyif, iyimserlik, motivasyon, doyum/vicdani rahatlama ve tatmin ön plana çıktığı sonucuna ulaşmıştır. Yapılan araştırmalar genel olarak incelendiğinde bireylerin baş etme mekanizmaları ve özsaygıları ne kadar yüksek düzeyde ise öznel iyi oluşları da o denli yüksek düzeyde olacağı öngörülebilir. Ayrıca öznel iyi oluşu yüksek bireylerin işlevsellikleri de yüksek olacaktır.

Öz saygı, kişinin kendine karşı olumlu ya da olumsuz tutumu olarak ifade edilir (Rosenberg, 1965). Öznel iyi oluş ve öz saygı arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalardan birisinde, Diener ve Diener (1995) öz saygının yaşam memnuniyetini yordadığı ve öz saygı ile öznel iyi oluş arasında pozitif ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ergenler ve üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda öz saygı düzeyinin artması ile birlikte öznel iyi oluşunda arttığı görülmüştür (Doğan ve Eryılmaz, 2013; Eryılmaz ve Atak, 2014). Lyubomirsky ve arkadaşları (2006), mutluluk ve öz saygı farklılıklarını ortaya koymak üzere yapmış oldukları çalışmada bu iki kavramın ilişkili olduğunu ancak birbiri ile aynı kavramlar olmadığını bulmuşlardır. Sağlık çalışanlarının özsaygıları üzerine yapılan çalışmalarda da; düşük öz saygısı olan sağlık çalışanlarının yüksek strese maruz kalma oranlarının üç kat daha fazla olduğu (Johnson ve ark.

2020), öz saygısının öznel iyi oluşu ile pozitif olarak ilişkili olduğu (Liu ve ark., 2017) sonuçlarına ulaşılmıştır. Öznel iyi oluş ve öz saygının ilişkisinin ortaya konması bireylerin mutluluklarını arttırmada yapılacak müdahaleler açısından yol gösterici olacaktır.

Öznel iyi oluş üzerinde etkili olduğu düşünülen bir başka kavram da kötümserliği aktive eden olaylarla baş etme stratejileridir. Genel olarak bakıldığında olumsuz bir sonuç beklentisi olan kötümserlik (Peterson ve Seligman, 1987), bireylerin olumsuz olayları açıklama tarzlarında bilişsel bir faktör olarak ifade edilmektedir (Scheier ve Bridges, 1995). Kötümserliği ortaya çıkaran durumlardan bir tanesi, bireylerin yaşamlarını tehdit eden fiziksel hastalık halidir (Eryılmaz, 2015; Eryılmaz ve Şiraz, 2020). Kötümserlikle ilgili olarak alan literatüründe yapılan çalışmalardan Sweeny ve arkadaşları (1986), kötümserlerin iyimserlere oranla daha fazla depresyon belirtileri sergiledikleri sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca kötümser bireylerde yaşam doyumunun (Chang ve Farrehi, 2001) ve özsaygının (Scheier ve Carver, 1993) daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerin, kötümserliğin bu etkilerinden kurtulabilmelerinde incelenmesi gereken önemli bir alanda başa çıkma stratejileridir. Başa çıkma en genel anlamıyla, rahatsız edici durumlara verilen bir tepkidir (Wechsler, 1995). Yapılan bir araştırmada stresli duruma karşı olumlu tutumun koruyucu faktör olduğunu, stresli durumdan kaçınma stratejilerinin ise risk faktörleri olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Babore ve ark., 2020). Van Dijk ve arkadaşları (2019), olumsuz yaşam olayları ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye bireylerin pasif başa çıkma tarzlarının aracılık ettiği sonucuna ulaşmışlardır. Miller Smedea, Catalano ve Ebener (2010) da yaptıkları çalışmada olumlu başa çıkmanın, ilk önce olumlu öz-saygıyı arttırarak öznel iyi oluşu olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşmışlardır.

Sonuç olarak öznel iyi oluşu etkileyebilecek birçok etken vardır. Bu araştırmanın temel amacı, sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarının yordayıcıları olarak öz saygının ve baş etme mekanizmalarının incelenmesi hedeflenmiştir. Sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarını etkileyen faktörlerin bilinmesi hem kurumsal hem de bireysel olarak olumlu sonuçlar ortaya koyabilir. Bireysel açıdan, edinilen bilimsel bilgiler doğrultusunda bireylerin öznel iyi oluşlarını etkileyen durumların belirlenmesi neticesinde, bu alanları güçlendirilecek müdahaleler için çerçeve oluşturabilir. Toplumsal açıdan baktığımızda ise sağlık çalışanlarının psikolojik açıdan kuvvetlenmiş olması, halk sağlığı açısından verilen hizmetin kapsamını ve kalitesini arttırabilir. Bu bağlamda çalışmada belirlenen araştırma soruları şu şekildedir:

1. Sağlık çalışanlarının öznel iyi oluş düzeyleri demografik değişkenler açısından farklılaşmakta mıdır?
2. Sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarını, öz saygı düzeyleri ve baş etme mekanizmaları yordamakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkeni, öznel iyi oluş; bağımsız değişkenleri, öz saygı, kötümserlikle baş etme mekanizmaları ve demografik veriler olarak belirlenmiştir.

Katılımcılar

Araştırmanın örnekleme belirlenirken yöntem olarak amaçsal örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırma evreni Gaziantep ilindeki sağlık personelleri

olarak belirlenmiştir. Bireylerin katılım sağlaması için araştırmaya katılmaya gönüllü olması ve sağlık personeli olması gerekmektedir. Araştırmanın amacı doğrultusunda ulaşılabilecek örneklem sayısını belirlemek için GPower 3.1.9.2. programı ile güç analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda %95 güçte ve orta düzey etki büyüklüğüne sahip bir çalışma için 172 kişiye ulaşmak gerekmektedir. Araştırma verilerinin istatistiksel olarak yeterli düzeyde olabilmesi ve olası veri kayıpları da göz önünde bulduğunda örneklem olarak 200 kişiye ulaşılması hedeflenmiştir. Araştırmaya katılan sağlık personelinin 135'i (%67.5) kadın, 65'i (%32.5) erkeklerden oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 21-60 arasında ($\bar{x}=34.14\pm 8.73$) değişmektedir. Meslek gruplarının dağılımlarına bakıldığında katılımcıların 52'si (%26) doktor, 78'i (%39) hemşire, 70'i (%35) diğer (psikolog, sosyal hizmet uzmanı, fizyoterapist, eczacı, biyomedikal, laborant, acil tıbbi teknisyen) sağlık personelinin oluşmaktadır. Medeni durumları incelendiğinde 127'si (%63.5) evli bireylerden, 73'ü (%36.5) bekâr bireylerden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcılara yaş, cinsiyet, meslek, medeni durum ve çalışma düzenleri bilgilerinin sorulduğu demografik veri formu kullanılmıştır.

İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği

Ölçek, Tafarodi ve Swann (2001) tarafından geliştirilmiş 16 maddeden oluşan 5'li likert tipi öz-bildirim bir ölçektir. Ölçeğin iki alt boyutu vardır. Doğan (2011) tarafından yapılan Türkçe uyarlamasında; "kendini sevme" alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .83 ve "özyeterlik" alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .74 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada "kendini sevme" ve "öz-yeterlik" alt boyutlarına ilişkin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı sırasıyla .87 ve .79 olarak bulunmuştur.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

YDÖ, Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilmiş tek faktörlü 5 maddeden oluşan, 5'li Likert tipi öz-bildirim bir ölçektir. Ölçeğin alt boyutu bulunmamaktadır. Ölçeğin güncel uyarlaması Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılmıştır. Güncel uyarlamada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .88, test- tekrar test güvenilirliği ise .97 olarak saptanmıştır. Bu çalışmada ise iç tutarlık katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PANAS)

Ölçek, Watson ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilmiş ve Gençöz (2000) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçekte 10'u olumsuz, 10'u olumlu olmak üzere 20 ifade bulunmaktadır. İfadeler 5'li Likert tipi bir cevaplama anahtarına sahiptir. Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin iç tutarlık katsayısı "olumlu duygu" alt boyutu için .83, "olumsuz duygu" alt boyutu için .86 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada ise, iç tutarlık katsayısı, olumlu duygu alt boyutu için .87 ve olumsuz duygu alt boyutu için .87 olarak bulunmuştur.

Kötümserliği Aktive Eden Olaylarla-Durumlarla Başa Çıkma Ölçeği

Ölçek, Eryılmaz ve Başal (2021) tarafından geliştirilmiştir. 28 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin sekiz alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin toplam puan hesaplanmasında iç

tutarlılık katsayısı .86, alt boyutlardan “kendini kontrol” .82, “maneviyata/dini inanca sığınma” .88, “problem çözme” .79, “iyimser düşünce” .73, “sosyal destek” .71, “inkar” .80, “öz değeri korumak” .75, “mesafe koyma” .60 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin toplam puanının iç tutarlılık katsayısı .88, alt boyutlardan “kendini kontrol” .58, “maneviyata/dini inanca sığınma” .47, “problem çözme” .63, “iyimser düşünce” .54, “sosyal destek” .68, “inkar” .40, “öz değeri korumak” .40, “mesafe koyma” .56 olarak bulunmuştur. İç tutarlılık katsayıları .40 ile .68 arasında bulunmuştur. Alan literatüründe iç tutarlılık katsayısı için güvenilirlik ölçüsü .60 ve üzeri olarak kabul edilmiştir (Hair ve ark. 2019). Bu sebeple araştırmamızda ölçeğin toplam puanı kullanılmıştır.

Öznel İyi Oluş

Alan literatürü incelendiğinde öznel iyi oluş değerlendirilirken Yaşam Doyumu Ölçeği ve Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği kullanılmaktadır. Bu ölçekler ayrı ayrı değerlendirilebilmekle birlikte pratik bir eşitlikte önerilmiştir (Sheldon ve Bettencourt, 2002; Sheldon ve Elliot, 1999).

Öznel İyi Oluş = (Yaşam Doyumu + Pozitif Duygu) – Negatif Duygu

Çalışmamızda yukarıdaki eşitlik kullanılarak öznel iyi oluş puanına ulaşılmıştır. Yapılan analizler bu puan üzerinden gerçekleştirilmiştir.

İşlem

Araştırma öncesinde Gaziantep Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 2021/76 karar numarası ile Mart 2021 tarihinde etik kurul onayı alınmıştır. Daha fazla sağlık personeline ulaşabilmek ve araştırma verilerinin toplandığı dönemde Covid-19 pandemisinden kaynaklı sosyal mesafe kuraları çerçevesinde araştırmayı sürdürebilmek adına veriler toplanırken Google Formlar Platformundan yararlanılmıştır. Öncelikle veri toplama araçları online ortama aktarılmış ve oluşturulan bağlantı linki hedef örneklemin olduğu sosyal medya platformları (Whatsapp grupları) aracılığı ile katılımcılara ulaştırılmıştır. Uygulama öncesinde katılımcılara ön bilgilendirme aktarılmış, verilerin sadece bilimsel amaçla kullanılacağı, kimlik bilgilerinin gizli tutulacağı aktarılmıştır. Daha sonra araştırmaya katılmaya gönüllü sağlık personellerinden aydınlatılmış onam formunu onayı alınarak veriler toplanmıştır. Veri toplama süreci 2021 Mayıs ayında tamamlanmıştır. Elde edilen veriler istatistiksel analiz programına aktararak, araştırma amaçları doğrultusunda analizler yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışmanın örneklemini oluşturan sağlık personelinin demografik verileri tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılarak değerlendirilmiştir. Verilerin normallik varsayımı kontrol edilmiş ve basıklık-çarpıklık katsayıları hesaplanmıştır. Yapılan incelemede ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin -.559 ile +.257 arasında olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 1 aralığında olması gerektiği bildirilmiştir (George ve Mallery, 2019).

Araştırmanın ilk sorusu test edilirken verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır. Gruplar arasında farklılık olup olmadığı ikili gruplarda t testi kullanılarak araştırılmıştır. Araştırmanın ikinci sorusu test edilirken bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordama düzeyleri regresyon analizi yapılarak incelenmiştir. Regresyon analizi yapılmadan önce

verilerin analizler için uygun olup olmadığı incelenerek, doğrusallık varsayımının belirlenmesinde Pearson Momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılmıştır (r değerleri .517 ile .436 arasında bulunmuştur). Bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olup olmadığı için matrisleri incelenmiş, varyans artış faktörleri (VIF değerleri<10) ve tolerans değerleri (TV>.2) incelenerek doğrusallık varsayımının sağlandığı ve çoklu bağlantı probleminin bulunmadığı anlaşılmıştır. Araştırma verileri incelenirken SPSS 23 analiz programından faydalanılmıştır. Anlamlılık $p<.05$ olarak ele alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde araştırma bulguları araştırma modeline uygun olarak nicel bulgulara yer verilmiştir. İlk olarak ölçeklerin betimsel incelemeleri ve değişkenler arasındaki ilişkiye dair korelasyon değerlerine yer verilmiştir. Daha sonra bağımlı değişkenin demografik veriler açısından incelenmesi yapılmış ve çoklu regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Betimsel İstatistikler ve Analiz incelemeleri

Yapılan incelemede katılımcılar; “Öznel iyi oluş” ölçeğinden 31.69 ± 14.61 puan, “Kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma” ölçeğinden 100.32 ± 14.81 , benlik saygısı ölçeği “Kendini sevme” alt bölümünden 30.16 ± 6.51 , “Öz yeterlik” alt bölümünden 27.94 ± 5.16 puan almışlardır.

Araştırmada yer alan bağımlı değişken ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyonu yöntemiyle incelenmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan öznel iyi oluş ile kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ($r=.517$) arasında $p<.01$ düzeyinde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Öznel iyi oluş ile öz saygı ölçeği alt bölümlerinden kendini sevme ($r=.555$) ve öz yeterlik ($r=.436$) arasında $p<.01$ düzeyinde anlamlı ilişki saptanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo 1.’de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri, Korelasyon İncelemeleri ve Basıklık/Çarpıklık Değerleri (N=200)

	X	SS	^a ÖİÖ r	Basıklık	Çarpıklık
ÖİÖ	31.69	± 14.61	-	-.126	-.352
KAOBÇ	100.32	± 14.81	.517**	.236	-.180
BS-Kendini Sevme	30.16	± 6.51	.555**	-.559	-.033
BS-Öz Yeterlik	27.94	± 5.16	.436**	.000	.257

BS-Benlik Saygısı; KAOBÇ-Kötümserliği Aktive Eden Olaylarla Başa Çıkma Ölçeği; ÖİÖ-Öznel İyi Oluş

^aPearson Korelasyon Analizi, ** $p<.01$

Demografik Veriler Açısından Öznel İyi Oluşun Farklılaşma Düzeyleri

Demografik değişkenler açısından öznel iyi oluş düzeyinin farklılaşıp farklılaşmadığı incelendi. Öznel iyi oluş ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır ($p>.05$).

Cinsiyet ve medeni durum açısından yapılan incelemelerde de öznel iyi oluşun cinsiyete ve medeni duruma bağlı olarak istatistiksel olarak farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>.05$). Yapılan analizlere ilişkin veriler Tablo 2.'de verilmiştir.

Tablo 2. Demografik Veriler Açısından Öznel İyi Oluşun İncelenmesi

		ÖİÖ		
		$\bar{X}\pm SS$	r	p
^a Yaş		34.14±8.73	.022	.755
		$\bar{X}\pm SS$	t	p
^b Cinsiyet	Kadın (n=135)	31.00±14.69	-.962	.337
	Erkek (n=65)	33.12±14.44		
^b Medeni Durum	Bekar (n=73)	30.46±15.40	.898	.370
	Evli (n=127)	32.39±14.15		

ÖİÖ-Öznel İyi Oluş

^aPearson Korelasyon Analizi, ^bt-test, * $p<.05$

Bağımlı Değişkenin Yordayıcılarına İlişkin Bulgular

Araştırmada, öznel iyi oluşu yordayan değişkenler regresyon analizi yöntemiyle incelenmiştir. Analizde bağımsız değişken olarak benlik saygısı ölçeğinin alt boyutları ve kötümserliği aktive eden olaylarla baş etme ölçeği toplam puanları çalışılmıştır.

Yapılan regresyon analizinde oluşan model, öznel iyi oluştaki değişimin %43'ünü açıklamaktadır. Modelde yer alan bağımsız değişkenlerin önem sırasına bakıldığında sırasıyla Kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ($\beta=.360$) artan düzeyde, Kendini sevme ($\beta=.336$) artan düzeyde bağımlı değişken üzerindeki etkili olduğu şeklindedir. Özyeterlik değişkeninin bağımlı değişken üzerinde etkisi bulunmamıştır. Regresyon analizine ait veriler Tablo 3.'te verilmiştir.

Tablo 3. Öznel İyi Oluşun Anlamlı Yordayıcılarına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SE	β	t	TV	VIF	R	R ²	F (df)
							.656	.431	49.399** (3,196)
(Sabit)	-37.219	6.282		-5.925**					
KAOBÇ	.363	.057	.360	6.351**	.864	1.157			
BS-Kendini Sevme	.753	.177	.336	4.261**	.469	2.133			
BS-Öz Yeterlik	.350	.213	.136	1.646	.516	1.940			

BS-Benlik Saygısı; KAOBÇ-Kötümserliği Aktive Eden Olaylarla Başa Çıkma Ölçeği

Bağımlı Değişken: Öznel İyi Oluş (ÖİÖ), ** $p<.01$

TARTIŞMA

Araştırma sonuçlarına göre sağlık çalışanlarının öznel iyi oluş düzeyleri ile demografik değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Öte yandan sağlık çalışanlarının öznel iyi oluş düzeyleri kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ve öz saygı ile olumlu yönde ilişkili bulunmuştur.

Araştırmadan elde edilen veriler sonucu sağlık çalışanlarının öznel iyi oluş düzeyleri ile yaş arasında ilişkiye rastlanmamıştır. Bir başka deyişle bireylerin mutluluk düzeyleri yaşa bağlı olarak değişmemektedir. Alan literatüründe Öznel iyi oluş ile ilgili yaş değişkeni arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan çalışmalar incelendiğinde farklı sonuçlara rastlanmıştır. Yapılan araştırmaların bazılarında çalışmamızla paralel olarak yaş ve mutluluk arasında ilişki saptanmayan araştırmalar (Acock ve Hurlbert, 1993; Alston ve ark., 1974; Fujita, 1991; Siedlecki ve ark., 2014) çoğunlukta olmakla birlikte aksini söyleyen ve yaş ile memnuniyet arasında ilişkilerin olduğu sonucuna ulaşan araştırmalara da rastlanmaktadır (Bortner ve Hultsch, 1970; Eryılmaz ve Ercan, 2011; Medley, 1980). Öznel iyi oluş ve yaş arasındaki ilişkinin olduğunu ifade eden çalışmalarda genel kanı olarak yaşam boyu mutluluğun yaşa bağlı olarak ters U şeklinde bir değişime uğradığı üzerinedir (López Ulloa ve ark., 2013). Hem erken dönem hem de yakın dönemde oluşan bu farklılıklar yapılan araştırmalarda yaş değişkeninin gruplar halinde ele alınması, diğer değişkenlerin kontrol edilmemesi ve araştırmaların boylamsal değil kesitsel ele alınması ile ilişkilendirilebilir. Araştırma bulgusu literatür tarafından da desteklenmekle birlikte sağlık personelinin sonuçlarının genel popülasyonun sonuçları ile uyumlu olduğu görülmektedir. Sağlık personelinin öznel iyi oluşlarının yaşa bağlı olarak değişmemesinin bir başka açıklaması da alan literatüründeki çalışmaların örneklemelerinde ergen popülasyonu da dahil edilirken çalışma örneklemimiz spesifik bir grup olduğundan ergen popülasyonunu kapsamamaktadır.

Demografik değişkenlerden cinsiyet ve medeni durum açısından öznel iyi oluş puanlarının farklılaşması ele alındığında istatistiksel açıdan farklılaşma bulunmamıştır. Genel olarak bakıldığında literatürde demografik değişkenlerle ilişkileri uzun yıllardır araştırılan öznel iyi oluşta cinsiyet, medeni durum gibi değişkenlerle farklılaşma ya bulunmamış ya da düşük düzeyde farklılaşma saptanmıştır (Diener ve ark., 2002). Araştırmamızda cinsiyetin öznel iyi oluşta farklılık yapmamasına sonucu ile literatürdeki bazı çalışmalarla paralellik gösterirken (Joshi, 2010; Katja ve ark., 2002; Şahin ve ark., 2012), bazı çalışma bulguları ile örtüşmemektedir (Ben-Zur, 2003; Biswas-Diener ve ark., 2004; Fujita ve ark., 1991). Elde edilen araştırma sonucu literatür ile desteklenmekle birlikte cinsiyetin öznel iyi oluş üzerinde baskın bir etkisi olmadığı söylenebilir. Ayrıca erkeklerin öznel iyi oluşlarının daha yüksek olması istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte literatür ile uyumludur.

Araştırmamızda medeni durum açısından öznel iyi oluş puanları farklılaşmamaktadır. Genel popülasyonda yapılan araştırmalarda evli bireyler bekar bireylerden daha fazla öznel iyi oluş bildirilmektedirler (Ndayambaje, 2020; Qu ve Wang, 2015; Vanassche ve ark., 2012). Elde edilen sonuç daha önce yapılan çalışmalarla çelişmektedir. Bu yeni bulgunun örneklem özelliklerinden kaynaklı olduğu söylenebilir. Bu ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesi için daha büyük örneklemelerde evli olan ve olmayan sağlık çalışanları ve başka sektörden benzer demografik özelliklere sahip bireylerle karşılaştırılmalı araştırmalar yapılabilir.

Araştırmamızın ikinci yoğunlaştığı soru öznel iyi oluşun yordayıcılarını belirlemeye odaklanılmıştır. Sonuç itibarıyla özel iyi oluş ile başa çıkma becerileri pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Yine bireylerin benlik saygıları da öznel iyi oluş ile pozitif ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen korelasyonlar regresyon analizi ile incelendiğinde

kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ölçeği ve benlik saygısı ölçeğinin alt boyutu olan kendini sevmenin yordayıcılık etkisi bulunmuştur.

Kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma mekanizmaları açısından da öznel iyi oluşu yordayıcı özelliğinin olması bireyin başa çıkma becerilerinin önemini göstermektedir. Literatürde de uyumlu başa çıkma becerilerinin öznel iyi oluşla pozitif ilişkili olduğu (Fischer, Scheunemann ve Moritz, 2021), umut düzeyi yüksek ve olumlu başa çıkma becerilerini kullanan bireylerin öznel iyi oluşlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Miller-Smedema ve ark., 2010). Ayrıca öznel iyi oluş ve benlik saygı arasındaki güçlü ilişki bulunması ve birbiri ile eşdeğer kavramlar olmaması açısından da literatürü desteklemektedir.

Alan literatürü gözden geçirildiğinde de benzer şekilde benlik saygısı ve mutluluğun güçlü ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Diener ve Diener, 1995). Du ve arkadaşları (2017) yapmış olduğu çalışmada da ilişkisel ve kişisel benlik saygısının mutluluğu yordadığı, kolektif benlik saygısının ise mutluluk ile ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç itibarıyla mutlu olan bireylerin öz saygıları yüksektir.

İnsanlar tarih boyunca mutlu olmanın yollarını aramışlar, bununla ilgili teoriler öne sürmüşlerdir. Bunun varoluşsal birçok temeli öne sürülebileceği gibi felsefi açıdan da mutlu bireylerin daha işlevsel olabileceği ve yaşamdan daha fazla doyum alacağı söylenebilir. Toplumsal açıdan vazgeçilmez öneme sahip olan sağlık çalışanlarının mutlulukları sadece kendilerini değil bütün toplumu ve verilen hizmetin kalitesini etkileyecektir. Sonuç itibarıyla sağlık çalışanlarının mutluluğunu arttırmak için geliştirilecek destekleme programlarında bireylerin olumlu bakış açıları ve öz saygılarını arttıracak uygulamalara yer verilmesi öznel iyi oluşlarını arttıracaktır.

Sınırlılıklar: Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Gelecekte farklı değişkenlerle araştırmalar yürütebilir. Bu araştırmanın çalışma grubunu olan sağlık personellerinin dışında diğer meslek grupları ile karşılaştırmalı olarak incelenmesi daha fazla bilgi sağlayacaktır. İleride yapılacak olan çalışmalar farklı gruplarla ve daha büyük örneklemelerle gerçekleştirilebilir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Yazarlar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

KAYNAKLAR

- Acock, A. C. ve Hurlbert, J. S. (1993). Social networks, marital status, and well-being. *Social Networks*, 15(3), 309-334.
- AlAteeq, M., Al-Turki, N. ve Afifi, A. (2016). Violence against health workers in Family Medicine Centers. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 9, 257-266.
- Alston, J. P., Lowe, G. D. ve Wrigley, A. (1974). Socio-economic correlates for four dimensions of self-perceived satisfaction 1972. *Human Organization*, 33(1), 99-102.

- Atanes, A., Andreoni, S., Hirayama, M. S., Montero-Marin, J., Barros, V., Ronzani, T. M. ve Demarzo, M. M. (2015). Mindfulness, perceived stress, and subjective well-being: A correlational study in primary care health professionals. *BMC Complement Alternative Medicine*, 15(1), 1-7.
- Babore, A., Lombardi, L., Viceconti, M. L., Pignataro, S., Marino, V., Crudele, M. ve Trumello, C. (2020). Psychological effects of the COVID-2019 pandemic: Perceived stress and coping strategies among healthcare professionals. *Psychiatry Research*, 293, 1-6.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(2), 67-79.
- Beyhan, Y. ve Boz, A. (2020). Öz-yeterliliğin arkasındaki itici güç: Öznel iyi oluş. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(3), 122-144.
- Biswas-Diener, R., Diener, E. ve Tamir, M. (2004). The psychology of subjective well-being. *Daedalus*, 133(2), 18-26.
- Bortner, R. W. ve Hultsch, D. F. (1970). A multivariate analysis of correlates of life satisfaction in adulthood, *Journal of Gerontology*, 25(1), 41-47.
- Cagan, O. ve Gunay, O. (2015). The job satisfaction and burnout levels of primary care health workers in the province of Malatya in Turkey. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 31(3), 543-547.
- Chang, E. C. ve Farrehi, A. S. (2001). Optimism/pessimism and information-processing styles: Can their influences be distinguished in predicting psychological adjustment. *Personality and Individual Differences*, 31(4), 555-562.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam Doyum Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262.
- Derdikman-Eiron, R. U. T. H., Indredavik, M. S., Bratberg, G. H., Taraldsen, G., Bakken, I. J. ve Colton, M. (2011). Gender differences in subjective well-being, self-esteem and psychosocial functioning in adolescents with symptoms of anxiety and depression: Findings from the Nord-Trøndelag health study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(3), 261-267.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95,542 -575.
- Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Lucas, R. E. ve Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 63-74). Oxford University Press.
- Dogan, T. (2011). Two-Dimensional Self-Esteem: Adaptation of the Self-Liking/Self-Competence Scale into Turkish: A validity and reliability study. *Eğitim ve Bilim*, 36(162), 126-137.
- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2012). Akademisyenlerde işle ilgili temel ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş. *Ege Academic Review*, 12(3), 383-389.





















- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2013). Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107-117.
- Doğan, T., Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2014). İşe bağlılığın öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü: Akademisyenler üzerine bir çalışma. *Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 48-57.
- Du, H., King, R. B. ve Chi, P. (2017). Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem. *PLoS ONE*, 12(8), 1-17.
- Eryılmaz, A. (2015). Sistem yaklaşımı açısından kötümserlik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 391-400.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun, öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(37), 170-181.
- Eryılmaz, A. ve Basal, A. (2021). Student and teacher perspectives: Developing the scale of coping strategies for pessimism and subjective well-being model based on coping strategies for COVID-19 and goal striving. *International Online Journal of Education and Teaching*, 8(1), 546-563.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(36), 139-154.
- Eryılmaz, A. ve Şiraz, M. F. (2020). Covid-19 bağlamında kötümserliği ortaya çıkaran olaylarla durumlarla başa çıkma ve ergen öznel iyi oluşu ile ilişkisinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 292-303.
- Fischer, R., Scheunemann, J. ve Moritz, S. (2021). Coping strategies and subjective well-being: Context matters. *Journal of Happiness Studies*, 22(8), 3413-3434.
- Fujita, F. (1991). *An investigation of the relation between extroversion, neuroticism, positive affect, and negative affect* [Master's thesis]. University of Illinois.
- Fujita, F., Diener, E. ve Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(3), 427-434.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26.
- George, D. ve Mallery, M. (2019). *IBM SPSS statistic 25 step by step: A simple guide and reference* (15th Ed.). Routledge.
- Hair J. F., Black W. C., Babin B. J. ve Anderson R. E. (2019). *Multivariate data analysis. Preparing for multivariate analysis* (8th Ed.). Cengage.
- James, W. (1963). *The varieties of religious experience*. University Boks.
- Johnson, A. R., Jayappa, R., James, M., Kulnu, A., Kovayil, R. ve Joseph, B. (2020). Do low self-esteem and high stress lead to burnout among health-care workers? evidence from a tertiary hospital in Bangalore, India. *Safety and Health at Work*, 11(3), 347-352.
- Joshi, U. (2010). Subjective well-being by gender. *Journal of Economics and Behavioral Studies*, 1(1), 20-26.

- Katana, M., Röcke, C., Spain, S. M. ve Allemand, M. (2019). Emotion regulation, subjective well-being, and perceived stress in daily life of geriatric nurses. *Frontiers in Psychology, 10*(15), 1-11.
- Katja, R., Päivi, Å. K., Marja-Terttu, T. ve Pekka, L. (2002). Relationships among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction. *Journal of School Health, 72*(6), 243-249.
- Liu, H., Zhang, X., Chang, R. ve Wang, W. (2017). A research regarding the relationship among intensive care nurses' self-esteem, job satisfaction and subjective well-being. *International Journal of Nursing Sciences, 4*(3), 291-295.
- López Ulloa, B. F., Møller, V. ve Sousa-Poza, A. (2013). How does subjective well-being evolve with age? A literature review. *Journal of Population Ageing, 6*(3), 227-246.
- Lyubomirsky, S., Tkach, C. ve Dimatteo, M. R. (2006). What are the differences between happiness and self-esteem? *Social Indicators Research, 78*(3), 363-404.
- Medley, M. L. (1980) Life satisfaction across four stages of adult life. *The International Journal of Aging and Human Development, 11*(3), 193-209.
- Miller Smedema, S., Catalano, D. ve Ebener, D. J. (2010). The relationship of coping, self-worth, and subjective well-being: A structural equation model. *Rehabilitation Counseling Bulletin, 53*(3), 131-142.
- Ndayambaje, E., Pierewan, A. C., Nizeyumukiza, E., Nkundimana, B. ve Ayriza, Y. (2020). Marital status and subjective well-being: Does education level take into account. *Cakrawala Pendidikan, 39*(1), 120-132.
- Peterson, C. ve Seligman, M. E. P. (1987). Explanatory style and illness. *Journal of Personality, 55*(2), 237-265.
- Puett, C., Coates, J., Alderman, H., Sadruddin, S. ve Sadler, K. (2012). Does greater workload lead to reduced quality of preventive and curative care among community health workers in bangladesh? *Food and Nutrition Bulletin, 33*(4), 273-287.
- Qu, H. Y. ve Wang, C. M. (2015). Study on the relationships between nurses' job burnout and subjective well-being. *Chinese Nursing Research, 2*(2-3), 61-66.
- Ribeiro, R. P., Marziale, M. H. P., Martins, J. T., Galdino, M. J. Q. ve Ribeiro, P. H. V. (2018). Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. *Revista Gaúcha de Enfermagem, 39*, 1-6.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Sağlam, M. (2020). Sağlık evi ebelerinin öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Global Media Journal Turkish Edition, 10*(20), 436-452.
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S., Kaya, S. ve Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 20*(3), 827-836.
- Scheier, M. F. ve Bridges, M. W. (1995). Person variables and health: Personality predispositions and acute psychological states as shared determinants for disease. *Psychosomatic medicine, 57*(3), 255-268.

- Scheier, M. F. ve Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in Psychological Science*, 2(1), 26-30.
- Sheldon, K. M. ve Bettencourt, B. A. (2002). Psychological need-satisfaction and subjective well-being within social groups. *British Journal of Social Psychology*, 41(1), 25-38.
- Sheldon, K. M. ve Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 482-497.
- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S. ve Jeswani, S. (2014). The relationship between social support and subjective well-being across age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561-576.
- Sweeney, P. D., Anderson, K. ve Bailey, S. (1986). Attributional style in depression: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 974-991.
- Tafarodi, R. W. ve Swann Jr, W. B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, 31(5), 653-673.
- Van Dijk, F. A., Schirmbeck, F., Boyette, L. L. ve de Haan, L. (2019). Coping styles mediate the association between negative life events and subjective well-being in patients with non-affective psychotic disorders and their siblings. *Psychiatry Research*, 272, 296-303.
- Vanassche, S., Swicegood, G. ve Matthijs, K. (2013). Marriage and children as a key to happiness? Cross-national differences in the effects of marital status and children on well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(2), 501-524.
- Watson, D., Clark, L. A. ve Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Wechsler, B. (1995). Coping and coping strategies: A behavioural view. *Applied Animal Behaviour Science*, 43(2), 123-134.



Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

K. Nevzat TARHAN¹ , Aylin TUTGUN ÜNAL² , Nursen DOĞAN³ , Ayşe Sena KURT³ , Patrizia MURADI³ , İlayda TÜTER³ , Çisem UZUN³ , Ayfer HATIPOĞLU³ , Selvinaz ÇINAR PARLAK⁴ , Aylin AYDIN⁵ , Neylan ZÜMRÜT⁶ , Didem TEKİN⁷ , Dilara MURAT BÜYÜK⁷ , Bedia Ferhan KIRIŞ⁸ , Muratcan KESKİNER³ , Ayşe Cansu BAŞEĞMEZ⁹ , Meryem AYLUÇTARHAN¹⁰ , Mahmut ÇAKAN¹¹ , Hamza KARADEMİR¹² , Yunus AYYILDIZ⁷ 

Makalenin

Geliş Tarihi:
24.05.2022

Kabul Tarihi:
19.08.2022

Yayın Tarihi:
29.12.2022

ÖZ

Bu araştırma Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması kapsamında ölçek geliştirmeyi ve psikometrik özelliklerini incelemeyi amaçlamıştır. Örneklem Türkiye genelindeki 925 kişiden oluşturulmuştur. Yapılan analizler ölçeğin üç faktörden oluştuğunu ortaya koymuştur. Birinci faktör; “İşlevsellikte Bozulma”, ikinci faktör; “Aşırı Kullanım”, üçüncü faktör ise, “İletişim Kuramama” olarak adlandırılmış, ölçek varyansın %69.5’ini açıklamıştır.

¹Prof. Dr., Üsküdar Üniversitesi, Kurucu ve Yönetim Üst Kurulu Başkanı-Kurucu Rektör/Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı/İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

²Doç. Dr., Üsküdar Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Gazetecilik Bölümü/ÜSÇÖZÜM Müdürü/Ölçek Geliştirme Koordinatörü, İstanbul, Türkiye

³Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

⁴Uzman Psikolog, Np Feneryolu Tıp Merkezi/Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

⁵Öğr. Gör., İstanbul Gelişim Üniversitesi, Yabancı Diller Yüksekokulu/Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

⁶Öğr. Gör., Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü/Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

⁷Klinik Psikolog, Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

⁸Klinik Psikolog, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

⁹Prof. Dr., İstanbul Kent Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, İstanbul, Türkiye

¹⁰Uzman Psikolog, Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

¹¹Öğr. Gör., Bingöl Üniversitesi, Proje Koordinasyon Birimi, Bingöl, Türkiye/Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

¹²Arş. Gör., Cumhuriyet Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Sivas, Türkiye/Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

Atıf/Citation:

Tarhan, K. N., Tutgun-Ünal, A., Doğan, N., Kurt, A. S., Muradi, P., ... Ayyıldız, Y. (2022). Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 112-135.

Ayrıca yapılan doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen üç faktörlü ölçek yapısı modellenmiş ve doğrulanmıştır. Elde edilen uyum iyiliği değerleri kabul edilebilir aralıkta bulunarak 25 maddeli 3 faktörlü ölçek elde edilmiştir (Ki-kare/serbestlik değeri=2.53; RMSEA=.07; NFI=.89; NNFI=.92; CFI=.96; GFI=.94; AGFI=.84). Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .96 bulunmuştur. Test-Tekrar Test güvenilirliği de yapılan ölçeğin 3 hafta arayla uygulandığında sonuçların ilişkili olduğu görülmüştür ($r=.72$). Böylece, 5’li likert tipinde “Hiçbir Zaman”, “Nadiren”, “Bazen”, “Sık Sık”, “Her Zaman” olarak derecelendirilen Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin kişinin telefonsuz kalma korkusu olarak ifade edilen Nomofobi seviyesini psikometrik olarak ölçen geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Nomofobi, Telefon Kaygısı, Telefon Bağımlılığı, Ölçek Geliştirme, Üsküdar

Development of Uskudar Nomophobia Scale and Investigation of Psychometric Properties

ABSTRACT

This research aims to develop a nomophobia scale and measure the psychometric properties of the Uskudar Nomophobia Scale within the scope of validity and reliability analysis. 925 individuals across Turkey participated in the study. Analysis revealed that the scale consists of three factors the first of which is; “Dysfunction in Functionality”, while the second factor is “Overuse” and the third factor is “Inability to Communicate” with 69.55% scale variance. In addition, the three-factor scale structure obtained by the validating factor analysis was modelled and verified. The obtained goodness of fit values were found acceptable and a 25-point 3-factor scale was obtained (Ki-square/freedom value=2.53; RMSEA=.07; NFI=.89; NNFI=.92; CFI=.96; GFI=.94; AGFI=.84). The internal consistency coefficient of the scale was .96. Test-Retest reliability was also found to be related to results when the scale was applied 3 weeks apart ($r=.72$). Thus, it was concluded that the Uskudar Nomophobia Scale, which is rated as “Never”, “Rarely”, “Sometimes”, “Frequently”, “Always” in the 5-point Likert type, is a valid and reliable scale that measures the level of Nomophobia expressed as a person’s fear of being without a phone psychometrically.

Keywords: Nomophobia, Phone Anxiety, Phone Addiction, Scale Development, Uskudar

Sorumlu Yazar:

Aylin TUTGUN ÜNAL

Üsküdar Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Gazetecilik Bölümü/ÜSÇÖZÜM Müdürü/Ölçek Geliştirme Koordinatörü, İstanbul, Türkiye, aylin.tutgununal@uskudar.edu.tr

GİRİŞ

İnsanların davranışları birtakım psikolojik sorunlar üretmektedir. Bu davranışlar dijital çağda sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı gibi isimlerle incelenirken şimdilerde dijital hastalıklar olarak Siberkondri, FOMO (Fear of Missing Out), Nomofobi, Netlessfobi, Ego Sörfü gibi yeni çağ hastalıkları alanyazında yerini almıştır (Ekinci, 2020; Özdemir ve Bektaş, 2020; Tarhan ve ark., 2021; Tarhan ve ark., 2021; Yıldırım ve Correia, 2015; Yıldırım ve ark., 2016). Yeni dijital hastalıkların ortaya çıkışıyla birlikte çeşitli gruplarda incelemelerin yapılabilmesi için ölçek ihtiyacı da doğmaktadır. Bu çalışmada, alanyazındaki ölçeklerin sınırlı sayıda olmasından dolayı, Nomofobi'nin ölçülmesine yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçeğin geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Günlük yaşamın vazgeçilmez parçalarından akıllı telefonların gerek boyutları gerekse kullanım kolaylıkları nedeniyle taşınabilir bilgisayarlara kıyasla daha çok tercih edildikleri bilinmektedir. Kullanım alanları son derece geniş olup sosyal medyaya erişim, elektronik ortamda iletişim, internette gezinmek ya da oyun oynamak gibi pek çok aktivitenin gerçekleştirilmesine kolaylıkla aracılık etmektedirler (Chen ve ark., 2016; Walsh ve ark., 2010). Söz konusu cihazlar düşük maliyet ve yüksek tatmin düzeyi ile çok çeşitli ve dikkat çekici uyarılar sunmaktadırlar (Marciano ve ark., 2022).

Dijital yerliler ya da Z kuşağı ismi ile anılan (Cirilli ve Nicolini, 2019) kuşak başta olmak üzere hemen her yaş grubunun yoğun olarak kullandığı ve son on yılda global nüfusun neredeyse yarısının, hatta gelişmiş ülkelerde nüfusun %80'inin sahip olduğu (Olson ve ark., 2022) belirtilen akıllı telefonlar özellikle bu kuşak için farklı dünyaların kapılarını aralamalarını sağlayan bir anahtara benzetilebilir. Bilgiye kolayca ve anında ulaşım olanağı sağlayan bu cihazların çok yönlü olmaları nedeniyle bu popüleriteye sahip oldukları belirtilmektedir (Aranda ve ark., 2022).

Akıllı telefonlarla yapılabilecek sadece birkaç şeyden söz etmek dahi bu yaygınlığın nedeni konusunda kolayca fikir verebilir. Öncelikle kapsama alanı içinde bulunan her yerden kolayca internete bağlanma özellikleri ve bu sayede mesajlaşma, elektronik postaları kontrol etme, film izleme, müzik dinleme, sosyal medya ağlarına bağlanıp takip etme, hatta sosyalleşme, arama motorları ile pek çok bilgiye ulaşma gibi olanakları basitçe temin etmeleri nedeniyle ön plana çıktıklarından söz edilebilir. Bunlarla birlikte; her türlü bilgi ve haber sitesini okuma, çevrimiçi oyun oynama, bankacılık işlemlerine kolaylık sağlama, uzun zaman dolaşmadan alışveriş yapma, yemek sipariş etme ya da fotoğraf çekme gibi gündelik hayatın rutinlerinin tek bir alet ile gerçekleştirilebiliyor olması ilk akla gelen özellikleri arasındadır (Hoşgör ve ark., 2017).

The World FactBook'un en son 2017 yılında güncellemiş olduğu raporlarda; Türkiye'de toplam 77.8 milyon adet taşınır telefon olduğu, nüfusun %96'sı kadar büyük bir bölümünün bu tür telefonların aboneliği olduğu görülmektedir. Bahsedilen veriler doğrultusunda, Türkiye'nin dünya genelinde 21. sırada yer aldığı da bilgiler arasındadır (Hoşgör ve ark., 2017).

Telefon, cep telefonu, mobil telefon ve sonrasında da akıllı telefon olarak isimlendirilen bu cihazların olumlu özellikleri yanında şüphesiz olumsuz yanları da bulunmaktadır. Bilindiği gibi, karmaşık ve dinamik sistemlerde ortaya konulan her yeni çözüm kimi zaman yeni birtakım sorunları da beraberinde getirebilmektedir. Gündelik hayatta sayısız kolaylıklar sunarak yaşamı

daha eğlenceli hâle getiren akıllı telefonlar da bu kuralı bozmamış, ilk zamanlarda hiç akla gelmeyen birtakım problemleri de kullanım yaygınlığı arttıkça ortaya çıkmaya başlamıştır. Bu sorunlar; fiziksel, psikolojik ve sosyal boyutlarının yanında, teknolojiye ilgili ve eğilimli gençlerde akademik başarısızlığa sebep olabilmektedir (Erdem ve ark., 2016).

İnternetin olduğu her yerde tek bir dokunuşla ve istenildiği zaman kullanabiliyor olmaları sayesinde bu teknolojik aletler genç kuşağın adeta markası ve zamanının çoğunu harcadığı bir cihaz haline gelmiş bulunmaktadır (Singh ve Samah, 2018). Ancak bu durum kaçınılmaz olarak onların eğitim hayatları yanında sosyal ve psikolojik durumlarını da etkileyebilmektedir. Telefon kullanımı aşırı olan öğrencilerin olmayanlara oranla ders notlarının daha kötü olduğu, depresyon ve anksiyete düzeylerinin de daha yüksek olduğu (Hwang ve ark., 2012), gençlerin zamanlarının çoğunu mesajlaşmak, konuşmak, sosyal ağlarda dolaşmak için harcadıkları (Hanson ve ark., 2010) hatta neredeyse telefonu kendilerinin bir uzantısı olarak gördükleri (Park ve Kaye, 2019; Harkin ve Kuss, 2021) ifade edilmektedir. Licklider (1960) insan-bilgisayar ortak yaşamı teorisinde, gelecekte insan ve bilgisayarların çok yakın bir ilişki içinde birbirlerinin eksik taraflarını tamamlayacaklarını öngörmektedir.

ABD’de yapılan bir araştırma telefonlarından bir şekilde yoksun kalan öğrencilerin stres ve kaygı düzeylerinde artış olduğu sonucuna ulaşmıştır (Cheever ve ark., 2014). Kompulsif kullanımların bağımlılığa (Farhat ve ark., 2022), depresif semptomlara (Keyes ve ark., 2019) neden olması da üzerinde durulması gereken diğer bir durumdur.

Günümüzde yapılan araştırmalar altı aylık bebeklerin dijital cihazlarla etkileşime girdiklerini ve okul öncesi yaşlarda da bir şekilde dijital oyun oynamaya başladıklarını göstermektedir (Danby ve ark., 2018). Bu çağda bulunan çocukların otobüslerde, restoranlarda ve spor etkinliklerinde ebeveynlerinin telefonları ya da kendi tabletleriyle oynadıkları da (Aydoğdu, 2021) hemen herkesin günlük yaşam içinde tanık olduğu görüntülerdendir. Gelinek noktada akıllı telefonların sadece belli yaştaki bireylerin değil çocukların da hayatına bir şekilde sızmış olduğunu söylemek pek de yanlış olmayacaktır.

Akıllı telefonların aşırı kullanımı, göz bozukluğu, eklem problemleri, kamburluk gibi fiziksel rahatsızlıklar yanında bağımlılık, stres, huzursuzluk, etrafa yabancılaşma, hafıza zayıflaması (Turan ve İşçitürk, 2018) ve kompulsif bozukluklara da neden olabilmektedir (Çiçek, 2020). Genel olarak bakıldığında esas sorunun telefonlar olmayıp bunlara harcanan zaman olduğu söylenebilir. Üstelik bu cihazların aşırı kullanımı sonucu gelişen patolojiler hem kullanan bireyi ve hem de onun yakınında olanları kaçınılmaz olarak etkileyecektir (Gonçaves ve ark., 2020).

Diğer yandan belirtilmesi gerekli önemli bir nokta da bu minik aletlerin internet ile olan bağları ve dolayısıyla kullanılan sosyal ağlar sayesinde bireylerin yalnızlık endişesini azaltmasıdır (Minaz ve Bozkurt, 2017; Townsend, 2000). Kişilerin hareket halindeyken dahi bağlantıda kalmasına (Wei ve Lo, 2006) yardımcı olması da nereye gidilirse gidilsin bir nevi güvenlik hissi uyandırdığını düşündürmektedir. Bu bağlamda akıllı telefonlar hayatı pek çok yönden kolaylaştıran cihazlar olmakla birlikte kullanım yoğunluğuna bağlı olarak birtakım sorunları da beraberinde getirmeleri kaçınılmazdır.

Nitekim son dönemde dikkat eksikliğinden, göz problemlerine, psikolojik rahatsızlıklardan fizyolojik ve ortopedik şikâyetlere kadar pek çok sağlık sorununun, hatta eğitimde ya da insan

ilişkilerinde karşılaşılan bazı sorun ve çatışmaların sebebinin akıllı telefonların kullanım yoğunluğu olduğu iddia edilmektedir (Noyan ve ark., 2015).

Diğer yandan, yeni medya çağında dijital çağın hastalıkları olarak ele alınan pek çok yeni kavram da ortaya çıkmış, araştırmalar şimdilerde internetin de işin içine katıldığı bu kavramlar ekseninde yapılmaktadır. Blog İfşacılığı, Cheesepodding, CrackBerry, Dijital Obezite, Ego Sörfü, Enfornografi, Facebook Depresyonu, Fare-Klavve Hastalığı, FOBO, FOMO, Google Takibi, Hikikomori Fenomeni, İnternet Siniri, JOMO, Myspace Taklitçiliği, Netlessfobi, Nintendinitis, Nomofobi, Photolurking, RSI, Selfitis, Siberkondri, Stalklama, Wikipedializm, Youtube Narsizmi gibi dijital hastalıklar sayılabilir (Tarhan ve ark., 2021).

Nomofobi

Nomofobi, İngilizce NO Mobile PHOBIA kelimelerinden türetilmiştir. Klinik psikolojide bu kavram, bireyin akıllı telefonuna erişim sağlayamadığında ya da bu cihaz aracılığıyla iletişim kurma olanağı olmadığında yaşadığı istemsiz korku olarak tanımlanmaktadır (Yıldırım ve Correia, 2015). 21. yüzyılın bir rahatsızlığı olarak nitelenen bu durum, kişinin telefonundan uzak kalması, ulaşamadığı bir durumundayken hissettiği rahatsızlık veya endişe hali olarak ifade edilmektedir (Özgür Güler ve Veysikarani, 2019). Kavram yeni olmakla beraber mobil teknolojilerin yüksek düzeyde, aşırıya kaçan problemli kullanımına referans veren (Gezgin ve ark., 2017), telefona olan bağımlılığın neden olduğu rahatsızlık, anksiyete ve sinirlilik hali olarak da kullanılmaktadır (Ercan ve Tekin, 2019; King ve ark., 2010).

Nomofobi kavramının tanımları incelendiğinde, telefon bağımlılığı konusundan uzak olmadığı anlaşılabilir bir şekilde, telefonda ayrı kalma anksiyetesi şeklinde isimlendirildiği de görülmektedir (Lu ve ark., 2022).

Alanyazında psikolojik bir rahatsızlık olduğu belirtilen Nomofobi (Sui ve Sui, 2021) sözcüğü 2008 yılında, İngiltere Posta İdaresi tarafından yaptırılan bir araştırma sonucunda tanımlanmıştır. Çalışmada kişilerin aşırı telefon kullanımı nedeniyle anksiyete problemi geliştirip geliştirmedikleri incelenmiş olup pek çok veriye ulaşılmıştır. Katılımcıların %53'ünün cihazlarını kaybetme, pilin tükenmesi, kapsama alanı dışında olma, yükledikleri kredinin bitmesi gibi nedenlerle endişe duydukları, erkeklerin %58 ve kadınların %47'lik bir kısmının taşınır telefon anksiyetesinden muzdarip oldukları ortaya çıkmıştır (Bhattacharya ve ark., 2019).

2012 yılında İngiltere'de yapılan diğer bir çalışma, örneklem grubunun %66'lık bir kısmının nomofobi sorunundan muzdarip oldukları sonucunu vermiştir. Katılımcıların çoğunluğu akıllı telefonlarını uyudukları zaman da dahil olmak üzere yanlarında tuttıklarını belirtmişlerdir. Bu çalışmanın önemli bir diğer sonucu da kadınlardaki nomofobi oranının erkeklere göre daha hızlı bir biçimde arttığını ortaya çıkarmasıdır. Araştırma sonuçları, 18-24 yaş arası katılımcıların %77'lik bir oran ile en riskli grup olduğunu, 25-34 yaşlarındaki katılımcıların %68'lik bir oran ile bir önceki grubu takip ettiğini, 55 yaş üzerinin ise onların ardından geldiğini göstermektedir (Erdem ve ark., 2016; SecurEnvoy, 2012; Yıldırım ve Correia, 2015).

Teknolojinin gelişimi ile akıllı telefonlar günlük hayatın önemli bir parçası haline gelmekle kalmamış bundan uzak olmak, bireyde kaygı bozuklukları kategorisinde yer alan özgül bir fobi niteliği kazanmaya başlamıştır. Günümüzde özgül fobi kapsamında da incelenerek hakkında

veri toplanmaya devam edilen nomofobinin gelişen dünyanın güncel bir problemi olduğu ortaya çıkmaktadır (Dixit ve ark., 2010). Telefonların pek çok olumlu yanları olsa da aşırıya kaçan kullanımlarının rahatsız edici, zarar verme potansiyeline sahip olduğu ve benzer semptomlar içermesi nedeniyle davranışsal bağımlılıklar kapsamında da incelendiği görülmektedir (Billieux ve ark., 2015).

Yeni bir kavram olan Nomofobi, Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından hazırlanan ve psikiyatrik problemleri sınıflandırmak amacı ile kullanılan DSM-5'te ya da Dünya Sağlık Örgütü tarafından hastalıkların tanımlanmasında kullanılan ICD-11'de henüz yer almamaktadır. Diğer yandan tanı kriterleri, etkilediği yaş grubu ve yaygınlığı çalışılmaya devam etmekte olup ayırıcı tanı ölçütleri de tartışılmaktadır (Bragazzi ve Del Puente 2014). Gerek fiziksel gerekse psikolojik sağlığa olumsuz etkileri, genç yetişkin grubun akademik başarısı üzerinde olumsuz etkileri üzerinde de durulmaktadır (Bekaroğlu ve Yılmaz, 2020). Ayırıcı özelliklerinin ya da diğer bir deyimle gözlenen semptomlarının anksiyete, nefes alışverişinde değişimler, titreme, terleme, ajitasyon, taşikardi ve oryantasyon bozukluğu olduğu görülmektedir (Bhattacharya ve ark., 2019).

İçinde bulunulan teknolojik çağın önemli rahatsızlıklarından birisi olarak görülen Nomofobi, sadece öğrencileri değil aşırı kullanım alışkanlığı olan herkesin günlük yaşam ve iş hayatında yaptıkları eylemlere yoğunlaşmalarını olumsuz yönde etkilemektedir. Nomofobiden dolayı gerçekleşen uyku problemleri, yorgunluk, stres, dikkat dağınıklığı, somatik ve ruhsal hastalıklara yol açtığı, çalışanlarda iş kazalarına sebep olduğu performanslarını ve iş verimliliğini etkilediği de özellikle vurgulanan diğer konulardandır (Aşık, 2018; Tamura ve ark., 2017; Tarhan ve ark., 2021).

Teknoloji nedeniyle oluşan, 21. yüzyıla özel bir bozukluk olan ve yüzyılın fobisi olarak da tanımlanan Nomofobi telefona bağımlı olan bireylerin psikolojik ve fizyolojik problemler yaşamalarına neden olabilmektedir (Bragazzi ve Del Puente, 2014; Yıldırım ve Correia, 2015; Kartal, 2019). Yüz yüze iletişim kaçınılmaz şekilde azalırken bireysellik artmakta, uzun süre ekrana bakma nedeniyle yaşanan baş ağrıları, kas ve uyku sorunları yanında uygulamaların bağımlılık yaratması gibi problemleri de ortaya çıkartmaktadır (Darvishi ve ark., 2019; Öztürk, 2015; Şar ve Işıklar, 2012).

Bu probleme sahip kişilerde akıllı telefonlarından ayrıldıklarında kalp atış hızı, kan basıncı ve kaygı düzeylerinde artış olduğu araştırma verileri arasındadır (Clayton ve ark., 2015). Telefon yokluğunda bu rahatsızlığa sahip kişilerde panik duygularının ortaya çıkabileceği, depresyon, stres, kaygı ve problemler akıllı telefon kullanımı arasında tutarlı biçimde ilişki olduğu görülmektedir (King ve ark., 2013; Elhai ve ark., 2017). Kaçırma korkusu ve dokunsal ihtiyaçların da bu bağlamda aracı rol üstlendikleri altı çizilen diğer veriler arasındadır (Elhai ve ark., 2016).

Yapılan incelemeler sonucu, Nomofobi geliştirdiği düşünülen bireylerde ortaya çıkabileceği belirtilen pek çok özellik bulunmaktadır. Örneğin; Birden fazla telefon bulundurmamak, bu telefonları düzenli kullanmak, telefon yakınlarında olmadığında gerginlik veya endişe hissetmek (Şar ve Işıklar, 2012; Clayton ve ark., 2015; Aşık, 2018). Telefonların daima açık olması, gece kapatmamak, yatakta yanından ayırmamak, arama ve mesajları kaçırma endişesi ile devamlı telefonu kontrol etmek, çalmadığı halde çalmış yanılgısı ile tekrar tekrar kontrol

etmek, sosyal hayatta etkileşimde bulunacağı zaman kaygı ve stres yaratan kişilerle bu cihazlar aracılığı ile iletişim kurmanın da nomofobik birey tercihlerinden olduğu belirtilmektedir (Bragazzi ve Del Puente, 2014; Dasgupta ve ark., 2017).

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada fomo yani bir şeyleri kaçırma korkusunun nomofobi ile ilişkili olduğu ve regresyon analizlerinde de sosyal ağ kullanım amacının nomofobiye açıkladığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Yaman ve Kavuncu, 2019). Fomo ile ilgili ayrıca geliştirilmiş ölçeğe de rastlanmaktadır (Metin ve ark., 2017). Nomofobi ya da yegâne telefonların varlığının dahi bireylerin dikkat ve performansları üzerinde olumsuz etkilerde bulunabileceği, bağımlılık davranışı geliştirmeye de zemin hazırladığı günümüzün tartışılan teknolojik riskleri arasındadır (Schwaiger ve Tahir, 2022).

Bu durumdaki bireyler telefon olmadan bir hayatı hayal edememekte, böyle bir durumda kaldıklarında stres düzeyleri artmakta, telefonlarını kendilerinden bir parça gibi görmeye kalmayıp devamlı olarak güncelleme isteği duymaktadırlar (Polat, 2017). Örneklem grubu üniversite öğrencilerinden oluşan diğer bir çalışmada bu kez nomofobi kriterlerinden biri olan bağlantının olmaması korkusu ile mutluluk düzeyi arasında negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir (Güllüce ve ark., 2019). Diğer bir ifadeyle, bağlantıda problem oldukça kişinin mutluluk düzeyinde de düşüş yaşanmaktadır. Dikkat ve performansa yaptığı olumsuz etkilerle Nomofobi bireysel bir durum gibi görünmekle birlikte sosyolojik boyutları olması nedeni ile toplumu ilgilendirmesi kaçınılmazdır (Mendoza ve ark., 2018; Arpacı, 2019). Sonuç olarak iletişim gereksinimi olan bu bireyler bir araya gelerek toplumu oluşturmaktadırlar (Kang ve Jung, 2014).

Kimi uzmanlar tarafından Nomofobi düzeyini belirleyen kriterlerde; bireyin aile ve sosyal yaşantısı yanında hoşlandığı etkinlikler, genetik ve psikolojik özelliklerinin etkili olabileceği belirtilmektedir (Yıldız, 2021). Nomofobinin sağaltımı üzerinde henüz fazlaca çalışma yapılmamış olsa da bilişsel davranışçı ve varoluşçu psikoterapilerin faydalı olabileceği anlaşılmaktadır (Akıllı ve Gezgin, 2016; Bekaroğlu ve Yılmaz, 2020; Öz, 2018). Yeni bir klinik durum olarak değerlendirilmesi yanında Nomofobi akıllı telefonlara olan bağımlılığı ve kullanılmadığında anksiyete ile giden rahatsızlıklar duyulmasına yol açan bir hali tanımlamaktadır (Lee ve ark., 2018).

Nomofobinin Ölçülmesi

Alanyazın incelendiğinde, Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen bir Nomofobi Ölçeğine (The Nomophobia Questionnaire-NMP-Q) rastlanmaktadır. NMP-Q, nomofobinin dört boyutunu ele alan 20 maddeden oluşmaktadır: (1) İletişim kuramama, (2) bağımlılığı kaybetme, (3) bilgiye erişememe ve (4) rahatlıktan vazgeçme. Tüm öğeler 7 puanlık bir Likert kullanılarak derecelendirilmektedir. Buna göre, 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 7 (kesinlikle katılıyorum) arasında değişen bir ölçektir. Ölçeğin ve boyutların iç tutarlılık güvenirlik katsayısı Cronbach Alpha değerinin en düşük .80'in üzerinde olduğu raporlanmıştır. Ölçek toplamında bu değer .94 bulunmuştur. Ölçek Üniversite öğrencileri örneklemini ile geliştirilmiştir. Ölçeğin daha sonraki çalışmada doğrulayıcı faktör analizi ve inceleme çalışmaları Yıldırım ve arkadaşları (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir.

NMP-Q doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, kabul edilebilir model uyumu için Hair ve arkadaşlarının belirttiği (2006) eşik değerlerine ($\chi^2/Sd \leq 3$, $CFI \geq .90$ ve $RMSEA \leq .08$) uygunluk sağlanmıştır ($\chi^2/Sd=2.86$, $CFI=.92$, $RMSEA=.08$). Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliği ise .92 bulunmuştur. Faktörlerin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .90, .74, .94 ve .91 bulunmuştur.

Yaptıkları incelemede ise, ölçek Türkiye’de öğrenim gören 537 üniversite öğrencisine uygulanmış ve nomofobi seviyesinin %42.6 olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca çalışmaya katılan grubun en büyük korkularının bilgi ve iletişim erişiminde yaşanabilecek olası problemler olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonuçlarında, cinsiyet ve akıllı telefona sahip olma süresinin de nomofobi için önemli alt değişkenler olabileceği belirtilmiştir. Ancak, sahip olma süresinin ve yaş değişkeninin nomofobik tepki düzeyini etkilemediği anlaşılmıştır (Yıldırım ve ark., 2016).

Diğer bir çalışmada, ATBÖ-KF olarak da bilinen Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu akıllı telefon kullanan ve Üsküdar Üniversitesinde eğitim gören 367 öğrenciye uygulanmıştır (Noyan ve ark., 2015). ATBÖ-KF on sorudan oluşmaktadır. Çalışma Sosyodemografik Form ve İnternet Bağımlılığı Ölçeği ile desteklenmiştir. ATBÖ-KF’nin sonuçları İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin sonuçları ile paralellik göstermiştir ve Cronbach alfa güvenilirliği .86 olarak hesaplanmıştır. Öğrencilerin telefonlarını kontrol etme sıklığı ve geçirdikleri süre ile ATBÖ-KF puanları arasında anlamlı pozitif korelasyon bulunmuştur. Sonuç olarak, ATBÖ-KF akıllı telefon bağımlılığını öğrenciler için değerlendirme konusunda güvenilir ve geçerli bir ölçek olduğu saptanmıştır.

Ayrıca, Özdemir ve Bektaş (2020) tarafından 9-18 Yaş Nomofobi Ölçeği Türkçe’ye uyarlanmış ve güvenilirliği test edilmiştir. Araştırma iki lise ve üç ortaokuldan gönüllü olan öğrenciler ile yapılmıştır ve bu öğrencilerin velilerinden onay alınmıştır. Araştırmada toplamda 818 katılımcı bulunmaktadır. Çalışmanın Cronbach alfa değeri .90 olduğu tespit edilmiştir. Veri analizlerinde çeşitli yöntemler kullanılmıştır ve NMP-Q’nun Türkçe halinin 9-18 yaş aralığındaki çocuklar için de güvenilir ve geçerli olduğu tespit edilmiştir.

Bu çalışmada ise, Nomofobi’nin incelenbilmesi için ülkemizdeki ölçeklerin sınırlı sayıda olması, güncel ve boyutsal yapıda bir Nomofobi ölçeği ile daha detaylı ve boyutsal olarak da incelemelerin yapılabilmesi amacıyla geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirmek amaçlanmıştır. Ülkemizde Üniversite öğrencileri örnekleminde gençler için geliştirilen (Yıldırım ve Correia, 2015; Yıldırım ve ark., 2016) ve çocuklar için uyarlanan (Özdemir ve Bektaş, 2020) NMP-Q ölçeğinin olması ve zamanla yeni bakış açıları ile farklı boyutların da ölçeklere dahil edilmesine gerek duyulabilmesinden dolayı, ölçek geliştirme çalışmasına ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır. Buna göre, 15 yaş ve üzerindeki geniş bir hedef kitle üzerinde varolan ölçeklerdeki maddelerin güncel ifadeler ile yeniden ele alınmasıyla boyutsal bir ölçek geliştirmek bu çalışmanın gerekçesini ortaya koymaktadır. Böylece, Nomofobi’ye yönelik psikometrik incelemelerinin yapılabilmesini amaçlayan bu ölçeğin geliştirilmesi ve iletişim, bağlılık, bilgiye erişim ve rahatlıktan vazgeçme gibi boyutlara aşırı kullanım ve telefon kullanımından dolayı yaşanan işlevsellikte bozulma gibi farklı psikolojik bakış açılarının boyutsal ölçümlere dahil edilmesi ile alanyazına katılması önemli görülmektedir.

YÖNTEM

Bu çalışma boyutsal bir Nomofobi ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi amacıyla uygun tasarlanmış geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasıdır.

Katılımcılar

Araştırmada örneklem gönüllülük ilkesine uygun olarak rastgele seçilmiş örnekleme yöntemiyle oluşturulmuştur. Buna göre, Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Türkiye genelindeki 925 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Alanyazın incelemeleri sonucunda, çalışmada elde edilen örneklem sayısının faktör analizi için uygun olduğuna karar verilmiştir (Preacher ve MacCallum, 2002; Tavşancıl, 2002). Buna göre, örneklem sayısı 100 ile 250 arasında olabileceği gibi, ölçme aracındaki madde sayısının en az beş ya da on katı olabileceği belirtilmektedir. Uzman görüşü akabinde elde kalan 105 madde göz önüne alındığında, belirtilen görüşlere uygunluk sağlanmıştır.

Çalışma grubu Türkiye'nin farklı bölgelerindeki 630 Kadın (%68.1), 291 Erkek (%31.5) ile yürütülmüştür. 4 kişi cinsiyetini belirtmemiştir. 925 kişiye uygulanan veri toplama aracında, en küçük yaş 15, en büyük yaş 64 olup yaş ortalaması 26'dır. Çalışma grubunun öğrenim düzeyi incelendiğinde, %43.2'sinin lise, %43.2'sinin üniversite olarak eşit oranda dağıldığı görülmüştür. Katılımcıların %12'sinin lisansüstü öğrenim düzeyinde, %1.2 yüksekokul ve %0.8'inin ilköğretim mezunu olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, çalışma grubu daha çok lise ve üniversite öğrenim düzeyindedir. Katılımcıların %23.4'ü evli, %70.2'si bekar, %4.2'si boşanmış ya da dul, %1.7'si ise sözlü ya da nişanlı olduğunu belirtmiştir.

Veri Toplama Araçları

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu

Noyan ve arkadaşları tarafından 2015 yılında geliştirilen "Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu" 10 maddeden oluşan "Kesinlikle katılmıyorum" ile "Kesinlikle katılıyorum" arasında derecelendirilmiş 6'lı likert tipinde bir ölçektir. Tek faktörlü olan ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı .86 bulunmuştur. Test-Tekrar Test güvenilirlik katsayısı .92 bulunmuştur.

Üsküdar Netlessfobi Ölçeği

Tarhan ve arkadaşları tarafından 2022 yılında geliştirilen Üsküdar Netlessfobi Ölçeği 24 madde ve iki faktörden oluşmakta olup internetsiz kalma korkusu olarak ifade edilen "Netlessfobi" seviyesini ölçmektedir. Birinci boyut; Duygu durum Düzenleme iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .93, ikinci boyut; Bağlantılılık/Erişim iç tutarlılık katsayısı .95, ölçek toplamının iç tutarlılık katsayısı ise, .96 olarak bulunmuştur. Ölçek toplam varyansın %65.85'ini açıklamaktadır.

Üsküdar Nomofobi Ölçeği

Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları kapsamında, kapsam geçerliği, yapı geçerliliği, ayırt edicilik geçerliliği, ölçüt geçerliliği, doğrulayıcı faktör analizi ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Böylece ilk aşamada 119 maddeden oluşan taslak ölçeğin uzman görüşleri sonrasında 105 maddeden oluştuğu görülmüş olup yapı geçerliliği

çalışmaları için yapılan faktör analizi son olarak 525 kişiye 105 maddenin uygulanması ile gerçekleştirilmiştir. Bu aşamada veri setinin faktör analizi için uygunluğu da Kaiser Meyer Olkin (KMO) katsayısı ile Bartlett Sphericity testi ile incelenmiştir (Kalaycı, 2009; Tavşancıl, 2002). KMO değerinin değerlendirilmesi ile ilgili birtakım görüşler bulunmaktadır. KMO değerinin .90 ile üstü olması “mükemmel”, .80 ile .89 arasındaki durumu “çok iyi”, .70 ile .79 arasında olması “iyi”, .60 ile .69 arasındaki durumu “orta”, .50 ile .59 arasında olması “zayıf” ve .50 değerinden düşük olması durumu “kabul edilemez” şeklinde değerlendirilmektedir (Sharma, 1996). Aynı zamanda, Bartlett Sphericity değerinin, veri setiyle faktör analizine tabi tutulması için $p < .05$ olması beklenmektedir.

Diğer yandan, faktör analizi sonucunda ölçek tarafından açıklanan varyans oranı sosyal bilimler açısından, %40-%60 arasında değer aldığı uygun kabul edilmektedir (Tavşancıl, 2002). Araştırmada elde edilen %69.55 varyans oranı ise, sosyal bilimlerde oldukça yüksek düzeyde uygunluğu göstermektedir. Bununla birlikte, yapı geçerliliği çalışmalarında elde edilen faktörlerin kendi aralarında ilişkili olması beklenmektedir. Bu doğrultuda yapılan korelasyon testi sonuçlarının değerlendirilmesinde, .30 ile .70 arasındaki ilişki değeri “orta”, .70’in üzerindeki ilişki değeri ise yüksek ilişki olarak değerlendirilmektedir (Büyüköztürk, 2002).

Geçerlik çalışmalarında, ölçeğin ölçülmek istenen özelliği ölçüp ölçmediğine karar verilmesinde uygulanan ayırt edicilik çalışmalarında, boyutların ayırt ediciliği incelenmiştir. Madde ayırt edicilik indeks değeri (D), ifadelerin ölçülmek istenen özelliği ne seviyede ayırt ettiğini ortaya koymakta olup ölçekten alınan puanların sıralanarak alt ve üst grupların %27’lik alt çeyreğe ve üst çeyreğe göre ayrılarak bağımsız grup t-testi yapılmasıyla test edilmiştir.

Güvenirlilik çalışmalarında ise, maddelerin iç tutarlılık (Cronbach α) katsayı değerleri incelenmiştir. Cronbach α katsayısının .70’in üzerinde olması ölçeğin güvenirliliğini göstermektedir (Sipahi ve ark., 2008). Bununla birlikte, test-tekrar test uygulaması yapılmıştır. Böylece ölçeğin 25 maddeden ve üç faktörden oluşan nihai formu (Ek-1) test-tekrar test çalışmalarında 3 hafta arayla 100 kişiden oluşan bir gruba uygulanarak iki uygulama arasındaki ilişki ve fark testinin yapılmasıyla elde edilen sonuçların uygunluğu değerlendirilmiştir.

İşlem

Araştırmaya, Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 61351342/ŞUBAT2022-43 (25 Şubat 2022) sayı ile etik açıdan uygunluk onayı sağlanmıştır. Veri elde etme işlemi 1-15 Mart 2022 tarihleri arasında online anket yoluyla gönüllülük ilkesine göre yürütülmüştür. Çalışma grubu rastgele seçilmiş örnekleme yoluyla 15 yaş ve üzeri kişilerden oluşmaktadır. Katılımcılara Üsküdar Nomofobi Ölçeği çevrimiçi anket yoluyla uygulanmıştır. Uygulanan anketin doldurabilmesi için ortalama 15 dk. yeterli olmuştur.

Verilerin Analizi

Üsküdar Nomofobi Ölçeği geçerlik ve güvenirlilik çalışmaları için öncelikle elde edilen 525 katılımcıdan oluşan veri seti ile yapı geçerliği kapsamında açılımlayıcı faktör analizi (AFA), ayırt edicilik geçerliği hesaplamaları ve Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlilik çalışmaları yapılmıştır. Ayırt edicilik geçerliği çalışmalarında AFA çalışma setindeki üst grup ve alt gruptan %27’lik bölümler alınarak iki grubun farkına bağımsız grup t-testi ile bakılmıştır. Daha sonra ölçüt geçerliği için diğer iki ölçek de dahil edilerek 3 ölçek ile 300 kişiye (Akıllı Telefon Bağımlılığı

Ölçeği Kısa Formu, Üsküdar Netlessfobi Ölçeği ve Üsküdar Nomofobi Ölçeği) uygulama yapılmış, toplanan veriler ile doğrulayıcı faktör analizi ile ölçüt geçerliliği çalışmalarında kullanılmıştır. Ölçüt geçerliliği çalışmaları için ölçek toplamları arasındaki ilişki Pearson Korelasyon Katsayısı ile hesaplanmıştır. Ayrıca test- tekrar test güvenilirliği çalışmalarında 3 hafta arayla ölçek nihai hali aynı gruptaki 100 kişiye uygulanmış, aradaki ilişkiye Pearson korelasyon katsayısı ile bakılmıştır. Böylece, toplam 925 katılımcıdan aşamalı olarak toplanan veriler ile geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yürütülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi aşamasında, AMOS programında boyutların birbiri ile ilişkisi ve uyumunun incelenmesi için modelleme yapılmış ve uyum iyiliği değerleri (Ki-kare/serbestlik değeri, RMSEA, NFI, NNFI, CFI, GFI, AGFI) hesaplanmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin, uzman görüşleri ve kapsam geçerliliği, açıklayıcı faktör analizi ile yapı geçerliliği, doğrulayıcı faktör analizi, ayırt edicilik geçerliliği ve ölçüt geçerliliği çalışmaları ile ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliği çalışmaları yapılmıştır.

Uzman Görüşleri ve Kapsam Geçerliliği

Bu aşamada 10 kişiden oluşan uzmanlara ilk aşamada 119 maddeden oluşan uzman görüşü envanteri e-posta yoluyla gönderilmiştir. Disiplinler arası görüşe yer verebilmek için alan uzmanları psikoloji, iletişim, eğitim bölümlerinden seçilmiştir. Uzman görüşü envanteri 3'lü likert tipinde olup "Maddenin ölçekte kalması uygun", "Madde ölçekte kalabilir ama gereksiz", "Maddenin ölçekte kalması uygun değil" seçeneklerinden oluşmaktadır. Ayrıca, uzmanların yorumlarının alınabilmesi için "yorum" bölümü eklenmiştir. Envanterden elde edilen veriler (Miles ve Huberman 1994), tarafından önerilen formül yardımıyla hesaplanarak maddelerin uyum oranları elde edilmiş ve Tablo 1.'de verilmiştir.

Tablo 1. Uzman Görüşlerine Göre Maddelerin Uyumluluk Oranları

Madde No	1	2	3	4	5	6	7	...	114	115	116	117	118	119
Uyumluluk Oranı	.8	.9	.8	1.0	1.0	.7	.07	.1	.8	.84	.72	.7

Maddelerin uyumluluk oranları, tüm uzmanlar "maddenin ölçekte kalması uygun" olarak görüş bildirdiğinde 1 olmakta, bazıları "maddenin ölçekte kalması uygun ama gereksiz" olarak görüş bildirdiğinde 0 ile 1 arasında değişen değerler alabilmekte, uzmanların tamamı "maddenin ölçekte kalması uygun değil" olarak görüş bildirdiğinde ise 0 olmaktadır. Buna göre, uyumluluk oranının 1 veya 1'e yakın olması durumunda maddenin yüksek derecede uyumlu olduğu kabul edilmektedir. Çalışmada ölçme aracında kalmasına karar verilen maddelerde .70 uyumluluk oranı aranmıştır. Bu oranın altında kalan maddeler aday ölçme aracından çıkartılmıştır.

Başlangıçta 119 madde olan aday ölçme aracının uzman görüşleri alındıktan sonra 105 maddeye indiği gözlenmiştir. Ayrıca, uyumluluk çalışmalarının yapıldığı uzman grubunun ölçme aracındaki "yorum" bölümlerine yazdıkları görüşler dikkate alınarak, yazım ve dilbilgisi kontrolü yapılmış, anlam bütünlüğünü destekleyecek şekilde cümleler tekrar gözden geçirilerek düzenlenmiştir. 105 maddeden oluşan aday ölçme aracı "Hiçbir Zaman", "Nadiren", "Bazen", "Sık Sık", "Tamamen" olarak beşli likert tipinde derecelendirilmiştir.

Yapı Geçerliliği/Açımlayıcı Faktör Analizi

Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin faktör yapısının olup olmadığının belirlenebilmesi için yapılan Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) için öncelikle veri setinin faktör analizine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin katsayısı (KMO) ve Bartlett Küresellik analizleri ile incelenmiştir. Buna göre, KMO katsayısı .96 olarak bulunmuş, Bartlett Küresellik Testi sonucu ise anlamlı bulunmuştur ($X^2=10917.353$, Sd: 300, $p=.000$). Elde edilen sonuçlar veri setinin faktör analizi için uygunluğunu göstermiştir. Bu doğrultuda uzman görüşleri ile gerçekleştirilen kapsam geçerliliği çalışmalarında elde kalan 105 madde ile 521 kişiden toplanan veriler ile faktör analizi yapılmıştır.

Faktör analizi yapılırken özdeğeri (Eigenvalue) 1'den büyük olan değerler faktör oluşumunda göz önüne alınmıştır. Faktör kesme yükü ise, çeşitli denemeler akabinde .55 olarak ayarlandığında anlamlı bir boyutsal yapı oluşmuştur. Buna göre 3 faktörlü ortaya çıkan yapıda faktörlerin yük değerleri ile açıkladıkları varyans oranları Tablo 2.'de verilmiştir.

Tablo 2. Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin Faktör Analizi Sonuçları

Faktörler	Madde	Faktör Yükü	Faktör Özdeğeri	Varyans Yüzdesi
İşlevsellikte Bozulma	47. Telefonumla uğraşmaktan planlarımı iptal ettiğim olur.	.73		
	49. Bir kafeye gittiğimde ilk işim internet şifresini sormak olur.	.75		
	54. Telefonumu yeterince kullanamayacağım için plan yapmaktan kaçınıyorum.	.81		
	73. Telefonumda oynadığım oyunları sonlandırıp işe, derse ya da uykuya geçmekte zorlanıyorum.	.63		
	87. Telefonumu kullandığım için birçok kez dört saatten az uyuduğum zamanlar olmuştur.	.67		
	91. Arkadaşlarla dışarı çıkmak yerine telefonda vakit geçirmeyi tercih ederim.	.79	13.086	52.34
	96. Telefon kullanımım yüzünden ailemle iletişimim azalmıştır.	.68		
	100. Telefon kullanımımın fiziksel sağlığım üzerinde negatif etkileri oluyor (akıllı telefona bakarak yürürken veya araç kullanırken kaza yapmak gibi).	.69		
	103. Aynı hazzı alabilmek için telefonumu geçmişte kullandığımdan daha fazla süre kullanmak zorunda olduğumu düşünüyorum.	.80		
	104. Telefonumu kullanmadan yemek yiyemiyorum.	.65		
Aşırı Kullanım	29. Boş zamanlarımda telefonla vakit geçiririm.	.76		
	30. Telefonum benim için bir rahatlama aracıdır.	.72		
	62. Telefonumu hedeflediğimden daha uzun süre kullanırım.	.76		
	82. Git gide telefona daha çok bağlandığımı düşünüyorum.	.66	2.698	10.79
	84. Ne kadar yorgun olsam da telefonumu kullanmak için kendimde enerji buluyorum.	.70		
	85. Planladığımdan daha uzun süre telefonumu kullanıyor ve daha çok harcama yapıyorum.	.73		

	99. Telefonum olmasaydı hayatım eğlencesiz olurdu diye düşünüyorum	.59		
	101. Telefonda daha az süre harcamaya çabalasam da başaramıyorum.	.60		
	9. Telefonumu kullanmadığımda, bir yerlerde mahsur kalacağımdan korkarım.	.66		
	11. Eğer telefonum yanımda değilse ailemle ve/veya arkadaşlarımla hemen iletişim kuramayacağım için kaygı duyarım.	.82		
	12. Telefonum kullanım dışında olduğunda, gelen aramaları ve mesajları alamayacağım için kendimi huzursuz hissederim.	.82		
İletişim Kuramama	13. Telefonum kullanım dışında olduğunda ailemle ve/veya arkadaşlarımla iletişim halinde olamayacağım için endişelenirim.	.86	1.605	6.421
	14. Telefonum kullanım dışında olduğunda, birinin bana ulaşmaya çalışıp çalışmadığını bilmediğim için gerilirim.	.83		
	15. Telefonum kullanım dışında olduğunda, ailem ve arkadaşlarımla olan bağlantım kesileceği için kendimi huzursuz hissederim.	.85		
	34. Telefonum yanımda değilken yakınlarımla nerede olduğumu bilmemek/kontrol edememek beni mutsuz eder.	.69		
Toplam				69.557

Tablo 2.'de görüldüğü gibi, 55 faktör kesme değeri altında kalan ve binişik, yani aynı anda birden fazla faktör altında yer alan maddeler ölçekten çıkartılmıştır ve açıklanan varyans oranı %69.5 olan 25 maddeli bir ölçek yapısı ortaya çıkmıştır. Faktörlerde yer alan maddelerin içeriği incelendiğinde, birinci faktöre “İşlevsellikte Bozulma”, ikinci faktöre “Aşırı Kullanım”, üçüncü faktöre “İletişim Kuramama” isimleri verilmiştir. Daha sonra ilgili maddeler baştan itibaren yeniden numaralandırılarak nihai uygulama formu Ek-1’deki gibi elde edilmiştir. Daha sonra ortaya çıkan ölçek yapısında yer alan boyutlar ile ölçeğin ilişkisi incelenmiş, Tablo 3.’te verilmiştir.

Tablo 3. Üsküdar Nomofobi Ölçeği ve Faktörlerin Birbiriyle İlişkisi

Alt Ölçek/Ölçek	İşlevsellikte Bozulma	Aşırı Kullanım	İletişim Kuramama	Nomofobi Ölçeği
İşlevsellikte Bozulma	1	.75	.56	.89
Aşırı Kullanım	.75	1	.60	.90
İletişim Kuramama	.56	.60	1	.81
Nomofobi Ölçeği	.89	.90	.81	1

Tablo 3. incelendiğinde, Nomofobi Ölçeği boyutları ile Ölçek toplamı arasında orta ile iyi arasında değişen ilişki gözlenmektedir ($r=.56$; $r=.90$).

Ayırt Edicilik Geçerliliği

Yapı geçerliliği ile elde edilen 3 faktörlü ölçek yapısının ayırt ediciliğini boyutlar ile ölçek kapsamında yapılarak, ölçülmek istenen özelliklerin boyut ve ölçek toplamı bazında ölçülebilirliğini ortaya koymak amacıyla ayırt edicilik geçerliliği çalışmaları yapılmıştır. Bu

kapsamda, ölçekten alınan puan doğrultusunda elde edilen üst gruplar ile alt grupların karşılaştırılmasını sağlayan bağımsız grup t-testi ile uygulanmıştır (Tablo 4.).

Tablo 4. Üsküdar Nomofobi Ölçeği ve Boyutların Toplam Puan Ayırt Edicilikleri

NOMOFOBİ ve Boyutlar	Grup	N	\bar{X}	SS	Sd	t	p
İşlevsellikte Bozulma	Üst Grup	140	30.27	8.77	278	27.16	.000
	Alt Grup	140	10.12	.32			
Aşırı Kullanım	Üst Grup	140	31.42	4.83	278	48.83	.000
	Alt Grup	140	10.32	1.65			
İletişim Kuramama	Üst Grup	140	28.46	4.05	278	53.78	.000
	Alt Grup	140	8.75	1.53			
Nomofobi Ölçeği	Üst Grup	140	84.55	17.76	278	34.58	.000
	Alt Grup	140	31.37	3.91			

Tablo 4. incelendiğinde sonuçlar anlamlı bulunmuş, Üsküdar Nomofobi Ölçeği istenen özellikleri ölçen bir ölçek olduğu sonucuna varılmıştır. Ölçekten alınabilecek en üst puan 125, en az puan 25'tir. 925 katılımcıyla elde edilen ortalama puan ise 54.5 bulunmuştur.

Ölçüt Geçerliliği

Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin ölçüt geçerliliği için ilişkili olabileceği düşünülen Üsküdar Netlessfobi Ölçeği ile Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin ilişkisi test edilmiştir. Tablo 5.'te görüldüğü gibi pozitif yönde anlamlı, orta seviye üzerinde ilişki bulunmuştur.

Tablo 5. Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin Ölçüt Geçerliliği

Ölçekler		Netlessfobi Ölçeği	Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği
Üsküdar Nomofobi Ölçeği	r	.77	.71
	p	.000	.000

Bir sonraki aşamada doğrulayıcı faktör analizi ile yapı geçerliliği aşamasında elde edilen boyutsal yapının model eşliğinde uyumluluğu test edilmiştir.

Doğrulayıcı Faktör Analizi

Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin doğrulayıcı faktör analizi aşamasında, açıklayıcı faktör analizinde elde edilen faktörlü yapının doğrulanması amaçlanmıştır. Bu doğrultuda 300 kişiye tekrar uygulanan 25 maddeli ölçek modellenmiş ve uyum iyiliği değerleri hesaplanmıştır.

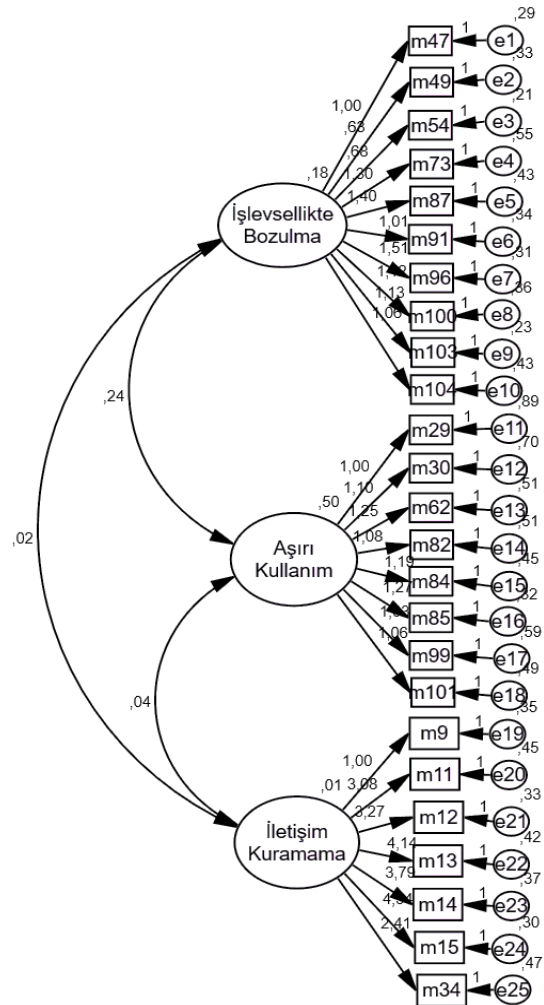
Tablo 6. Üsküdar Nomofobi Ölçeği Uyum İyiliği İndeks Değerleri

Uyum İyiliği İndeksi	Kabul Edilebilir Uyum İyiliği İndeks Değerleri	Üsküdar Nomofobi Ölçeği Uyum İyiliği Değerleri
X^2/sd	<3	687.221/272=2.53
RMSEA	<.08	.07
NFI	>.90	.89
NNFI	>.95	.92
CFI	>.95	.96
GFI	>.90	.94
AGFI	>.85	.84

Tablo 6. Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin uyum iyiliği indeks değerlerini göstermektedir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi hesaplamalarında, Ki-kare/serbestlik değeri=2.53; RMSEA=.07; NFI=.89; NNFI=.92; CFI=.96; GFI=.94 ve AGFI=.84 olarak bulunmuştur. Böylece modelin kabul edilebilir uyum iyiliği değerlerini genel olarak karşıladığını görülmüştür. Ölçek model yapısı Şekil 1.'de; standardize faktör yükleri (estimate) Tablo 7.'de verilmiştir.

Tablo 7. Standardize Faktör Yükleri (Estimate)

Faktör	Madde	Standardize Faktör Yükü (Estimate)
İşlevsellikte Bozulma	M47	.61
	M49	.51
	M54	.52
	M73	.59
	M87	.67
	M91	.58
	M96	.75
	M100	.61
	M103	.70
Aşırı Kullanım	M29	.60
	M30	.67
	M62	.77
	M82	.73
	M84	.78
	M85	.84
	M99	.68
	M101	.73
İletişim Kuramama	M9	.50
	M11	.48
	M12	.57
	M13	.61
	M14	.60
	M15	.71
	M34	.49



Şekil 1. Üsküdar Nomofobi Ölçeği Modeli

Güvenilirlik Çalışmaları

Güvenirlik çalışmaları kapsamında madde iç tutarlılık analizleri ile test-tekrar test çalışmaları yapılarak geliştirilen ölçeğin güvenilirliği test edilmiştir.

Madde İç Tutarlılık Analizleri ile Güvenirlik Çalışmaları

Üsküdar Nomofobi Ölçeği ve boyutlara ilişkin iç tutarlılık katsayıları güvenilirlik çalışmaları kapsamında belirlenmiştir. Maddelerin varyansına dayalı olarak hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları Tablo 8.'dedir.

Tablo 8. Nomofobi Ölçeği ve Boyutların Güvenirlikleri

Boyutlar/SHKÖ	Madde Sayısı	Cronbach Alpha Katsayısı
İşlevsellikte Bozulma	10	.93
Aşırı Kullanım	8	.93
İletişim Kuramama	7	.94
Üsküdar Nomofobi Ölçeği	25	.96

Tablo 8. incelendiğinde, Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin toplamında bulunan .96 Cronbach Alfa değeri yüksek derecedeki güvenilirliği göstermektedir. Ölçeğin boyutları incelendiğinde Cronbach Alfa değerinin en düşük .93 ve en yüksek .94 olarak bulunmuştur. Böylece boyutların da yüksek güvenilirliği sağladığı sonucuna varılmıştır.

Test-Tekrar Test ile Güvenirlik Çalışmaları

Test-Tekrar Test, ölçme aracının belirli bir süre sonra aynı gruba tekrar uygulanmasıyla güvenilirliğini belirlemeye yönelik bir tekniktir. Böylece ölçeğinin 25 maddeden ve üç faktörden oluşan nihai formu (Ek-1) test-tekrar test çalışmalarında 3 hafta arayla 100 kişiden oluşan bir gruba uygulanarak iki uygulama arasındaki ilişki ve fark testinin yapılmasıyla elde edilen bulgular Tablo 9.'da yer almaktadır.

Tablo 9. Bağımsız Gruplar t-Testi ve Pearson Korelasyon Katsayısı

Nomofobi Ölçeği ve Boyutlar	Bağımsız Gruplar t-Testi					İlişki Testi	
	\bar{X}	SS	Sd	t	p	r	p
İşlevsellik ₁ &İşlevsellik ₂	11.8	3.50	98	1.28	.203	.67	.000
Aşırı Kullanım ₁ &Aşırı Kullanım ₂	13.9	7.29	98	.39	.697	.55	.000
İletişim ₁ &İletişim ₂	7.1	.38	98	14.16	.103	.79	.000
NOMO ₁ &NOMO ₂	40.3	12.3	98	.83	.406	.72	.000

Tablo 9. incelendiğinde, uygulamalar arasında ilişki anlamlı bulunurken, farklılaşma tespit edilmemiştir. İki uygulama arasındaki ilişkinin kuvveti değerlendirilirken, korelasyon testi sonuçlarına göre, .30 ile .70 arasındaki ilişki değeri “orta”, .70’in üzerindeki ilişki değeri ise yüksek ilişki olarak değerlendirilmektedir (Büyüköztürk, 2002). Böylece tablodaki değerler ilişkiler “orta” ile “yüksek” olarak değişmektedir. Ölçek toplamına göre yapılan korelasyon testi sonucunda yüksek ilişki, iletişim boyutunda yine yüksek ilişki tespit edilmiştir. İşlevsellik

ve aşırı kullanım boyutlarında iki uygulama arasında orta seviyede ilişki bulunmuştur. Elde edilen bulgular, Ölçeğin ve boyutların test-tekrar test güvenilirliğini ortaya koymuştur.

TARTIŞMA

Üsküdar Nomofobi Ölçeği, araştırmacılar tarafından kişilerin telefonsuz kalma korkusunun seviyesini belirleyebilmek için geliştirilmiş geçerli ve güvenilir psikometrik bir ölçektir. Kişilerin kendini değerlendirmesinde kullanılabileceği gibi, “İşlevsellikte bozulma”, “Aşırı kullanım” ve “İletişim kuramama” boyutları kapsamında kaygı sorunu olan bireylere klinikte de uygulanabilecek yapıda bir ölçektir. Böylece, Nomofobi seviye ölçümü klinik çalışmalarda da bireysel görüşmelerin yanında fikir vermede fayda sağlamaktadır.

The World FactBook'un en son 2017 yılında açıkladığı raporda; Türkiye'de toplam 77.8 milyon adet taşınır telefon olduğu, nüfusun %96'sı kadar büyük bir bölümünün kullanıcısı olduğu raporlanmıştır (Hoşgör ve ark., 2017). Aşırı telefon kullanımının olumsuzluklara yol açtığı belirtilmesine rağmen akıllı telefonların giderek yaygınlaşması, akıllı telefon bağımlılığı çalışmalarında olduğu gibi Nomofobi alanını da önemli hale getirmektedir. Nomofobi klinik psikolojide telefona erişim sağlanamadığında bireyin yaşadığı istemsiz korkuyu (Yıldırım ve Correia, 2015), mobil telefon yoksunluğunu (Özgür Güler ve Veysikarani, 2019) ifade etmektedir ve Nomofobi'nin ölçülmesine yönelik ölçek geliştirme çabalarına rastlanmaktadır.

Alanyazındaki ölçekler incelendiğinde, Ülkemizde Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen ve Yıldırım ve arkadaşları tarafından doğrulayıcı faktör analizi yapılan NMP-Q Ölçeğine rastlanmaktadır. 20 madde ve 4 boyuttan oluşan bu ölçeğin boyutları (1) İletişim kuramama, (2) bağıllığı kaybetme, (3) bilgiye erişememe ve (4) rahatlıktan vazgeçme olarak belirlenmiştir. Daha sonra çocuklar için de Özdemir ve Bektaş (2020) tarafından uyarlandığı görülmektedir.

Araştırmada geliştirilen ve psikometrik özellikleri incelenen “Üsküdar Nomofobi Ölçeği” ise, NMP-Q'daki “İletişim kuramama” boyutunu içerse de “Aşırı Kullanım” ve telefon kullanımından dolayı oluşan “İşlevsellikte Bozulma” boyutlarını da içermesiyle farklılaşmaktadır. “Planladığımdan daha uzun süre telefonumu kullanıyor ve daha çok harcama yapıyorum”, “Telefonda daha az süre harcamaya çabalasam da başaramıyorum”, “Telefonumu hedeflediğimden daha uzun süre kullanırım” gibi ifadelerin yer aldığı “Aşırı Kullanım” boyutu telefon kullanımında aşırıya kaçmayı ifade etmektedir. Diğer yandan, aşırı kullanıma yönelik boyutların akıllı telefon bağımlılığı ölçeklerinde de yer aldığı görülmektedir ve bu yönüyle telefon yoksunluğunu ifade eden Nomofobi'nin, bağımlılık ölçekleri ile birtakım boyutlar açısından ortak çatıda bulunduğu söylenebilir.

Noyan ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilen Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu (ATBÖ-KF) çalışmasında da belirtildiği gibi, öğrencilerin telefonlarını kontrol etme sıklığı ve geçirdikleri süre ile ATBÖ-KF puanları arasında anlamlı pozitif korelasyon bulunmaktadır. Dolayısıyla, alanyazındaki Nomofobi ölçeklerinde yer alan “bağıllığı kaybetme” olarak adlandırılan boyut Üsküdar Nomofobi Ölçeğinde “aşırı kullanım” olarak yerini almıştır. Bu boyut kapsamındaki maddelerin hazırlanmasında akıllı telefon bağımlılığı ölçeği maddelerinden yararlanılmıştır.

Diğer bir boyut olan “İşlevsellikte Bozulma” yine benzer bir durumu ortaya koymaktadır. Çünkü, telefon kullanımından dolayı yaşanan olumsuzlukları ifade eden maddeler yine birtakım Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeklerinde bulunmaktadır (Noyan ve ark., 2015). Dolayısıyla Nomofobi için de telefonun aşırı kullanılması ve buna bağlı işlevsellikte bozulma söz konusudur. Üsküdar Nomofobi Ölçeğinde “Telefonumda oynadığım oyunları sonlandırıp işe, derse ya da uykuya geçmekte zorlanıyorum”, “Telefon kullanımım yüzünden ailemle iletişimim azalmıştır”, “Telefonumu kullanmadan yemek yiyemiyorum” gibi maddelerin yer aldığı boyut günlük yaşam aktivitelerindeki bozulmayı ifade etmektedir.

Üsküdar Nomofobi Ölçeği “Hiçbir Zaman”, “Nadiren”, “Bazen”, “Sık Sık” ve “Tamamen” olarak derecelendirilen beşli likert tipindeki ölçek 25 madde ve 3 faktör oluşmaktadır. Ölçeğin toplamı ile telefonsuz kalma kaygı ya da korkunun seviyesi belirlenebileceği gibi boyutsal bazda da değerlendirmeler yapılabilmesi açısından önemli görülmektedir. Böylece, “İşlevsellikte Bozulma”, “Aşırı Kullanım” ve “İletişim Kuramama” boyutlarında kişiler nomofobi seviyesini ölçebilmektedir. Bu doğrultuda, bireylerin ne açıdan daha fazla kaygı duydukları konusunda fikir vermektedir.

Değerlendirme yapılırken her bir ifadeye puan verilmektedir. Örneğin, kişi ifadeye “Hiçbir Zaman” olarak cevap verdiğinde “1 puan” almaktadır ya da tam tersi “Tamamen” olarak cevaplandığında “5” puan almaktadır. Puanların toplamına göre de belirlenen puan aralıklarına göre seviyesini belirleyebilmektedir. Ölçekten en az 25 en fazla 125 puan alınabilmektedir. Eşit aralıklandırma yöntemi ile belirlenen puan aralıklarına göre; 25-49 puan aralığı “Nomofobi Yok”; 50-74 puan aralığı “Az Seviye”; 75-99 puan aralığı “Orta Seviye”; 100-125 puan aralığı “Yüksek Seviye” olarak değerlendirilmektedir.

Diğer yandan ölçeğin açıklanan varyans oranı sosyal bilimlerden %50 olması yeterli iken, %69.55 bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi için AMOS programından yararlanılmış, uyum iyiliği için kabul edilebilir değer aralıklarının ($\chi^2/Sd \leq 3$, CFI $\geq .90$ ve RMSEA $\leq .08$) sağladığı tespit edilmiştir ($\chi^2/Sd=2.52$, CFI= .96, RMSEA= .07). Bu da ölçeğin 3 boyuttan oluştuğunu doğrulamıştır. Ayrıca, ölçeğin güvenilirlik katsayısı olan Cronbach Alfa değeri oldukça yüksek (.96) bulunmuştur. Yapılan çalışmalar sonucunda, Üsküdar Nomofobi Ölçeğinin geçerli ve güvenilir olduğu anlaşılmıştır.

Çalışmalar incelendiğinde, özellikle üniversite öğrencilerinin yarıya yakınının (%42.6) nomofobik olduğu belirtilmiş (Yıldırım ve ark., 2016) olmasına paralel olarak, Üsküdar Nomofobi ölçeğinin geliştirildiği örneklem 15-69 yaş aralığını kapsaması yetişkinler özelinde yapılacak yeni çalışmalarda ölçüm aracı olarak tercih edilebileceği yönünü güçlü kılmaktadır. Yine içerdiği boyutların telefon bağımlılığına dair fikir verebilecek nitelikte olmasından dolayı da ölçeğin klinik çalışmalarda tercih edilebileceği düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Yazarlar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

KAYNAKLAR

- Akıllı, K. G. ve Gezgın, D. M. (2016). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile farklı davranış örüntülerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 51-69.
- Aranda, M., Garcia-Domingo, M., Fuentes V. ve Linares, R. (2022). Emotional intelligence and adult attachment: Effects on problematic smartphone usage. *Annals of Psychology*, 38(1), 36-45. <https://doi.org/10.6018/analesps.463101>
- Arpacı, I. (2019). Culture and nomophobia: The role of vertical versus horizontal collectivism in predicting nomophobia. *Information Development*, 35(1), 96-106.
- Aşık, N. A. (2018). Aidiyet duygusu ve nomofobi ilişkisi: Turizm öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Turur Turizm ve Araştırma Dergisi*, 7(2), 24-42.
- Aydoğdu, F. (2021). 4-6 Yaş çocukların dijital oyun bağımlılıklarında kardeş etkisi: Nomofobi, akıllı telefon kullanma, dijital oyun oynama. *Çocuk ve Gelişim Dergisi*, 4(7), 34-39.
- Bekaroğlu, E. ve Yılmaz, T. (2020). Nomofobi: Ayırıcı tanı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 12(1), 131-142.
- Bhattacharya, S., Bashar, M. A., Srivastava, A. ve Singh, A. (2019). Nomophobia: No mobile phone phobia. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(4), 1297. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_71_19
- Billieux, J., Maurage, P., Lopez-Fernandez, O., Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2015). Can disordered mobile phone use be considered a behavioral addiction? An update on current evidence and a comprehensive model for future research. *Current Addiction Reports*, 2(2), 156-162.
- Bragazzi, N. L. ve Del Puente, G. (2014) A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155-160.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. PegemA Yayıncılık.
- Cheever, N. A., Rosen, L. D., Carrier, L. M. ve Chavez, A. (2014). Out of sight is not out of mind: The impact of restricting wireless mobile device use on anxiety levels among low, moderate and high users. *Computers in Human Behavior*, 37, 290-297. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.05.002>
- Chen, L., Zheng, Y., Wenjie, T., Fuyin, Y., Xiaodan, X. ve Jincai H. (2016). Mobile phone addiction levels and negative emotions among Chinese young adults: The mediating role of interpersonal problems. *Computers in Human Behavior*, 55, 856-866. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.10.030>
- Cirilli, E. ve Nicolini, P. (2019). Digital skills and profile of each generation: A review. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 487-496.
- Clayton, R. B., Leshner, G. ve Almond, A. (2015). The extended iself: The impact of iPhone separation on cognition, emotion, and physiology. *Journal of Computer-Mediate Communication*, 20(2), 119-135.

- Çiçek, B. (2020). Öz düzenlemenin nomofobi üzerindeki etkisi. *Akademik İzdüşüm Dergisi*, 5(2), 89-101.
- Danby, S., Evaldsson, A. C., Melander, H. ve Aarsand, P. (2018). Situated collaboration and problem solving in young children's digital gameplay. *British Journal of Educational Technology*, 49(5), 959-972. <https://doi.org/10.1111/bjet.12636>
- Darvishi, M., Noori, M., Nazer, M. R., Sheikholeslami, S. ve Karimi, E. (2019). Investigating different dimensions of nomophobia among medical students: A cross-sectional study. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(4), 573-578.
- Dasgupta, P., Bhattacharjee, S., Dasgupta, S., Roy, J. K., Mukherjee, A. ve Biswas, R. (2017). Nomophobic behaviors among smartphone using medical and engineering students in two colleges of West Bengal. *Indian Journal of Public Health*, 61(3), 199-204.
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A. K., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A. K. ve Shrivastava, A. (2010). A study evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India. *Indian J Community Med*, 35(2), 339-341.
- Ekinci, Y. (2020). *Yeni medya çağında kuşakların Siberkondri düzeyleri ile sağlık okuryazarlığı ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C. ve Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 207, 251-259.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D. ve Hall, B. J. (2016) Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Comput Human Behavior*, 63, 509-516.
- Ercan, Ö. ve Tekin, N. (2019). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin nomofobi düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Global Sport and Education Research*, 2(1), 24-34.
- Erdem, H., Kalkın G., Türen, U. ve Deniz, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(3), 923-936.
- Farhat, K., Aslam, W., Arif, I. ve Ahmed, Z. (2022). Does the dark side of personality traits explain compulsive smartphone use of higher education students? The interaction effect of dark side of personality with desirability and feasibility of smartphone use. *IIM Kozhikode Society & Management Review*, 11(1), 62-74.
- Gezgin, D. M., Şahin, Y. L. ve Yıldırım, S. (2017). Sosyal ağ kullanıcıları arasında nomofobi yaygınlığının çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 7(1), 1-15.
- Gonçalves, S., Dias, P. ve Correia, A. P. (2020). Nomophobia and lifestyle: Smartphone use and its relationship to psychopathologies. *Computers in Human Behavior Reports*, 2, 100025. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2020.100025>
- Güllüce, A. Ç., Kaygın, E. ve Börekçi, N. E. (2019). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyi ile öznel iyi olma durumları arasındaki ilişkinin belirlenmesi: Ardahan Örneği. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 37(4), 651-674.

- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. ve ark. (2006). *Multivariate data analysis*. Pearson Prentice Hall.
- Hanson, T. L., Kristina, D., Jessica, M., Connie, M. K. ve Paula, S. (2010). Cell phones, text messaging, and Facebook: Competing time demands of today's college students. *College Teaching*, 59(1), 23-30.
- Harkin, L. J. ve Kuss, D. (2021). My smartphone is an extension of myself: A holistic qualitative exploration of the impact of using a smartphone. *Psychology of Popular Media*, 10(1), 28-38.
- Hoşgör, H., Tandoğan, Ö. ve Hoşgör, D. G. (2017). Nomofobinin günlük akıllı telefon kullanım süresi ve okul başarısı üzerindeki etkisi: Sağlık personeli adayları örneği. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(46), 573-595.
- Hwang, K. H., Yoo, Y. S. ve Cho, O. H. (2012). Smartphone overuse and upper extremity pain, anxiety, depression, and interpersonal relationships among college students. *The Journal of the Korea Contents Association*, 12(10), 365-375.
- Kalaycı, Ş. (2009). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayınları.
- Kang, S. ve Jung, J. (2014). Mobile communication for human needs: A comparison of smartphone use between the US and Korea. *Computers in Human Behavior*, 35, 376-387.
- Kartal, Y. A. (2019). Ebelik öğrencilerinin mobil telefon yoksunluğu korkusu ile sosyal destek algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(4), 308-312.
- Keyes, K. M., Gary, D., O'Malley, P. M., Hamilton, A. ve Schulenberg, J. (2019). Recent increases in depressive symptoms among US adolescents: Trends from 1991 to 2018. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 54(8), 987-996.
- King, A. L. S., Valença, A. M. ve Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence? *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1), 52-54.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R. ve Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?, *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140-144.
- Lee, S., Kim, M., Mendoza, J. S. ve McDonough, I. M. (2018). Addicted to cellphones: Exploring the psychometric properties between the nomophobia questionnaire and obsessiveness in college students. *Heliyon*, 4(11), e00895. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2018.e00895>
- Licklider, J.C.R. (1960). Man-Computer symbiosis, human factors in electronics. *IRE Transactions*, 1, 4-11.
- Lu, X., Liu, T., Liu, X., Yang, H. ve Elhai, J. D. (2022). Nomophobia and relationships with latent classes of solitude. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 86(1), 1-19.
- Marciano, L., Driver, C. C., Schulz, P. J. ve Camerini, A. L. (2022). Dynamics of adolescents' smartphone use and well-being are positive but ephemeral. *Scientific Reports*, 12(1), 1-15.

- Mendoza, J. S., Pody, B. C., Lee, Kim, M. ve McDonough, I. M. (2018). The effect of cell phones on attention and learning: The influences of time, distraction, and nomophobia. *Computers in Human Behavior*, 86, 52-60.
- Metin, B., Pehlivan, R. ve Tarhan, N. (2017). Üsküdar gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Neurobehavioral Sciences*, 4(2), 43-46.
- Miles, M. B. ve Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Sage.
- Minaz, A. ve Bozkurt, Ö. Ç. (2017). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(21), 268-286. <https://doi.org/10.20875/makusobed.306903>
- Noyan, C. O., Enez-Darçın, A., Nurmedov, S., Yılmaz, O. ve Dilbaz, N. (2015). Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin kısa formunun üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 73-81.
- Olson, J. A., Sandra, D. A., Colucci, É. S., Al Bikaii, A., Chmoulevitch, D., Nahas, J. ve Veissière, S. P. (2022). Smartphone addiction is increasing across the world: A meta-analysis of 24 countries. *Computers in Human Behavior*, 129, 107-138.
- Öz, H. (2018). *Üniversite okuyan genç yetişkinlerin mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) ile kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Özdemir, E. Z. ve Bektaş, M. (2020). Psychometric properties of a Turkish version of the nomophobia scale for the nine-eighteen age group. *Journal of Pediatric Research*, 7(4), 316-322. <https://doi.org/10.4274/jpr.galenos.2020.63425>
- Özgür Güler, E. ve Veysikarani, D. (2019). Nomofobi üzerine bir araştırma: Üniversite öğrencileri örneği. *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(1), 75-88. <https://doi.org/10.14514/BYK.m.26515393.2019.7/1.75-88>
- Öztürk, U. C. (2015). Bağlantıda kalmak ya da kalmamak işte tüm korku bu: İnternetsiz kalma korkusu ve örgütsel yansımaları. *Journal of International Social Research*, 8(37), 629-638.
- Park, C. S. ve Kaye, B. K. (2019). Smartphone and self-extension: Functionally, anthropomorphically, and ontologically extending self via the smartphone. *Mobile Media & Communication*, 7(2), 215-231.
- Polat, R. (2017). Dijital hastalık olarak nomofobi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 1(2), 164-172.
- Preacher, K. J. ve MacCallum, R. C. (2002). Exploratory factor analysis in behavior genetics research: Factor recovery with small sample sizes. *Behav Genet*, 32(2), 153-161. <https://doi.org/10.1023/A:1015210025234>
- Schwaiger, E. ve Tahir, R. (2022). The impact of nomophobia and smartphone presence on fluid intelligence and attention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(1). <https://doi.org/10.5817/CP2022-1-5>
- SecurEnvoy. (2012). 66% of the population suffer from nomophobia the fear of being without their phone. Erişim Adresi: <https://securenvoy.com/blog/66-population-suffernomophobia-fear-being-without-their-phone-2/>

- Sharma, S. (1996). *Applied multivariate techniques*. John Wiley & Sons, Inc.
- Singh, M. K. K. ve Samah, N. A. (2018). Impact of smartphone: A review on positive and negative effects on students. *Asian Social Science*, 14(11), 83-89.
- Sipahi, B., Yurtkoru, E. S. ve Çinko, M. (2008). *Sosyal bilimlerde SPSS'le veri analizi*. Beta.
- Sui, A. ve Sui, W. (2021). Not getting the message: Critiquing current conceptualizations of nomophobia. *Technology in Society*, 67, 101719. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2021.101719>
- Şar, A. H. ve Işıklar, A. (2012). Adaptation of problem mobile phone use scale to Turkish. *Journal of Human Sciences*, 9(2), 264-275.
- Tamura, H., Nishida, T., Tsuji, A. ve Sakakibara, H. (2017). Association between excessive use of mobile phone and insomnia and depression among Japanese adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(7), 1-11.
- Tarhan, N., Ekinci, Y. ve Tutgun-Ünal, A. (2021). *Dijital sağlık okuryazarlığı: Dijital hastalıklar ve siberkondri*. Der Yayınları.
- Tarhan, N., Tutgun-Ünal, A. ve Ekinci, Y. (2021). Yeni kuşak hastalığı siberkondri: Yeni medya çağında kuşakların siberkondri düzeyleri ile sağlık okuryazarlığı ilişkisi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(37), 4253-4297. <https://doi.org/10.26466/opus.855959>
- Tavşancıl, E. (2002). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Nobel Yayıncılık.
- Townsend, A. M. (2000). Life in the real-time city: Mobile telephones and urban metabolism. *Journal of Urban Technology*, 7(2), 85-104.
- Turan, E. Z. ve İşçitürk, G. B. (2018). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 1931-1950.
- Walsh, S. P., White, K. M. ve Young, R. M. (2010). Needing to connect: The effect of self and others on young people's involvement with their mobile phones. *Australian Journal of Psychology*, 62(4), 194-203.
- Wei, R. ve Lo, V. H. (2006). Staying connected while on the move: Cell phone use and social connectedness. *New Media & Society*, 8(1), 53-72.
- Yaman, Z. ve Kavuncu, B. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal gelişmeleri kaçırma korkusunun ve sosyal ağ kullanım amacının nomofobi düzeyine etkisi. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 555-570.
- Yıldırım, Ç. ve Correia A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137.
- Yıldırım, Ç., Sumuer, E., Adnan, M. ve Yıldırım, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322-1331. <https://doi.org/10.1177/0266666915599025>
- Yıldız, E. (2021). *Ortaokul 8. sınıf öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile liseye geçiş sınavı (LGS) puanları arasındaki ilişkinin sosyodemografik değişkenler açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.

Ek 1: Üsküdar Nomofobi Ölçeği Uygulama Formu

	Maddeler	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık Sık	Her Zaman
1	Telefonumla uğraşmaktan planlarımı iptal ettiğim olur.					
2	Bir kafeye gittiğimde ilk işim internet şifresini sormak olur.					
3	Telefonumu yeterince kullanamayacağım için plan yapmaktan kaçınırım.					
4	Telefonumda oynadığım oyunları sonlandırıp işe, derse ya da uykuya geçmekte zorlanıyorum.					
5	Telefonumu kullandığım için birçok kez dört saatten az uyuduğum zamanlar olmuştur.					
6	Arkadaşlarla dışarı çıkmak yerine telefonda vakit geçirmeyi tercih ederim.					
7	Telefon kullanımım yüzünden ailemle iletişimim azalmıştır.					
8	Telefon kullanımımın fiziksel sağlığım üzerinde negatif etkileri oluyor (akıllı telefona bakarak yürürken veya araç kullanırken kaza yapmak gibi).					
9	Aynı hazzı alabilmek için telefonumu geçmişte kullandığımdan daha fazla süre kullanmak zorunda olduğumu düşünüyorum.					
10	Telefonumu kullanmadan yemek yiyemiyorum.					
11	Boş zamanlarımda telefonla vakit geçiririm.					
12	Telefonum benim için bir rahatlama aracıdır.					
13	Telefonumu hedeflediğimden daha uzun süre kullanırım.					
14	Git gide telefona daha çok bağlandığımı düşünüyorum.					
15	Ne kadar yorgun olsam da telefonumu kullanmak için kendimde enerji buluyorum.					
16	Planladığımdan daha uzun süre telefonumu kullanıyor ve daha çok harcama yapıyorum.					
17	Telefonum olmasaydı hayatım eğlencesiz olurdu diye düşünüyorum.					
18	Telefonda daha az süre harcamaya çabalasam da başaramıyorum.					
19	Telefonumu kullanmadığımda, bir yerlerde mahsur kalacağımdan korkarım.					
20	Eğer telefonum yanımda değilse ailemle ve/veya arkadaşlarımla hemen iletişim kuramayacağım için kaygı duyarım.					
21	Telefonum kullanım dışında olduğunda, gelen aramaları ve mesajları alamayacağım için kendimi huzursuz hissederim.					
22	Telefonum kullanım dışında olduğunda ailemle ve/veya arkadaşlarımla iletişim halinde olamayacağım için endişelenirim.					
23	Telefonum kullanım dışında olduğunda, birinin bana ulaşmaya çalışıp çalışmadığını bilmediğim için gerilirim.					
24	Telefonum kullanım dışında olduğunda, ailem ve arkadaşlarımla olan bağlantım kesileceği için kendimi huzursuz hissederim.					
25	Telefonum yanımda değilken yakınlarımla nerede bulunduğumu bilmemek/kontrol edememek beni mutsuz eder.					

Ölçeğin 15 yaş ve üzerine uygulanması uygundur. 1.,2.,3.,4.,5.,6.,7.,8.,9.,10. Maddeler “İşlevsellikte Bozulma”; 11.,12.,13.,14.,15.,16.,17.,18. Maddeler “Aşırı Kullanım”; 19.,20.,21.,22.,23.,24.,25. Maddeler “İletişim Kuramama” Boyutunu oluşturur. **Değerlendirme:** (Hiçbir Zaman:1; Naidren:2; Bazen:3; Sık Sık:4; Her Zaman:5). 25-49 puan aralığı “Nomofobi Yok”; 50-74 puan aralığı “Az Seviye”; 75-99 puan aralığı “Orta Seviye”; 100-125 puan aralığı “Yüksek Seviye” olarak değerlendirilmektedir.



Kimlik İşlevleri ile Kolektif Eylem Arasında Sosyal Adaletin Düzenleyici Rolü

Orhan KAYA¹ , Nihal MAMATOĞLU² 

Makalenin

Geliş Tarihi:

29.04.2022

Kabul Tarihi:

10.09.2022

Yayın Tarihi:

29.12.2022

Atf/Citation:

Kaya, O. ve Mamatoğlu, N. (2022). Kimlik işlevleri ile kolektif eylem arasında sosyal adaletin düzenleyici rolü. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 136-156.

ÖZ

Kolektif eylem birçok duygu ve algının sonucunda ortaya çıkan çok yönlü bir sosyal hareketlilik örneğidir. Bu çalışmada kolektif eylemi önemli bir düzeyde etkilediği düşünülen sosyal adalet ve kimlik işlevleri beraber ele alınmaktadır. Bu çalışmanın temel amacı; kimlik işlevleri ile kolektif eylem tutumu arasındaki ilişkide sosyal adalet algısının rolünü incelemektir. Bu amaç doğrultusunda araştırmanın örneklemini Türkiye'nin farklı bölgelerinden kolay örneklem yöntemiyle 8 üniversiteden 263 kadın, 242 erkek toplam 505 bireyden oluşturulmuştur. Katılımcıların yaş aralığı 18-32 (Ort. Kadın 20.3; Erkek 20.9) olarak hesaplanmıştır. Araştırma sorularını test etmek amacıyla; korelasyon, doğrusal regresyon ve düzenleyici regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Analizler sonucunda sosyal adalet algısının hem genel kolektif eylem eğilimini hemde kolektif eylemin her iki alt boyutunu da yordadığı saptanmıştır. Diğer taraftan sosyal adaletin; kimlik işlevleri ile kolektif eylem arasındaki ilişkide düzenleyici bir rolü olduğu göstermiştir. Yapı kimlik işlevi ile genel olarak kolektif eylem arasında sosyal adaletin düzenleyici rolü olduğunu göstermiştir. Yine yapı işlevi ile kolektif eylem alt boyutu olan bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemler arasındaki ilişkide sosyal adaletin düzenleyici rolü olduğu görülmüştür. Ayrıca kimlik işlevi alt boyutlarından uyum ve kontrol işlevi boyutları ile kolektif eylemin bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemler alt boyutu arasındaki ilişkide sosyal adaletin düzenleyici role sahip olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda; kimlik işlevleri belirginleştğinde, sosyal adalet algısının kolektif eylem sürecini önemli düzeyde etkilediği ve belirlediği söylenebilir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular ilgili literatür ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kimlik, Adalet, Kolektif Eylem, Sosyal Adalet, Kimlik İşlevleri

¹Dr., Roma Sapienza Üniversitesi, Gelişimsel ve Sosyal Psikoloji Bölümü, Roma, İtalya, orhankaya21@gmail.com

²Prof. Dr., Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Bolu, Türkiye, mamatoglu_n@ibu.edu.tr

The Moderator Role of Social Justice Between Identity Functions and Collective Action

ABSTRACT

Collective action is an example of multifaceted social mobility that emerges as a result of diverse emotions and perceptions. In this study, social justice and identity functions, which are thought to affect collective action at a significant level, were investigated together. The current study primarily aims to examine the moderator role of social justice perceptions in the relationship between identity functions and collective action attitudes. In order to achieve this goal, a total of 505 participants (263 women and 242 men), from 18 to 32 years (M=Female: 20.3; Male: 20.9), from 8 universities in different regions of Turkey were selected by using the easy sampling method. To test our research questions correlation, linear regression and moderator regression analyzes were performed. Data showed that the perception of social justice predicted both general collective action tendency and two sub-dimensions of collective action. Results also revealed that social justice had a moderating role in the relationship between identity functions and collective action. Results also showed that social justice played a moderating role in the relationship between the structure identity function and collective action in general. Next, the analyzes demonstrated that social justice had a moderator role in the relationship between the structural function and the actions that did not impose legal responsibility on the individual, which is one of the collective action sub-dimensions. Moreover, it has been found that social justice had a moderator role in the relationship between the cohesion and control function dimensions, which are among the sub-dimensions of identity function, and the actions that did not impose legal responsibility on the individual. In line with the results obtained in this study, when identity functions became evident, it might be said that the perception of social justice could significantly affect and determine the collective action process. Finally, the findings were discussed in light of the relevant literature.

Keywords: Identity, Justice, Collective Action, Social Justice, Identity Functions

Sorumlu Yazar:

Orhan KAYA

Roma Sapienza Üniversitesi, Gelişimsel ve Sosyal Psikoloji Bölümü, Roma, İtalya,
orhankaya21@gmail.com

GİRİŞ

Grup davranışı ve bireyin grup içerisindeki davranışına ilişkin yapılan neredeyse bütün çalışmalara, yayına, araştırmaya veya tartışmaya zemin olan ve temel bir dayanak noktası olarak kabul edilen Le Bon'un 1895'te yayınlanan "Kitleler Psikolojisi" adlı çalışması halen sosyal psikoloji ve grup davranışları alanındaki kavramsallaştırmalara öncülük etmektedir. (Jackson 1988; Reicher 1996; Akt. Karahan 2001).

Kolektif eylem konusunda literatürde birçok farklı tanımlamayla karşılaşmak mümkündür. Farklı disiplin ve araştırmacılar kolektif eylem kavramının farklı yönlerine odaklanmıştır. Bu nedenle tanım ve tanımlama farkları ortaya çıkmaktadır. Tajfel ve Turner (1979) kolektif eylemi tekil olarak bireylerin gücü veya konumundan öte ait olunan bütün grubu konum ve statü olarak değiştirmeyi veya geliştirmeyi hedefleyen bütün eylemler olarak tanımlamaktadırlar. Wright ve arkadaşları (1990) kolektif eylemi herhangi bir grubun dezavantajlı durumunun düzeltmeye yönelik olan veya grubun çıkarlarını gözetilen bütün kalabalık davranışlarının kolektif eylem olarak tanımlanabileceğini ifade etmişlerdir. Araştırmacılara göre bireysel çıkarları gözetilen eylemler kalabalık bir şekilde yapılsa dahi kolektif eylem olarak tanımlanamayacağını ifade etmişlerdir. Wright (2009), herhangi bir eylemin bireysel mi yoksa kolektif mi olduğuna karar verilmesi için eyleme katılan kişi sayısından öte o eyleme katılan bireylerin kendilerini sınıflandırma derecesinin ve bireylerin niyetinin belirleyici olduğunu ifade etmektedir.

McGarty ve arkadaşları (2009) kolektif eylemi bütünleşik toplumsal eylem olarak değerlendirirken, Stürmer ve Simon (2004) kolektif eylem süreçlerini ve kavramını sosyal hareket etkinlikleriyle, Tajfel, 1974; Van Zomeren ve Iyer, (2009) insanların ihtiyaçlarını ve öfkelerini ifade ettikleri bir mekanizma olarak tanımlarken Drury ve Reicher (2005) kalabalık edimi ile eşit olarak ele almaktadır. Genel olarak imza kampanyası, sokak eylemleri, yolu trafiğe kapatma, dilekçe yazma, isyan, eğitim çalışması, grev, iş yavaşlatma, boykot, kamu hizmetini engelleme, lobi oluşturma, açlık grevi, oturma eylemi, hatta silahlı çatışma gibi eylemler ve etkinlikler kolektif eylem olarak değerlendirilmektedir (Wright, 2009). İlgili literatürde kolektif eyleme ilişkin çalışmalar kolektif eylemi tek boyutlu bir kavram olarak ele almıştır. Ancak Kaya ve Mamatoğlu'nun (2017) çalışması kolektif eylemin iki boyutu olduğunu ortaya koymuştur. İlk boyut sosyal medya paylaşımları (Facebook, Twitter...vb) gibi bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemlere katılım ikinci boyut ise bireye yasal sorumluluk yükleyen eylemlere katılım (örn. Basın açıklamasına veya protestoya katılmak) olarak tanımlanmıştır. Bu çalışmada şimdiye kadar genellikle tek boyut olarak çalışılan kolektif eylem olgusu yukarıda ifade edilen iki boyut ile incelenmiştir.

Her ne kadar birçok araştırmacı ve bilimsel disiplin kolektif eylemi farklı bakış açıları ile incelese de kolektif eylem süreçlerinin sosyo-psikolojik boyutları ve temelleri son zamanlarda daha fazla ilgi çekmeye başlamıştır (Klandermans, 1997). Araştırmalar, bireyleri kolektif eyleme yönelten ve motive eden temel etkenlerin başında sosyal kimliğinin olduğunu ortaya koymuştur (Gamson, 1992; Klandermans, 1997, 2004; Livingstone, 2021; Uluğ ve Acar, 2019). Çok sayıda çalışmaya göre sosyal kimlik; bireylerin ortak hedefler geliştirdikleri ve kolektif eyleme yönelten ortak acıları deneyimledikleri bir temeldir (Drury ve Reicher, 2005; Postmes ve Branscombe, 2002; Tajfel, 1974; Van Zomeren ve ark., 2004). Kolektif eyleme yönelme

konusunda sosyal kimlik; bir merkez işlevi görmekte ve birçok farklı değişken arasında bir köprü görevi görmektedir (Van Zomeren ve ark., 2008). Bununla beraber De La Sablonnière ve arkadaşları (2013) kolektif eylem davranışını bireylerin bir kimlik edinme çabası olarak tanımlamışlardır. Yine Duncan'a (2012) göre kolektif eylemi olumlu kimlik kazanma veya kimliği daha güçlendirmenin bir yöntemi olarak kabul eder. Bu doğrultuda kolektif eylem, kimlik ve kimliklenmenin yoğun bir ilişki içinde olduğu ve karşılıklı birbirini geliştiren ve motive eden iki mekanizma olduğu düşünülmektedir.

Kimlik, Kimlik İşlevleri ve Kolektif Eylem

Bireyler doğduğu anda kendisinden önce inşa edilmiş tanımlanmış bir sosyal yapının içine doğarlar. Dolayısıyla bireyler doğuştan sahip olduğu dil, inanç, ırk, cinsel yönelim, coğrafya, ten rengi...vb. birçok özellik bakımından daha önce belirlenmiş sosyal sınıfların içine girmiş olurlar. Bu doğrultuda bireyler doğuştan tamamen tesadüfi olarak ve kendilerine bir tercih hakkı tanınmadan içine girdikleri sosyal sınıflar içerisinde belirli ilişki ağları geliştirip aidiyetlere sahip olmaya başlarlar. Ortaya çıkan bu aidiyetler ve tanımlamalar sosyal kimlik olarak kavramsallaştırılmıştır (Hogg ve Abrams, 1998; Lipponen ve ark., 2003). İçine doğduğu sosyal gruba yönelik bireyler tarafından sosyal kimliğin bir gereği olarak olumlu-olumsuz değerlendirme ve yorumlar yapılır ortaya çıkan bu süreç bireylerin benliğinin oluşmasına önemli katkılar sağlar (Hogg ve Abrams, 1998).

Sosyal Kimlik Kuramı (SKK) (Tajfel ve Turner 1979) bireyin kimliklendiği sosyal yapının diğer gruplar arasında sosyal statü bağlamında daha iyi bir konumda olduğunu algılaması ve düşünmesinin önemli olduğunu vurgular. Etnik, cinsiyet, siyasi, dini vb. bir gruba dahil olarak grup kimliğine sahip birey; ait olduğu grubu sosyal statü bağlamında daha iyi bir konuma getirmek için sürekli bir mücadele içinde olur. Sürekli devam eden bu mücadeleyi bazı stratejiler doğrultusunda yürütür. Bu mücadele süreci devam ederken bireyin davranış örüntüsü; ait olduğu sosyal gruptan ayrılma ile statü olarak daha iyi bir konumda olan bir sosyal gruba geçme davranışı ile ortaya çıkan sosyal hareketlilik, yaratıcılıkla beraber aktivizm içeren sosyal rekabete yönelmeye kadar devam eden birçok seçeneğin var olduğu bir bağlamda şekillenir (Tajfel ve Turner, 1979; Van Knippenberg ve Ellemers, 1990). Ortaya çıkan yeni bağlamda; bireyin seçeneklerinden ilki statü açısından daha iyi bir konumda olan bir gruba dahil olmak ve yükselen grup statüsü ile kendini daha değerli hissetmeye çalışmaktır. İkinci seçenek olarak ise birey kendi grubu dışındaki gruplar ve üyeleri ile rekabete girerek kendini ve ait olduğu grubu dezavantajlı durumdan çıkarıp daha iyi bir statüye kavuşturmaya çalışmaktır. Grup üyesi olan bireyin içine girdiği rekabet genellikle kolektif eylem yolu ile ortaya çıkar.

Serafini ve Adams'ın (2002) tanımlamasıyla, sosyal kimliğin bireye sunduğu; bireyin benliğini anlamlandırabilmesi için bir yapı; ilişkiler değerler ve hedefler aracılığıyla amaç; öz kontrol algısı ve özerklik yani kontrol; edimler, çevre ve bilişler arasında uyum; son olarak alternatif seçenekler bağlamında gelecek işlevlerinin bireyin yeterlilik algısına ve sosyal adaletsizlikler karşısında kolektif eyleme geçebilme kabiliyetine yön verebileceği ve aynı zamanda eyleme geçtikçe sosyal adaleti sağlama motivasyonunun ve yeterlilik algısını artırarak kimliğine ve kimlik işlevlerine olumlu katkısı olacağını düşünmek mümkündür. Bu bağlamda kimlik işlevleri ile sosyal adalet arasında kurulan ilişki bir aracılık ilişkisinden çok bir tür etkileşim ilişkisidir. Böyle ilişkisel bir çalışmada bu türlü bir ilişki kimlik işlevleri ile kolektif eylem

arasındaki ilişkide sosyal adaletin düzenleyici rolünün incelenmesi olarak tanımlanabilir. Tek tek bu çalışmada ele alınan beş kimlik işlevi bağlamında sosyal adalete ve kolektif eylem arasındaki ilişkiler şöyle kurulabilir. Örneğin bireyin kendini tanımlayabilmesini sağlayan yapı işlevi bireyin ait olduğu grubun statüsünü yükselmek üzere algıladığı adaletsizlik karşısında kolektif eyleme geçerek kendini tanımladığı yapıyı güçlendirmesi için bir yol olabilir. Yani bireyin algısında yapı işlevinin düzeyi sosyal adalet algısının düzeyi tarafından düzenlenerek kolektif eylemin ortaya çıkmasıyla ilişkilendirilir. Öte yandan bireyin adaletsizliğe uğradığını düşündüğü sosyal grubunun statüsünü yükseltme hedefini kendine bir yaşam amacı edinerek bu amaca ulaşmak için kolektif eyleme geçmesine neden olabilir. Bireyin algısında adaleti sağlamak ve hayatını kontrol etmek için özgür iradesi ile bilinçli ve kontrollü olarak kolektif eylem davranışı geliştirebileceği düşünülebilir. Bir başka kimlik işlevi olan uyum ile ilgili olarak; bireyin sahip olduğu değerler ile o değerlere uymayan yaşantılar -adaletsizlik gibi- arasında uyum kurabilmek için adaletsizliği adalete çevirmek üzere kolektif eyleme yönelmesi beklenebilir. Son olarak, sadece geçmiş ve şu an kendisi için değil gelecekte kendisi ve ait olduğu sosyal grup için kendi geleceğine karar verme ve seçim yaparak adaletsizlik algısını değiştirmeye yönelik kolektif eylem içinde olması beklenebilir. Bu beklentiler Van Zomeren ve arkadaşlarının (2008) açıkladığı gibi temelde sosyal kimlik ve kolektif eylem arasındaki ilişkinin algılanan adaletsizlik ve algılanan yeterlilik ile ilişkilendiği şeklinde özetlenebilir. Yapı, amaç, kontrol, uyum, gelecek olarak özetlenen kimlik işlevleri bu manada bireye adaletsizlikler karşısında harekete geçmesini sağlayarak yeterlilik algısını verebilir (Llones ve ark., 2022; Singleton, 1999).

Sosyal Adalet/Sizlik Algısı, Kimlik ve Kolektif Eylem İlişkisi

Stürmer ve Simon'a (2004) göre kolektif eylem, doğrudan kendilerine veya ait oldukları sosyal gruba yönelik bir adaletsizliğe öfke hissedilen ve bununla beraber kolektif bir kimlik ve bilinç duygusuna sahip bireylerin öncülüğünde yapılabilir. Bu doğrultuda Simon ve Klandermans (2001) politik düzeyi yüksek kolektif kimlikte rakip bir grubun varlığının çok önemli olduğunu vurgulamışlardır. Böylesi bir durumda gruba kimliklenmiş bireyler bir ötekiye sahip olacak ve yaşanan dezavantajlı durum ve adaletsizlikler için bir sorumlu fail grup bulmuş olacaklardır. Bu nedenle karşıt gruba öfke duygusu beslenebilmektedir. Duyulan kolektif öfke söz konusu sosyal kimliğe sahip bireylerin hissettikleri adaletsizlik karşısında kolektif eyleme geçmeleri ile sonuçlanır. Kimlik, adaletsizlik algısı ve kolektif eyleme yönelme bir sıra takip ediyormuş gibi görünse de sosyal kimliklenmenin kolektif eylem tarafından güçlendirilmesi de söz konusudur. Kolektif eylemi sosyal kimlik ile ilişkisi üzerinden açıklamaya çalışan yaklaşımlar, kolektif eylemleri kimlik kazanmanın bir yolu olarak kabul eder (De La Sablonnière ve ark., 2013)

Zomeren ve arkadaşlarının (2008) adaletsizlik, yeterlilik ve kimlik değişkenlerini içeren, verilerin bir alt analizinde adaletsizliğin, kimlik ve kolektif eylem arasında aracı değişken olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca bireyleri kolektif eylemlere katılmaya motive eden bir diğer faktör, bireylerin kendi durumlarını diğer grupların üyeleriyle karşılaştırmasıdır. Diğer gruplara verilen haklardan yararlanamadıklarını değerlendiren grup üyeleri, yaptıkları karşılaştırma sonucunda buna itiraz etme eğiliminde olurlar (Folger, 1986). Özellikle bazı haklardan mahrum bırakılma duygusunu yaşamak, protestolara veya toplu eylemlere katılmaları için motivasyon

yaratır (Klandermans, 1997). Van Zomeren ve arkadaşları (2008) ileri sürdükleri sosyal kimlik ve kolektif eylem modeli vasıtasıyla, kimlik ile kolektif eylemin pozitif yönlü ilişkili olduğunu ve algılanan adaletsizlik ile algılanan yeterliliğin, kimlik ile kolektif eylem arasında aracılık ettiğini bulmuşlardır.

Gelir dağılımı, yer altı ve yer üstü kaynaklarının dağılımı gibi maddi kaynakların yanında adalet, eşit yurttaşlık ve temel insan hakları gibi kaynakların dağılımını da kapsayan sosyal adalet diğer taraftan dezavantajlı grupların desteklenmesini de içine alır. Dezavantajlı olduğunu düşünmek ya da ait olduğu grubun haksızlığa maruz kaldığını hissetmek adalet algısı ve duygusu ile açıklanabilir. Zomeren ve arkadaşları (2008) adaletsizlik algısı ve kolektif eylem süreçleri üzerine yaptıkları çalışmalar doğrultusunda bireysel nedenlerle oluşan adaletsizlik algısından öte grup üyeliğine yönelik adaletsizlik algısının kolektif eylem ile ilişkili olduğunu vurgulamışlardır.

Kolektif eylem, sosyal adalete ve kimlik işlevlerine ilişkin literatür incelendiğinde; kolektif eylem ile sosyal adalet veya adalet üzerine (Drury ve Reicher 2005; Shankar-Brown, 2015; Uluğ ve Tropp 2021; Van Zomeren ve ark., 2008); kolektif eylem ile kimlik veya kimliklenme (Chayinska ve ark., 2021; Livingstone, 2021; Livingstone ve ark., 2022; Pozzi ve ark., 2022; Stürmer ve Simon 2009; Ufkes ve ark., 2014; Van Zomeren ve ark., 2008; Van Zomeren, 2019) gibi birçok ikili çalışma yapıldığı görülürken; kimlik işlevleri ile kolektif eylem ikilisinin ilişkisinde sosyal adalet/sizliğin nasıl işlev gördüğüne dair herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Alan yazına bakıldığında kolektif eylem çalışmaları etnik azınlıklar veya dezavantajlı gruplar (Chan ve Mak, 2020; Gezici-Yalçın, 2013; Selvanathan ve Leidner, 2020) gibi non-normative gruplar üzerinde yapıldığı görülmektedir, mevcut çalışma ise normative bir grup olan öğrenci örnekleminde gerçekleştirilen ilk çalışmadır. Bu noktada kolektif eylemin non-normative bir grupta test edilmesi ve bu örnekleme bulunan ilişkiler toplumu eyleme geçiren mekanizmalar hakkında yeni bilgiler sunacaktır.

Adalet algısının hangi düzeyde bireyi kolektif eyleme ve ne tür eylemlere yönlendirdiği ayrıca bu durumun kimliğin hangi işlevi belirginleşirken ortaya çıktığı sorusuna cevap vermesi açısından bu çalışmanın sonuçları önemlidir. Zira bu anlamda literatüre kazandırılacak bu bilgi farklı sosyal kimliklerden grupların bir arada yaşama, ortaya çıkan kimlik ya da adalet temelli sorunları anlama, sosyal politika üretme ve tedbir alma anlamında toplum önderlerine, yöneticilere yol gösterebilecektir.

Bu çalışmanın temel amacı hem kolektif eylem, sosyal adalet ve kimlik işlevleri değişkenleri arasındaki ilişkiyi inceleme hem de sosyal adaletin diğer değişkenler arasındaki düzenleyici rolünü incelemektir. Ayrıca kimlik işlevleri ve kolektif eylem arasındaki ilişkide sosyal adalet/adaletsizlik algısının rolünün açıklayıcı bir yaklaşımla incelenmesidir. Bu çalışma da sosyal adalet algısı kolektif eylem ve kimlik işlevleri arasında anlamlı korelatif ilişkilerin olması beklenmektedir. Aynı sosyal adalet algısının kimlik işlevleri ve alt boyutları ile kolektif eylem ve alt boyutları arasında düzenleyici bir rol oynaması beklenmektedir.

YÖNTEM

Katılımcılar

Türkiye'deki üniversitelerde eğitim gören öğrenciler bu çalışmanın evrenini oluşturmaktadır. Bu doğrultuda; Abant İzzet Baysal, Gümüşhane, Hakkâri, İnönü, Kırıkkale, Mersin, Muğla ve Trakya üniversitelerindeki öğrenciler örneklem olarak seçilmiştir. Örneklem sayısı 505 öğrenci, 263'i (% 52.1) kadın, 242'i (% 47.9) erkektir. Katılımcıların yaşı 17 ile 32 arasında değişmekte olup kadınların yaş ortalaması 20.3 erkeklerin yaş ortalaması ise 20.9 olarak hesaplanmıştır. Araştırma öncesinde Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan 2014/100 karar numarası ile Kasım 2014 tarihinde etik kurul onayı alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Katılımcılardan demografik bilgi formu kullanılarak cinsiyet, doğum yeri, yaş, eğitim gördükleri üniversite, bölüm ve sınıf bilgileri alınmıştır.

Sosyal Adalet/sizlik Ölçeği (SAÖ)

Bu çalışma kapsamında sosyal adalet algısını değerlendirmek için Yıldırım'ın (2011) Türkçe'ye kazandırdığı ve Ljubotina (2004) tarafından yapılan çalışma ile geliştirilen sosyal adalet/sizlik ölçeğinden faydalanılmıştır. Bu ölçme aracı 5'li likert tipi (1= Katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum) derecelendirme yöntemi ile değerlendirilen 5 maddeden (örn. Ülkemde herkes, amaç ve isteklerini yerine getirmede eşit fırsatlara sahiptir) oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması çalışması kapsamında yapılan değerlendirme ve analizler ölçekteki maddelerin faktör yüklerinin .58-.82 arasında olduğunu göstermiştir. Diğer taraftan aynı çalışmada aynı maddelerin toplam korelasyon değerlerinin .71-.78 arasında olduğu bulunmuştur. Ayrıca varyans değeri %53.87 ile Cronbach Alpha katsayısı .78 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yıldırım (2011) nihai olarak bu ölçeği 5 maddeli ve tek boyutlu olarak Türkçe'ye uyarlamıştır. Ölçekten alınan puanın yükselmesinin bireyin adaletsizlik algısının artması anlamına geldiğini göstermektedir. Bu çalışmada yapılan analizler ölçeğin Cronbach Alpha değerinin .67 ve madde faktör yüklerinin .55-.78 olarak olduğunu göstermiştir.

Kimlik İşlevleri Ölçeği (KİÖ)

Bu çalışmada kimlik işlevleri algısı kimliği farklı psikolojik işlevler bağlamında değerlendiren Serafini ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilen Kimlik İşlevleri Ölçeği (KİÖ) ile değerlendirilmiştir. Bu ölçme aracı 5'li likert tipi (1= kesinlikle katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum) derecelendirme yöntemi ile değerlendirilen 15 maddeden (örn. Kendime hedefler belirler ve sonra onların gerçekleşmesi için çalışırım) oluşmaktadır. Ölçme aracı kimliğin 5 farklı işlevini ölçmek amacıyla hazırlanmıştır. 1) Yapı: Bireyin kendisi ile beraber çevresini anlamlandırması ve tanımlayabilmesi bakımından bir yapı sunar, 2) Amaç: İlişkiler, değerler ve amaçlar doğrultusunda anlam ve yön duygusu sunar, 3) Kontrol: Bireyin kendini ve çevresini kontrol duygusu ve özerklik duygusu sunar, 4) Uyum: Bireyin değerleri, inanışları ve düşünceleri arasında tutarlılık ve uyum duygusu sunar, 5) Gelecek: Bireyin geleceğindeki olasılıklar ve alternatifleri değerlendirmesi açısından bir potansiyel sağlar. (Serafini ve Adams, 2002). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması ve standardizasyon çalışması Demir (2011) tarafından

yapılmıştır. Kimlik İşlevleri Ölçeği'nin güvenilirlik analizinde iç tutarlık katsayıları; yapı boyutu için .70, uyum boyutu için .76, amaç boyutu için .80, gelecek boyutu için .75 ve kontrol boyutu için .77 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma kapsamında yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin faktör yapısının uyarılma çalışması ile aynı olduğu görülmüştür. Ayrıca yapılan analizler alt boyutların alfa değerlerinin; yapı boyutu .60, amaç .72, gelecek .65, uyum .69, ve son olarak kontrol .68 olarak ölçülmüştür. Diğer taraftan ölçeğin bütün boyutları genel olarak alfa değeri .87 olarak ölçülmüştür.

Kolektif Eylem Ölçeği (KEÖ)

Bu çalışmanın da içinde yer aldığı birinci yazarın yüksek lisans tezinde kolektif eyleme yönelme davranışının incelemesi amacıyla bir ölçme aracı geliştirilmiştir. Bu ölçme aracı 9 maddeden oluşmakta ve 6'lı (1= Hiç-- 6= Çok sık) likert yöntemi ile ölçülmektedir. Hazırlanan ölçeğe yapılan faktör analizi sonucunda: ölçek maddelerinin iki faktöre yüklendiği görülmüştür. Ölçek; bireye yasal sorumluluk yükleyen eylemlere katılım (örn. Basın açıklaması ve protestolara katıldım) ve bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemlere katılım (örn. Yasadışı eylemlere katılmak) şeklinde değerlendirilen iki alt boyuta sahiptir. Kolektif Eylem Ölçeği'nin güvenilirlik analizinde; bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemler boyutuna dair Cronbach Alpha .85 olarak hesaplanırken bireye yasal sorumluluk yükleyen eylemler boyutuna dair Cronbach Alpha değeri .77 olarak hesaplanmıştır. Tüm ölçeğe ait içsel tutarlılık katsayısı .88 iken ölçeğin varyans değeri %64.03 olarak hesaplanmıştır.

BULGULAR

Bu çalışmada; kimlik işlevleri, sosyal adalet algısı ve kolektif eylem tutumunu ölçmek için kullanılan ölçekler ve alt ölçeklerine ait betimleyici analiz sonuçları Tablo 1.'de görülmektedir. Analizler sonucunda elde edilen sonuçlar verilerin analizlere uygun olduğu ve normal dağıldığını göstermektedir.

Tablo 1. Betimleyici Analiz Sonuçları (Demografik Değişkenler, Sosyal Adalet/Sizlik ve Kolektif Eylem ve Alt Faktörleri)

	N	Min.	Max.	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık
Yaş	505	17.00	44.00	20.65	2.13	3.26	28,88
Sosyal adalet	504	5.00	24.00	11.20	3.61	.52	.11
Yapı	505	4.00	15.00	11.88	1.80	-.81	1.30
Uyum	505	3.00	15.00	12.14	2.02	-1.10	2.63
Amaç	505	4.00	15.00	11.69	2.04	-.64	.59
Gelecek	505	3.00	15.00	10.66	2.19	-.43	.55
Kontrol	505	3.00	15.00	11.85	1.91	-.71	1.41
BYS Yüklemeyen Eyl.	505	6.00	36.00	16.14	7.35	.57	-.31
BYS Yükleyen Eylem	505	3.00	18.00	6.49	3.88	1.12	.31
Genel Kolektif Eylem	505	9.00	54.00	22.63	10.25	.72	-.03

BYS-Bireye Yasal Sorumluluk

Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek üzere tüm değişkenlere korelasyon analizi uygulanmıştır (Tablo 2.). Analizlerden önce cinsiyet kategorik değişkeni kukla değişken olarak kodlanmıştır (1=Kadın, 2=Erkek).

Tablo 2. Korelasyon Analizi Sonuçları (Demografik Değişkenler, Kimlik İşlevleri, Kimlik Gücü, Sosyal Adalet, Kolektif Eylem ve Alt Boyutları)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Sınıf	1								
2.Sosyal Adalet	.006	1							
3.Yapı	.066	.041	1						
4.Uyum	.058	.115**	.535**	1					
5.Amaç	-.034	.050	.482**	.455**	1				
6.Gelecek	.068	.059	.481**	.406**	.609**	1			
7.Kontrol	.011	.009	.562**	.362**	.533**	.543**	1		
8.BYSYüklemeyen Ey.	.054	-.112*	.160**	.118**	.105*	.128**	.219**	1	
9.BYS Yükleyen Ey.	.021	-.256**	.068	.007	.013	.004	.109*	.200**	1
10.Genel Kolektif Eyl.	.046	-.177**	.141**	.088	.080	.093*	.199**	.383**	.956**

**p<.01, *p<.05; BYS-Bireye Yasal Sorumluluk

Kimlik işlevlerinin kolektif eylem boyutlarını yordama durumunu değerlendirmek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır (Tablo 3.). Regresyon analizi yapılırken öncelikle demografik değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki etkilerini kontrol etmek için (yaş, cinsiyet, sınıf) kontrol değişkeni olarak alınmış, kimlik işlevleri ile ikinci bir blok oluşturulmuştur. Regresyon analizi sonucunda (Tablo 3.) kimlik işlevlerinden yapı, uyum, amaç ve gelecek işlevlerinin kolektif eylem ve alt boyutları olan: bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemler faktörü ve bireye yasal sorumluluk yükleyen eylemler faktörünü anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmüştür.

Kimlik işlevlerinden kontrol işlevinin bireye yasal sorumluluk yükleyen eylemlere katılımı anlamlı bir şekilde yordamadığı görülürken; bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemlere katılımı anlamlı bir şekilde yordadığı ($\beta = .136$, $t = 2.598$, $SH = .203$, $p < .05$) ve yine kontrol işlevinin genel olarak kolektif eyleme katılımı ($\beta = .136$, $t = 2.560$, $SH = .286$, $p < .05$) anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür (Tablo 3.).

Bireylerin sosyal adalet algısının; bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemlere katılımı ($\beta = -.105$, $t = 2.659$, $SH = .081$, $p < .01$), bireye yasal sorumluluk yükleyen eylemlere katılımı ($\beta = -.252$, $t = -5.962$, $SH = .045$, $p < .01$) ve kolektif eyleme katılımı ($\beta = -.171$, $t = 4.259$, $SH = .114$, $p < .01$) anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür.

Tablo 3. Regresyon Analizi Sonuçları (Kimlik Gücü, Kimlik İşlevleri, Sosyal Adalet ve Kolektif Eylem Boyutları Arasında)

	Bireye Yasal Sorumluluk Yüklemeyen Eylemler					Bireye Yasal Sorumluluk Yükleyen Eylemler					Kolektif Eylem Toplam					
	B	SH	β	t	p	B	SH	β	t	p	B	SH	β	t	p	
1. Adım	Yaş	-.179	.172	-.052	-1.046	.296	.106	.090	.058	1.171	.242	-.074	.238	-.015	-.309	.757
	Cinsiyet	2.744	.653	.186	4.200	.000	1.432	.344	.184	4.162	.000	4.175	.908	.203	4.599	.000
	Sınıf	.473	.334	.070	1.416	.157	-.043	.176	-.012	-.245	.807	.430	.464	.045	.926	.355
2. Adım	Yapı	.271	.217	.067	1.248	.213	.096	.122	.045	.790	.430	.368	.307	.065	1.199	.231
	Uyum	.089	.180	.024	.497	.619	.020	.101	.010	.200	.842	.109	.253	.022	.432	.666
	Amaç	-.049	.194	-.014	-.253	.800	-.037	.109	-.020	-.343	.732	-.087	.274	-.017	-.316	.752
	Gelecek	-.041	.179	-.012	-.228	.820	-.120	.100	-.068	-1.197	.232	-.161	.252	-.034	-.638	.524
	Kontrol	.527	.203	.136	2.598	.010	.205	.114	.101	1.803	.072	.732	.286	.136	2.560	.011
	Sosyal Adalet	-.215	.081	-.105	-2.659	.008	-.271	.045	-.252	-5.962	.000	-.486	.114	-.171	-4.259	.000

Sosyal adaletin kimlik işlevleri ve kolektif eylem arasındaki ilişkide düzenleyici rolünü araştırmak için düzenleyici regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi yapılırken öncelikle demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, sınıf) kontrol değişkeni olarak alınmış kimlik işlevleri ölçeğinin alt boyutları (yapı, uyum, amaç, gelecek, kontrol) ve kimlik gücü yordayıcı, çatışma kolektif eylem ölçeğini alt boyutları (bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemler, bireye yasal sorumluluk yükleyen eylemler) yordanan değişkenler olarak ele alınmıştır. Sosyal adalet ölçeği ise düzenleyici değişken olarak değerlendirilmiştir. Düzenleyici regresyon analizlerinden önce, Aiken ve West (1991) tarafından önerildiği şekilde kimlik işlevleri ve kimlik gücü (yordayıcı değişken) ve sosyal adalet (düzenleyici değişken) merkezleştirilmiş, etkileşim terimi her iki merkezleştirilmiş değişkenin çarpımı ile elde edilmiştir. Regresyon analizinde ilk adıma demografik değişkenler kontrol değişkenleri olarak bir blok halinde alınmıştır. İkinci adıma merkezleştirilmiş kimlik işlevleri ve sosyal adalet alınarak bir blok oluşturulmuştur. Son adıma etkileşim terimi alınmıştır. Bundan sonra, anlamlı bulgular üzerinden regresyon eğrileri için, Aiken ve West (1991) tarafından önerildiği şekilde, düzenleyici değişkenin yüksek (ortalamadan +1 standart sapma) ve düşük (ortalamadan -1 standart sapma) düzeyleri için, bağımsız değişken (kimlik işlevleri) üzerinde bağımlı değişkenin (kolektif eylem alt boyutları) basit regresyon eşitliği hesaplanmıştır. Bu hesaplamalar doğrultusunda basit regresyon eğrileri çizilmiştir.

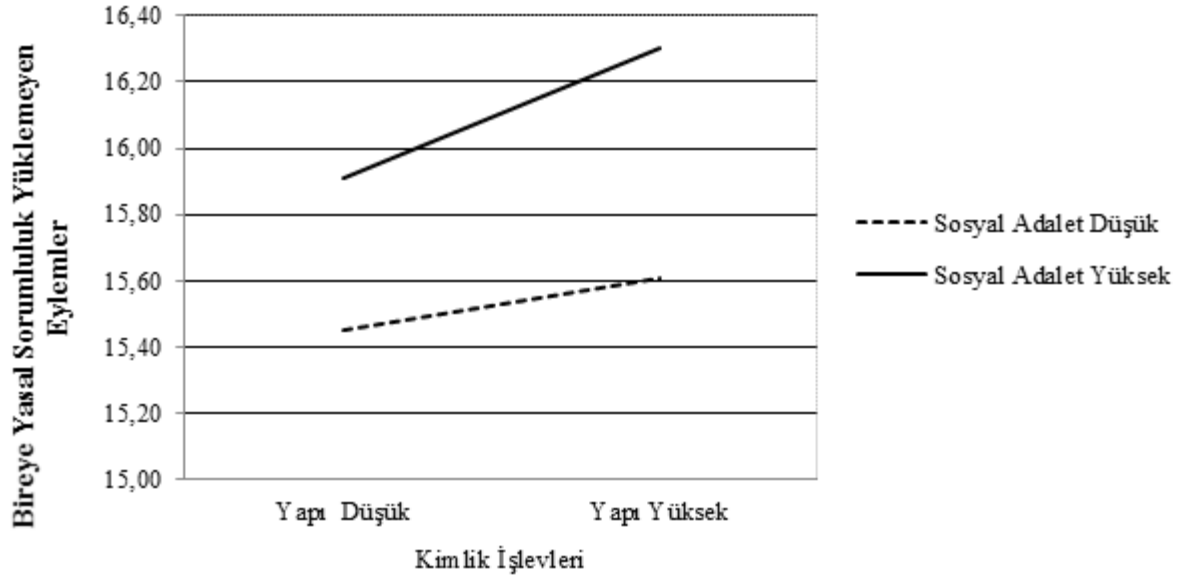
Daha sonraki analiz adımı olarak düzenleyici regresyon analizi planlanmıştır. Bu bağlamda sosyal adalet algısının diğer değişkenler arasındaki düzenleyici rolü incelenmiştir.

Tablo 4. Düzenleyici Regresyon Analizi Sonuçları (Kimlik İşlevleri, Sosyal Adalet ve Bireye Yasal Sorumluluk Yüklemeyen Eylemler Boyutu)

	Değişkenler	B	β	t	p	R ²	F
1. Adım	Yaş	-.18	-.05	-1.05	.30	.03	6.44
	Cinsiyet	2.74	.19	4.20	.00		
	Sınıf	.47	.07	1.42	.16		
2. Adım	Yapı	.65	.16	3.69	.00	.07	8.44
	Sosyal Adalet	-.27	-.13	-3.06	.00		
3. Adım	Yapı x Sosyal Adalet	.12	.12	2.68	.01	.08	8.31
	Değişkenler	B	β	t	p	R ²	F
1. Adım	Yaş	-.18	-.05	-1.05	.30	.03	6.44
	Cinsiyet	2.74	.19	4.20	.00		
	Sınıf	.47	.07	1.42	.16		
2. Adım	Uyum	.56	.15	3.49	.00	.07	8.14
	Sosyal Adalet	-.29	-.14	-3.31	.00		
3. Adım	Uyum x Sosyal Adalet	.10	.10	2.19	.03	.07	7.64
	Değişkenler	B	β	t	p	R ²	F
1. Adım	Yaş	-.18	-.05	-1.05	.30	.03	6.44
	Cinsiyet	2.74	.19	4.20	.00		
	Sınıf	.47	.07	1.42	.16		
2. Adım	Kontrol	.81	.21	4.89	.00	.09	10.62
	Sosyal Adalet	-.26	-.13	-2.97	.00		
3. Adım	Kontrol x Sosyal Adalet	.08	.08	1.90	.04	.09	9.50

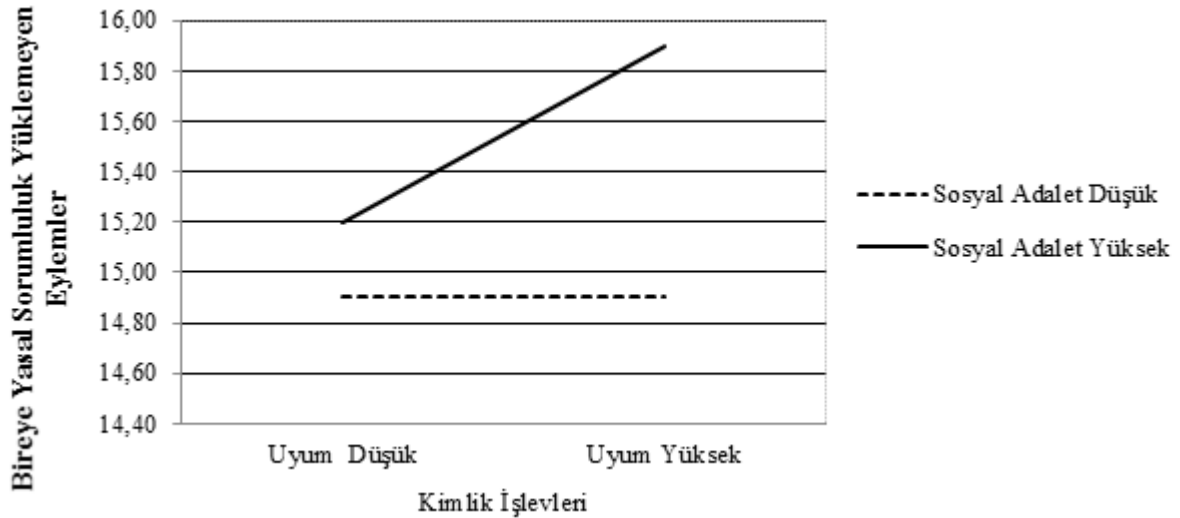
Kimlik işlevleri, kolektif eylem ve bu değişkenlerin alt boyutları arasındaki ilişkilerde sosyal adalet değişkeninin düzenleyici rolünü incelemek amacıyla yapılan analizlerden ortaya çıkan anlamlı veriler Tablo 4.'de sunulmuştur.

Bu doğrultuda ilk olarak, kolektif eylem alt boyutlarından; bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemler boyutu üzerinde, kimlik işlevleri alt boyutlarından yapı ile sosyal adalet algısı faktörünün etkileşiminin anlamlı ($F=8.31$, $\beta=.12$, $t=2.68$, $R^2=.08$, $p<.05$) olduğu görülmektedir (Grafik 1.).



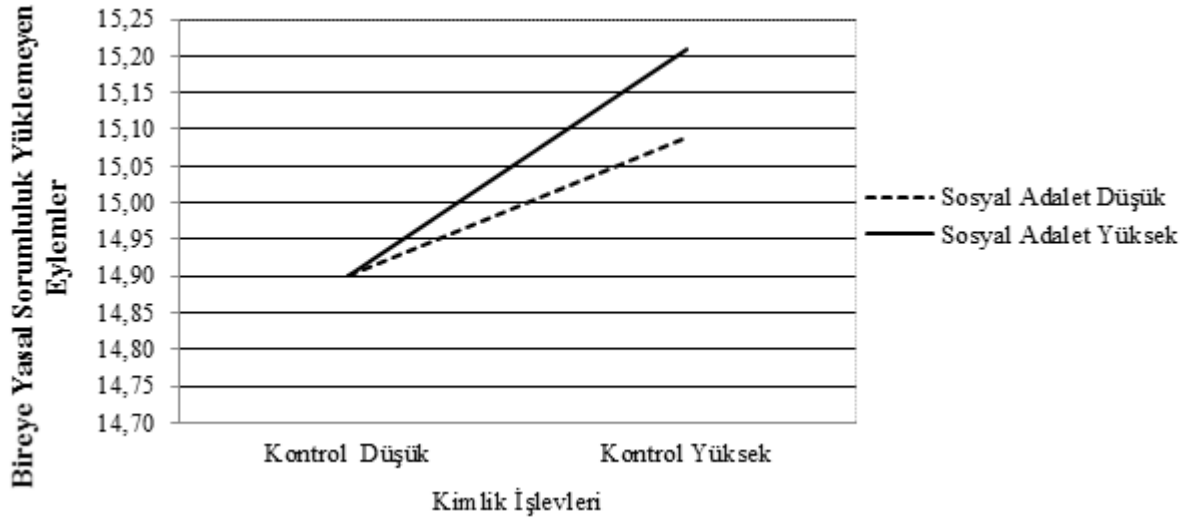
Grafik 1. Bireye Yasal Sorumluluk Yüklemeyen Eylemler Boyutu Puanlarının Yordanmasında Kimlik İşlevlerinden Yapı Alt Boyutu ve Sosyal Adalet Arasındaki Etkileşim

Kolektif eylem boyutlarından bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemler boyutu üzerinde; kimlik işlevlerinden uyum işlevi ile sosyal adalet algısı faktörünün etkileşiminin anlamlı olduğu görülmektedir ($F=7.64$, $\beta=.10$, $t=2.19$, $R^2=.07$, $p<.05$) (Grafik 2.).



Grafik 2. Bireye Yasal Sorumluluk Yüklemeyen Eylemler Boyutu Puanlarının Yordanmasında Kimlik İşlevlerinden Uyum İşlevi ve Sosyal Adalet Arasındaki Etkileşim

Kolektif eylem boyutlarından bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemler boyutu üzerinde; kimlik işlevlerinden kontrol işlevi ile sosyal adalet algısı faktörünün etkileşiminin anlamlı olduğu görülmektedir ($F=9.50$, $\beta=.08$, $t=1.90$, $R^2=.09$, $p<.05$) (Grafik 3.).

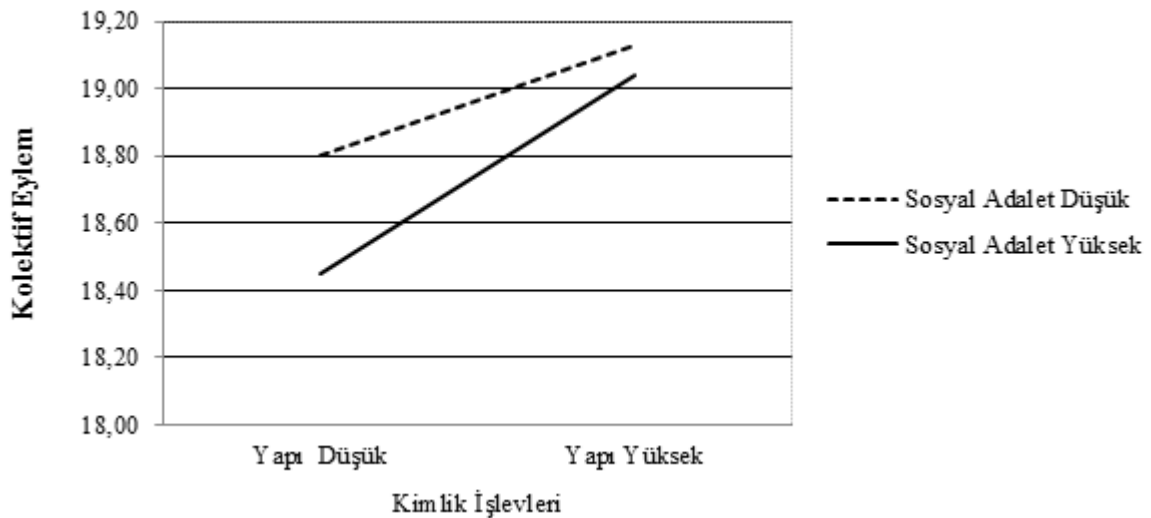


Grafik 3. Bireye Yasal Sorumluluk Yükleme Eylemler Boyutu Puanlarının Yordanmasında Kimlik İşlevlerinden Kontrol İşlevi ve Sosyal Adalet Arasındaki Etkileşim

Tablo 5. Düzenleyici Regresyon Analizi Sonuçları (Kimlik İşlevleri, Sosyal Adalet ve Genel Kolektif Eylem Değişkeni)

	Değişkenler	B	β	t	p	R ²	F
1. Adım	Yaş	-.07	-.02	-.31	.76	.04	7.47
	Cinsiyet	4.18	.20	4.60	.00		
	Sınıf	.43	.05	.93	.35		
2. Adım	Yapı	.80	.14	3.31	.00	.09	10.88
	Sosyal Adalet	-.56	-.20	-4.58	.00		
3. Adım	Yapı x Sosyal Adalet	.14	.09	2.19	.03	.10	8.31

Genel kolektif eylem değişkeni üzerinde, kimlik işlevlerinden yapı işlevinin sosyal adalet değişkeni ile etkileşiminin anlamlı (Tablo 5.) olduğu görülmektedir (F=8.31, β =.09, t=2.19, R²=.10, p<.05) (Grafik 4.).



Grafik 4. Kolektif Eylem Puanlarının Yordanmasında Kimlik İşlevlerinden Yapı İşlevi ve Sosyal Adalet Arasındaki Etkileşim

TARTIŞMA

Sosyal adalet algısının, kolektif eylem ve alt boyutları ile kimlik işlevleri ve alt boyutları arasındaki ilişkide düzenleyici rolünü incelemek bu çalışmanın öncelikli hedeflerinden biridir. Çalışma kapsamında kimlik işlevleri değişkeni ve alt boyutları yordayıcı olarak ele alınırken kolektif eylem değişkeni ve alt boyutları yordanan olarak değerlendirilmiştir.

Elde edilen verilerin analizi sonucunda kolektif eylem boyutlarından olan bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemlere katılım üzerinde, sosyal adalet algısı ile kimlik işlevlerinden yapı işlevi etkileşiminin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Yapı işlevi yüksek olan bireylerin sosyal adalet algıları düşük olduğu durumda kolektif eylem ve boyutlarına katılım yüksek olacağı beklenmiştir. Ortaya çıkan sonuçlar beklenti ile doğru orantılıdır. Bu doğrultuda bireyin kendini tanımlayabilmesini sağlayan yapı işlevi bireyin ait olduğu grubun statüsünü yükselmek üzere algıladığı adaletsizlik karşısında kolektif eyleme geçerek kendini tanımladığı yapıyı güçlendirmesi için bir yol olabilir. Yani bireyin algısında yapı işlevinin yüksek ya da düşük olması sosyal adalet algısının yüksek ya da düşük olması tarafından düzenlenerek kolektif eylemin ortaya çıkmasıyla ilişkilendirilir. Sosyal Kimlik Kuramı (SKK) (Tajfel ve Turner, 1979) bireyin kimliklendiği sosyal yapının diğer gruplar arasında sosyal statü bağlamında daha iyi bir konumda olduğunu algılaması ve düşünmesinin önemli olduğunu vurgular (Tajfel ve Turner, 1979; Van Knippenberg ve Ellemers, 1990). Bu doğrultuda bireyin adaletsizliğe uğradığını düşündüğü sosyal grubunun statüsünü yükseltme hedefini kendine bir yaşam amacı edinerek bu amaca ulaşmak için kolektif eyleme geçmesine etki edebilir. Bireyin algısında adaleti sağlamak ve hayatını kontrol etmek için özgür iradesi ile bilinçli ve kontrollü olarak kolektif eylem davranışı geliştirebileceği düşünülebilir.

Bulgular kolektif eylem boyutlarından olan bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemlere katılım üzerinde, sosyal adalet algısı ile kimlik işlevlerinden uyum işlevi etkileşiminin anlamlı olduğunu göstermektedir. Serafini ve Adams'a (2002) göre bireyin yaşamın birçok alanında avantajlı ve dezavantajlı durumlar yaşayabileceğini kimliğin bu işlevinin bu durumlara uyum sağlama yetisini ifade etmektedir. Özellikle sosyal ve akademik alanlarda gerçekleşen değişimlere uyumun önemli olduğunu ve bu uyumun kimliğin bu işlevi ile gerçekleştirdiğini vurgulamışlardır. Diğer taraftan yapılan çalışmalar, bireyleri kolektif eyleme yönelten ve motive eden temel etkenlerin başında sosyal kimlik duygusunun olduğunu ortaya koymuştur (Gamson, 1992; Klandermans, 1997, 2004). Ayrıca çok sayıda çalışmaya göre sosyal kimlik; bireylerin ortak hedefler geliştirdikleri ve kolektif eyleme yönelten ortak acıları deneyimledikleri bir temeldir (Drury ve Reicher, 2005; Postmes ve Branscombe, 2002; Tajfel, 1974; Van Zomeren ve ark., 2004). Kolektif eyleme yönelme konusunda sosyal kimlik; bir merkez işlevi görmekte ve birçok farklı değişken arasında bir köprü görevi görür (Van Zomeren ve ark., 2008). Bununla beraber De La Sablonnière ve arkadaşları (2013) kolektif eylem davranışını bireylerin bir kimlik edinme çabası olarak tanımlamışlardır. Buradan hareketle sosyal kimliğin gereği olarak bireyin ait olduğu gruba uyum sağladığını söyleyebiliriz. Ortaya çıkan bu tablo bireylerin yaşadıkları toplumdan bağımsız hareket etmediklerini yaşanan durumun kendilerinde nasıl bir anlam ifade ettiğinden öte toplumsal olarak bireyler nasıl davranıyorsa kendilerinin de toplumu oluşturan bireylere göre hareket ettiğini düşündürmektedir.

Bulgulardan elde edilen sonuçlardan bir tanesi de sosyal adalet algısının, kontrol işlevi ile bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemlere katılım arasında düzenleyici rolü olduğu görülmüştür. Kimliğin bireye sağladığı kontrol işlevi bireyin hem bireysel hem de sosyal yaşamda kendi öz kontrolünü sağlamasının karşılığıdır. Bu durumda kimlik kişiye özerklik duygusunun yanında başkalarının arasında bireyin kendini ifade etmesini sağlamaktadır (Serafini ve Adams, 2002). Kimliklenme sürecini tamamlamış ve kimliğin bireye sunduğu kontrol duygusu ön planda olan bireylerde; bağlam ne olursa olsun, kendisi ve çevresi ile olan ilişkisini özgür olarak tanımlayabilen ve varolan toplumsal baskı mekanizmasından sıyrılıp özerkleşmeyi ifade eder. Herhangi bir bağlamda sosyal kimlik belirgin ise bireyler kişisel özelliklerini ön plana çıkarmayıp daha az önemserler (Hogg ve Abrams, 1998; Lipponen ve ark., 2003). Yani birey, belirginleşen sosyal kimliğine göre hareket edip ait olduğu sosyal grubun ihtiyaçlarını önemser iken kişisel ihtiyaçlarını göz ardı eder. Bu doğrultuda sosyal grubun içindeki bireyin davranışları da sosyal kimliği doğrultusunda şekillenir (Dovidio ve ark., 2005; Judge ve ark., 2022; Rathbone ve ark., 2022; Thomas ve ark., 2020; Van Zomeren, 2018; Yzerbyt ve Demoulin, 2010). Bu bağlamda, kontrol işlevi düşük olan bireylerin, bireye yasal sorumluluk yüklemeyen eylemlere katılımı üzerinde sosyal adalet algısının düşük ya da yüksek olmasının herhangi bir etkisinin görülmemesi; kontrol işlevi düzeyi düşük olan bireylerin toplumdaki diğer bireylere uyma konusunda herhangi bir direnç göstermemesi, irade bağlamında bağımlı olmaları ve kendilerini ifade etme noktasında sıkıntı yaşamaları ile açıklanabilir. Diğer taraftan bireyin hem sağlıklı bir kimlik edinme (Hogg ve Abrams, 1998; Tajfel ve Turner, 1979) hem de yeterlilik duygusunu (Llones ve ark., 2022; Singleton, 1999; Van Zomeren, 2008) tatmin etmek için sürekli bir çaba içerisinde olduğu bilinmektedir. Bu doğrultuda sosyal adalet algısına bakılmaksızın kontrol algısı yüksek olan bireylerin kolektif eyleme katılımının, bireyin hem içinde bulunduğu grubu hem de bireysel olarak kendini daha iyi bir statüye taşımak ya da varolan yüksek statüyü korumak olarak açıklanabilir.

Son olarak kolektif eyleme katılım bağlamında, sosyal adalet algısı ile kimlik işlevlerinden yapı işlevi etkileşiminin anlamlı olduğu görülmektedir. Doğru temelde ve yeteri düzeyde kimliklenmenin bireye sunduğu en temel işlev yapı işlevidir. Yapı; Serafini ve Adams'ın (2002) tanımlamasıyla, sosyal kimliğin bireye sunduğu; bireyin benliğini anlamlandırabilmesi için bir zemindir. Kimlik yapı işlevi ile bireye özerk ve tek olma duygusunu sunmaktadır (Serafini ve Adams, 2002). Bireyleri kolektif eylemlere katılmaya motive eden faktörlerden biri bireylerin kendi durumlarını diğer grupların üyeleriyle karşılaştırmasıdır. Verilmesi gereken haklardan yararlanamadıklarını görürlerse, bu karşılaştırma sonucunda buna itiraz etme eğiliminde olurlar (Folger, 1986). Özellikle bazı haklardan mahrum bırakılma duygusunu yaşamak, protestolara veya toplu eylemlere katılmaları için motivasyon yaratmaktadır (Klandermans, 1997). Sosyal adalet ve kolektif eyleme ilişkin yapılan çalışmalar (Drury ve Reicher, 2005; Shankar-Brown, 2015; Van Zomeren ve ark., 2008) kimlik ile kolektif eylemin pozitif yönlü ilişkili olduğunu ve algılanan adaletsizlik ile algılanan yeterliliğin, kimlik ile kolektif eylem arasında aracılık ettiğini bulmuşlardır. Dolayısıyla bireyin kimlik işlevlerinden yapı işlevi düzeyinin artması bireyin özerk ve biricik olduğuna olan inancını ve kendini çevresini tanıyıp tanımlayabilen bir karakterin ortaya çıkmasını sağladığını söyleyebiliriz. Böyle bir yapıda olan bir bireyin sosyal adaletsizlik algısının düşük olduğu durumda, itiraz edebilme, hakkını savunma veya dezavantajlı durumdan kurtulmak için kolektif eyleme yöneldiği düşünülmektedir. Ayrıca

bireyin sosyal adaletsizlik karşısında kolektif eyleme yönelmesi bireyin kendi içinde inşa ettiği yapısal bütünlüğün riske düşme kaygısından kaynaklandığı söylenebilir.

Bu çalışmada kimlik işlevleri ve kolektif eylem arasındaki ilişkide sosyal adalet/adaletsizlik algısının rolü açımlayıcı bir yaklaşımla ele alınmıştır. Kimlik işlevlerinin alt boyutları ile bireye yasal sorumluluk yükleyen eylemler arasında herhangi anlamlı bir ilişki bulunmazken yine “gelecek” kimlik işlevinin herhangi bir bağımlı değişken ile anlamlı bir ilişkisi gözlenmemiştir. Ortaya çıkan bu durumun birçok nedeni olabilir. Ancak özellikle ölçeğin yapısı ve örneklemin büyük olması istatistiksel sonuçların düşük veya anlamsız çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Diğer taraftan kolektif eylem ölçeği alt boyutlarından bireye yasal sorumluluk yükleyen alt boyutundaki sorular karşısında katılımcıların kendilerini sansüredikleri ve gerçek düşüncelerini yansıtmakta imtina ettikleri düşünülmektedir.

Bu çalışmanın ilgili literatüre en önemli katkısı daha çok göçmenler veya mülteciler (Gezici-Yalçın, 2007; Ufkes ve ark., 2014), LGBTİ bireyler (Simon ve ark., 1998), dezavantajlı durumdaki öğrenciler (Lalonde ve Cameron, 1994), politik üniversiteliler (Braungart ve Braungart, 1990; Flacks, 1990) gibi normatif olmayan gruplarda çalışılan kolektif eylem kavramının normatif bir grupta çalışılmış ve anlamlı bulgular elde edilmiş olmasıdır.

Bu çalışmada kimlik işlevleri ile kolektif eylem arasında sosyal adaletin etkin bir şekilde düzenleyici bir rol oynadığının tespit edildiği söylenebilir. Yani kimliklenmiş ve bu kimliğin işlevlerini özümsemiş bireyin, kolektif eyleme yönelme davranışının nasıl olacağı yine bireyin sosyal adalet algısının düzeyi belirlemektedir diyebiliriz. Başka bir deyişle kolektif eyleme yönelmek için sadece sosyal adalet algısı veya kimlik ve kimlik işlevleri yetersiz kalabilir. Ancak sosyal adalet algısı ile kimlik işlevlerinin etkileşimi ortaya ciddi bir aktivizm ve kolektif eyleme yönelme potansiyeli yaratıyor diyebiliriz. Elde edilen bulgular bu iddiayı ciddi bir şekilde desteklemektedir.

Çalışmadan elde edilen bulgular Türkiye’de üniversite gençliğinin kimlik işlevleri sosyal adalet algısı ve kolektif eyleme gitme durumu arasındaki ilişkileri ortaya koymasından açısından önemlidir. Ülkede huzur ve barış ortamının inşa edilmesinde tek başına ekonomik, siyasal vb. konularda sosyal adaletsizlikle mücadele etmenin değil; bireysel düzeyde gençlerin kimlik işlevlerinin çalışma sistematığının de hesaba katılması gerektiği söylenebilir. Özellikle gençlerin kimlik işlevlerini artırmaya yönelik olarak geliştirilebilecek sosyal politikalar; Türkiye’de çatışma ortamının azaltılmasında, şiddet içeren eylemlerin önüne geçilmesinde yeni bir bakış açısı sunabilir.

Bu çalışma için 2014-2015 yıllarında gerçekleştirilmiş olup aynı tarihlerde veriler toplanmıştır. O dönemde henüz Türkiye’de sosyal medya ve siber suçlara ilişkin yasal bir düzenleme yoktu. Dolayısıyla bu çalışmada kullanılan kolektif eylem ölçeğinin içeriği ve yapısı değişmiş olabilir. Zira katılımcılar herhangi bir yasal düzenlemenin olmadığı bir ortamda sosyal medya kullanımına ilişkin sorulara farklı cevaplar verdikleri düşünülmektedir. Bu durum geçen zaman içinde bu çalışma sonuçlarının yeniden test edilmesini zorunlu kılmaktadır.

Sınırlılıklar: Bu çalışma kısıtlı bir zamanda ve kısıtlı bir örneklem ile yapılmıştır dolayısıyla genellenebilirlik açısından bir kısıtlılık içermektedir. Yine çalışmanın diğer bir kısıtlılığının veri toplama sürecinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Zira verilerin sınıf ortamında

toplanması ve ders öncesi veya sonrasında alınmasından ötürü katılımcılar gerçek düşüncelerini yansıtmamış olabilirler. İleride yapılacak çalışmaların daha geniş bir örnekleme ve sadece üniversite öğrencilerinden değil farklı alan ve mekandaki gençlerden; karıştırıcı faktörlerin daha aza indirgenebileceği koşullar altında veri toplanması önerilmektedir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Yazarlar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

KAYNAKLAR

- Adams, A. G. ve Marshall, K. S. (1996). A developmental social psychology of identity: Understanding the person-in-context. *Journal of Adolescence*, 19(5), 429-442.
- Braungart, M. M. ve Braungart, G. R. (1990). The life-course development of left-and right-wing youth activist leaders from the 1960. *Political Psychology*, 11, 243-282.
- Chan, R. C. ve Mak, W. W. (2020). Liberating and empowering effects of critical reflection on collective action in LGBT and cisgender heterosexual individuals. *American Journal of Community Psychology*, 65(1-2), 63-77.
- Chayinska, M., Miranda, D. ve González, R. (2021). A longitudinal study of the bidirectional causal relationships between online political participation and offline collective action. *Computers in Human Behavior*, 121, 106810.
- De La Sablonnière, R., Bourgeois, L. F. ve Najih, M. (2013). Dramatic social change: A social psychological perspective. *Journal of Social and Political Psychology*, 1(1), 253-272.
- Demir, İ. (2011). Kimlik İşlevleri Ölçeği: Türkçe geçerlik ve güvenirliği. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(2), 571-586.
- Dovidio, J. F., Gaertner, S. L., Pearson, A. R. ve Riek, B. M. (2005). Social identities and social context: Social attitudes and personal well-being. In *Social identification in groups*. Emerald Group Publishing Limited.
- Drury, J. ve Reicher, S. (2005). Explaining enduring empowerment: A comparative study of collective action and psychological outcomes. *European Journal of Social Psychology*, 35, 35-38.
- Duncan, E. L. (2012). The psychology of collective action. In K. Deaux ve M. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of personality and social psychology* (pp. 781-803). Oxford University Press.
- Ellemers, N., Van Knippenberg, A. ve Wilke, H. (1990). The influence of permeability of group boundaries and stability of group status on strategies of individual mobility and social change. *British Journal of Social Psychology*, 29(3), 233-246.
- Flacks, R. (1990). Social bases of activist identity: Comment on braungart article. *Political Psychology*, 11, 283-292.
- Folger, R. (1986). Rethinking equity theory. In *Justice in social relations* (pp. 145-162). Springer.

- Gamson, W. A. (1992). The social psychology of collective action. In A. D. Morris ve C. M. Muller (Eds.), *Frontiers in social movement theory* (pp. 53-76). Yale University Press.
- Gezici-Yalçın, M. (2007). *Collective action of immigrants from Turkey living in Germany* [Unpublished doctoral dissertation]. Philipps-Universität Marburg.
- Hogg, M. A. ve Abrams, D. (1988). *Social identify cations: A social psychology of intergroup relations and group processes*. Routledge.
- Judge, M., Fernando, J. W. ve Begeny, C. T. (2022). Dietary behaviour as a form of collective action: A social identity model of vegan activism. *Appetite*, 168, 105730.
- Kaya, O. ve Mamatoğlu, N. (2017). Kolektif Eylem Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Nesne*, 5(9), 111-129.
- Klandermans, B. (1997). *The social psychology of protest*. Blackwell.
- Knippenberg, A. V. ve Ellemers, N. (1990). Social identity and intergroup differentiation processes. *European Review of Social Psychology*, 1(1), 137-169.
- Lipponen, J., Helkama, K. ve Juslin, M. (2003). Subgroup identification, superordinate identification and intergroup bias between the subgroups. *Group Processes and Intergroup Relations*, 6, 239-250.
- Livingstone, A. G. (2021). What social identities can tell us about violence in social movements, and vice versa: A social-psychological response to “violence, social movements, and black freedom struggles: Ten theses toward a research agenda for scholars of contention today”. *Contention*, 9(1), 142-148.
- Livingstone, A. G., Spears, R., Manstead, A., Makanju, D. ve Sweetman, J. (2022). Dilemmas of resistance: How concerns for cultural identity shape and constrain resistance among minority groups.
- Ljubotina, D. (2004). Young people and social justice. *Croatian Journal of Social Policy*, 11(2), 159-175.
- Llones, C. A., Mankeb, P., Wongtragoon, U. ve Suwanmaneepong, S. (2022). Production efficiency and the role of collective actions among irrigated rice farms in Northern Thailand. *International Journal of Agricultural Sustainability*, 1-11.
- Mamatoğlu, N. (2008). Öğretmenlerde kimliklenme ve kimliklenmenin işe yönelik tutum ve algıları yordayıcılığı. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 47-62.
- Mamatoğlu, N. (2010). Lider davranışları algıları ve örgütsel kimliklenme boyutları arasında çalışanın kişilik özelliklerinin düzenleyici rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25(65), 82-97.
- McGarty, C., Bliuc, A. M., Thomas, E. ve Bongiorno, R. (2009). Collective action as the material expression of opinion-based group membership. *Journal of Social Issues*, 65(4), 839-857.
- Postmes, T. ve Branscombe, N. R. (2002). Influence of long-term racial environmental composition on subjective well-being in African Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(3), 735.

- Pozzi, M., Passini, S., Chayinska, M., Morselli, D., Ellena, A. M., Włodarczyk, A. ve Pistoni, C. (2022). Coming together to awaken our democracy: Examining precursors of emergent social identity and collective action among activists and non-activists in the 2019-2020 Chile despertó protests. *Journal of Community & Applied Social Psychology*.
- Pratt, M. G. (2001). Social identity dynamics in modern organizations: An organizational psychology/organizational behavior perspective. In M. A. Hogg ve D. J. Terry (Eds.), *Social identity processes in organizational context* (pp. 13-30). Psychology Press.
- Rathbone, J. A., Jetten, J. ve Cruwys, T. (2022). Perceived legitimacy of weight-based discrimination: Consequences for group identity, collective action, body satisfaction, and self-esteem. *Body Image, 41*, 156-162.
- Reicher, S. D. (1996). The battle of Westminster: Developing the social identity model of crowd behavior in order to explain the initiation and development of collective conflict. *European Journal of Social Psychology, 26*, 115-134.
- Selvanathan, H. P. ve Leidner, B. (2020). Modes of ingroup identification and notions of justice provide distinct pathways to normative and nonnormative collective action in the Israeli-Palestinian conflict. *Journal of conflict resolution, 64*(9), 1754-1788.
- Serafini, T. E. ve Adams, G. R. (2002). Functions of identity: Scale construction and validation. *Identity: An International Journal of Theory and Research, 2*(4), 361-389.
- Shankar-Brown, R. (2015). Urbanization and persistent educational inequalities: The need for collective action towards equity and social justice. *National Youth Advocacy and Resilience Journal, 1*(1), 31.
- Simon, B. ve Klandermans, B. (2001). Politicized collective identity: A social psychological analysis. *American Psychologist, 56*, 319-331.
- Simon, B., Loewy, M., Stürmer, S., Weber, U., Freytag, P., Habig, C., Kampmeier, C. ve Spahlinger, P. (1998). Collective identification and social movement participation. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(3), 646z.
- Singleton, S. (1999). Commons problems, collective action and efficiency: Past and present institutions of governance in Pacific Northwest salmon fisheries. *Journal of Theoretical Politics, 11*(3), 367-391.
- Sturmer, S. ve Simon, B. (2004). Collective action: Towards a dual-pathway model. *European Review of Social Psychology, 15*(1), 59-99.
- Sturmer, S. ve Simon, B. (2009). Pathways to collective protest: Calculation, identification, or emotion? A critical analysis of the role of group-based anger in social movement participation. *Journal of Social Issues, 65*(4), 681-705.
- Tajfel, H. (1974). Social identity and intergroup behaviour. *Social Science Information, 13*(2), 65-93.
- Tajfel, H. (1978). *Social categorization, social identity, and social comparison: Differentiation between social groups*. Academic Press.

- Tajfel, H. ve Turner, C. J. (1979). An integrative theory of inter-group conflict. In G. Austin ve S. Worchel (Eds.), *The social psychology of inter-group relations* (pp. 33-47). Brooks/Cole.
- Thomas, E. F., Zubielevitch, E., Sibley, C. G. ve Osborne, D. (2020). Testing the social identity model of collective action longitudinally and across structurally disadvantaged and advantaged groups. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(6), 823-838.
- Ufkes, G. E., Dovidio F. J. ve Tel, G. (2014). Identity and collective action among European Kurds. *British Journal of Social Psychology*.
- Uluğ, Ö. M. ve Acar, Y. G. (2019). Names will never hurt us: A qualitative exploration of çapulcu identity through the eyes of Gezi Park protesters. *British Journal of Social Psychology*, 58(3), 714-729.
- Uluğ, Ö. M. ve Tropp, L. R. (2021). Witnessing racial discrimination shapes collective action for racial justice: Enhancing awareness of privilege among advantaged groups. *Journal of Applied Social Psychology*, 51(3), 248-261.
- Van Knippenberg, D. ve van Schie, E. C. M. (2000). Foci and correlates of organizational identification. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 73, 137-147.
- Van Zomeren, M. ve Iyer, A. (2009). Introduction to the social and psychological dynamics of collective action. *Journal of Social Issues*, 65(4), 645-660.
- Van Zomeren, M., Kutlaca, M. ve Turner-Zwinkels, F. (2018). Integrating who “we” are with what “we” (will not) stand for: A further extension of the social identity model of collective action. *European Review of Social Psychology*, 29(1), 122-160.
- Van Zomeren, M., Postmes, T. ve Spears, R. (2008). Toward an integrative social identity model of collective action: A quantitative research synthesis of three socio-psychological perspectives. *Psychological Bulletin*, 134(4), 504-535.
- Van Zomeren, M., Spears, R., Fischer, A. H. ve Leach, C. W. (2004). Put your money where your mouth is! Explaining collective action tendencies through group-based anger and group efficacy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(5), 649.
- Wright, C. S. (2001). Strategic collective action: Social psychology and social change. *Blackwell Handbook of Social Psychology: Intergroup Processes*, 409-430.
- Wright, C. S., Taylor, M. D. ve Moghaddam, M. F. (1990). Responding to membership in a disadvantaged group: From acceptance to collective protest. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(6), 994.
- Yıldırım, F. (2011). Üniversite gençliği sosyal adaletten ne anlıyor? Sosyal adalet ilkelerinin sosyal adalet algısı üzerindeki etkisi. *Aile ve Toplum: Eğitim, Kültür ve Araştırma Dergisi*, 25(7), 113-124.
- Yıldırım, F. (2011). *Üniversite gençliği sosyal adaletten ne anlıyor? Sosyal adalet ilkeleri bağlamında bir eğilim belirleme araştırması* [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.

Yzerbyt, V. ve Demoulin, S. (2010). Intergroup relations. In S. T. Fiske, D. T. Gilbert, ve G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 1024-1083). John Wiley & Sons, Inc.



Investigation of the Effect of Attachment and Some Important Psychiatric Clinical Entities on the Relationship between COVID-19 Vaccine Hesitancy and Distrust in Vaccines

Sakir GICA¹ , Hanife Başak ALTUNBEK² , Sena KARACA³ ,
Mine SAHINGOZ⁴ , Esra CINAR TANRIVERDI⁵ 

Makalenin

Geliş Tarihi:

13.06.2022

Kabul Tarihi:

20.09.2022

Yayın Tarihi:

29.12.2022

Atf/Citation:

Gica, S., Altunbek, H. B., Karaca, S., Sahingoz, M., & Cinar-Tanriverdi, E. (2022). Investigation of the effect of attachment and some important psychiatric clinical entities on the relationship between COVID-19 vaccine hesitancy and distrust in vaccines. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 157-168.

ABSTRACT

The aim of the present study is to investigate the moderating role of psychiatric conditions such as attachment, anxiety, hostility and psychoticism in the relationship between believe in vaccine safety and intention to get vaccinated. 462 adult participants were included in the study. A sociodemographic data form including questions on information about COVID-19 was filled by the participants. In addition, the participants were evaluated with the anxiety, obsessive-compulsive (OCD) and hostility subscale of the Symptom Check List – Revised 90 (SCL-90 R) scale and the Adults Attachment Style Scale (AASS). In logistic regression analysis, it was shown that the concern about COVID-19 vaccines safety was effective on intention to be vaccinated ($\chi^2=228.667$, $N= 462$, $df=1$, $p<.01$). The relationship between believing COVID-19 vaccines' safety and intention to get vaccinated is moderated by anxious/ambivalence attachment style, anxiety level, hostility and the number of children. In conclusion, anxious attachment, avoidant attachment, anxiety level, hostility and the number of children had moderating effect on the relationship between the safety concerns of vaccines and the intention to get vaccinated. Vaccine persuasion studies should focus on individual studies after public information.

Keywords: Vaccine Hesitancy, Anxious Attachment, Avoidant Attachment, Anxiety Level, Hostility, COVID-19

¹Assoc. Prof., Necmettin Erbakan University, Meram Medical Faculty, Department of Psychiatry, Konya, Turkey, sakirgica@hotmail.com

²Res. Asst., Istinye University, Faculty of Humanities and Social Sciences, Department of Psychology, Istanbul, Turkey, basak.altunbek@istinye.edu.tr

³Res. Asst., Necmettin Erbakan University, Meram Medical Faculty, Department of Psychiatry, Konya, Turkey, sena-karaca@hotmail.com

⁴Prof., Necmettin Erbakan University, Meram Medical Faculty, Department of Psychiatry, Konya, Turkey, drpekalkan@hotmail.com

⁵Asst. Prof., Ataturk University, Medical Faculty, Department of Medical Education, Erzurum, Turkey, esracinart@yahoo.com

Bağlanma ve Psikiyatrik Önemli Bazı Klinik Antitelerin COVID-19 Aşı Reddi/Tereddüdü ile Aşılarla Olan Güvensizlik Arasındaki İlişkiye Etkisinin İncelenmesi

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, aşı olma niyeti ve aşıya güven arasındaki ilişkide bağlanma, kaygı, düşmanlık, psikotizm gibi psikiyatrik durumların aracı etkisini araştırmaktır. Çalışmaya 462 yetişkin katılımcı dahil edildi. Katılımcılar öncelikle COVID-19 ile ilgili bilgileri içeren sosyodemografik veri formunu doldurmuşlardır. Sonrasında, Semptom Kontrol Listesi Revize 90 (SCL-90 R) ölçeğinin anksiyete, obsesif-kompulsif (OKB) ve düşmanlık alt ölçeği ve Yetişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (YBBÖ) ile katılımcılar değerlendirilmiştir. Lojistik regresyon analizinde, COVID-19 aşılarının güvenliği ile ilgili endişenin aşı olma niyeti üzerinde etkili olduğu gösterildi ($\chi^2=228.667$, $N=462$, $df=1$, $p<.01$). COVID-19 aşılarının güvenliğine inanma ile aşı olma niyeti arasındaki ilişkinin, kaygılı bağlanma biçimi, kararsız bağlanma biçimi, kaygı düzeyi, düşmanlık ve çocuk sayısı tarafından modere edildiği saptandı. Sonuç olarak, aşılarla yönelik güvenlik kaygıları ile aşı olma niyeti arasındaki ilişkide kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, kaygı düzeyi, düşmanlık ve çocuk sayısı orta düzeyde etkiye sahiptir. Aşı ikna çalışmaları, kamuoyunun bilgilendirilmesinden sonra bireysel çalışmalara ağırlık vermelidir.

Anahtar Kelimeler: Aşı Tereddüdü, Kaygılı Bağlanma, Kaçınan Bağlanma, Kaygı Seviyesi, Düşmanlık, COVID-19

Corresponding Author:

Sakir GICA

Necmettin Erbakan University, Meram Medical Faculty, Konya, Turkey,
sakirgica@hotmail.com

INTRODUCTION

The new coronavirus, severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2), which has affected the whole world since 2019, has caused more than 513 million cases and more than 6 million deaths worldwide, according to the May 2022 declaration of the World Health Organization (WHO) (WHO, 2022). In the fight against COVID-19 infection, more than 11 billion doses of vaccine have been applied, according to the current declaration of the WHO (WHO, 2022). Although it varies from country and regions, AstraZeneca/Oxford vaccine, Johnson and Johnson, Moderna, Pfizer/BionTech, Sinopharm, Sinovac, COVAXIN, Covovax, Nuvaxovid vaccines are the main vaccines administered worldwide (WHO, 2021). Vaccination is one of the most cost-effective and effectual methods in the fight against the epidemic, but hesitancy in vaccination prevents the fight against the pandemic (WHO, 2020). Studies have shown that COVID-19 vaccine hesitancy is affected by variables such as socio-demographic level, age, gender and occupation (Amer et al., 2022; Cascini et al., 2021). In survey studies conducted in different area of the world, vaccine hesitancy has varied in a wide range from 10% to 78% (Cascini et al., 2021). In a current study conducted in Turkey on anti-vaccination, it was found that the main factors constituting anti-vaccination are possible side effects, insufficient knowledge of vaccines yet, and lack of confidence in the country that vaccinates (Yurttas et al., 2021). Concern about vaccine safety is a well-established factor affecting the rate of childhood vaccine acceptance by parents for their children (Wagner et al., 2021). However, safety concerns for the COVID-19 vaccine are considered to be at a slightly higher level (Wouters et al., 2021). In another study conducted in Turkey, it was reported that the most important factor determining vaccine hesitancy was the concern about vaccines safety (Ikiisik et al., 2021; Ozceylan et al., 2020).

In conclusion, this study investigates the moderating role of psychiatric conditions such as attachment, anxiety, hostility and psychoticism in the relationship between believe in COVID-19 vaccine safety and intention to get vaccinated against COVID-19 virus. Although it is thought that the COVID-19 pandemic has been brought under control and the vaccination rates have increased to the desired levels, it is seen that the vaccination rate is still below the desired level in some special populations such as individuals with psychiatric diseases (Jefsen et al., 2021; Tzur et al., 2021). In addition, the results of our study will provide important data for vaccination persuasion studies in possible future epidemics. In this context, the data to be obtained from our study is important in terms of determining the underlying causes of anti-vaccination and allowing intervention against anti-vaccine according to these factors.

METHOD

Participants

A total of 504 adult participants were recruited for the study. Participants were reached via online communication applications, which included announcement on social media accounts of the research team and the sharing of the study with relatives of students at the relevant institute. The criteria for recruitment included age of 18 years and above, voluntary participation, and answering all questions in the questionnaires provided. Participants who were under 18 years old, over 70 years old, diagnosed with schizophrenia or bipolar affective disorder, illiterate were not included in the study. In addition, 42 participants who were health-care workers were

excluded from the study and the data of a total of 462 participants were used in statistical analysis. The sample size was calculated by evaluating the effect size as 0.25, α -err as 0.05 and power as 0.85 with G Power of 3.1.9.2 (Faul et al., 2007; Faul et al., 2009).

Measurement Tools

Sociodemographic Data Form

A personal information form was created to obtain demographic information about the participants. The form included questions about age, education level, income level, occupation and information on COVID-19 infection. This form was created by authors.

Symptom Check List – Revised 90 (SCL-90 R)

The Symptom Checklist is a 90-item measurement tool that determines the level of various self-reported psychological symptoms in individuals and to which areas they have spread. For each question the scale gives a five-point measurement option by marking (0) “Not at all”, (1) “Very little”, (2) “Moderately”, (3) “Quite a lot”, (4) “Advanced”. The scale has nine subscales that include somatization (SOM), Obsessive-Compulsive (O-C), Interpersonal Sensitivity (INT), Depression (DEP), Anxiety (ANX), Anger-hostility (HOS), Phobic anxiety (PHOB), Paranoid ideation (PAR), and Psychotism (PSY) scores. A Turkish validity and reliability study was conducted. Only the O-C, ANX HOS, PAR subscales of SCL-90 R were used in the present study.

Adults Attachment Style Scale

This scale consists of two parts. The first section, developed by Hazan and Shaver, consists of three different statements, each of which is used to classify adults as secure, anxious/ambivalent or avoidant, and includes definitions about childhood parental relationship characteristics and general behavioral characteristics (Hazan & Shaver, 1987). The second part of the scale, developed by Mikulincer et al. (Mikulincer et al., 1993), consists of 15 items, each of which is scored between 1 and 7. Each attachment style is represented by 5 items and the score obtained determines the attachment style of the individual. The first section developed by Hazan and Shaver was not scored in the current study, but served as an introduction (Hazan & Shaver, 1997). The Turkish validity and reliability study was conducted by Kesebir et al. (Kesebir et al., 2012).

Believe in Safety of Vaccines Against to COVID-19

Participants believes’ in safety of COVID-19 vaccines were measure by one direct question which is that “Do you think that COVID-19 vaccines are safe?”. Answers were directed by yes or no.

Procedure

The Turkish Ministry of Health, General Directorate of Health Services approved the study protocol (Approval Number: 2021-08-17T20_12_13). The local Ethics Committee on human research also approved the study (IRB Date/Number: 18.04.2022/2022-04). The study was carried out with online questionnaires. Before the scales were presented online, an informed consent form was presented to the participants, and the participants who volunteered by approving the form were included in the study. The participants of the study were divided into

2 groups: “Vaccinated or intend to get vaccinated” and “do not intend to get vaccinated”. Considering the previous community-based COVID-19 vaccine studies, it was predicted that 20-30% of the individuals participating in the current study would be unvaccinated.

Data Analysis

Analyses were undertaken by using SPSS-26 program. Mean, standard deviation, median, N, and percentage was reported as descriptive variables. Data was normally distributed, all skewness and kurtosis values are between +2 and -2 (George & Mallery, 2010). Group comparisons were examined by calculating Independent Samples t-test for parametric numerical data and Chi-square test was used for categorical data. Logistic regression analysis was used to understand trust in COVID-19 vaccine’s effect on intention to get vaccinated. Andrew Hayes’s (2012) Process v4.0 Model 1 (Hayes, 2012) was used to assess the moderation effects of number of children, AASS avoidant attachment, AASS anxious/ambivalent attachment, AASS secure attachment, SCL-90 R anxiety, SCL-90 R obsessive compulsive, SCL-90 R paranoid ideation, and SCL-90 R hostility, separately on the relationship between trust in COVID-19 vaccine and intention to get vaccinated (19). In the analysis, -1 standard deviation and below is taken as “low”, between -1 and +1 standard deviation is taken as “medium” and +1 standard deviation and above is taken as “high” group for moderation variables in graphs. For statistical significance, a total type-1 error level of 5% was used.

RESULTS

A comparison of the socio-demographic variables and the data on COVID-19 infection of the study groups is shown in Table 1. Vaccination rate/intention was found to be higher in female, singles, unemployed and those who did not have children.

Table 1. Comparison of Sociodemographic Variables and Data on COVID-19 Infection of “Intention to Get Vaccinated” Group And “Intention Not to Get Unvaccinated Group”

Variable	Groups	Intention to Get Vaccinated Group (N=392)	Intention Not to Get Vaccinated Group (N=70)	t/X ²	p
Sex	Female	247(63%)	29(41.4%)	11.50**	<.001
	Male	145(37%)	41(58.6%)		
Age		30.57±11.74	31.84±9.66	-.85	.394
Education Level	High School and below	71(18.1%)	17(24.3%)	1.47	.226
	University and above	321(81.9%)	53(75.7%)		
Marital Status	Single	231(58.9%)	29 (41.4%)	7.39*	<.05
	Married	161(41.1%)	41(58.6%)		
Having Children	Yes	142(36.2%)	38(54.3%)	8.15*	<.05
	No	250(65.8%)	32(45.7%)		
Number of Children		.78±11.17	1.16±1.23	-2.45*	<.05
Occupational Status	Employed	169(43.1%)	43(61.4%)	8.02*	<.05
	Unemployed	223(56.9%)	27(38.6%)		
Occupation	Housewife	37(9.4%)	11(15.7%)	3.83	.147
	Student	143(36.5%)	19(27.1%)		
	Others	212(54.1%)			

Level of Income	5.000TL and below	257(65.6%)	40(57.1%)	.06	.801
	5.000TL and above	135(34.4%)	44(62.9%)		
History of COVID-19 Infection	Yes	115(29.3%)	24(34.3%)	.96	.406
	No	277(70.7%)	46(65.7%)		
History of COVID-19 Infection in a Close Relative	Yes	206(52.6%)	42(60%)	1.32	.250
	No	186(47.4%)	28(40%)		

Note: * $p < .05$, ** $p < .001$, Chi-Square and Independent Sample t-Test Were Used

The mean, standard deviation, minimum and maximum values of the psychometric scale scores included in the study are shown in Table 2.

Table 2. Mean, Standard Deviation, Minimum, Maximum Values of All Variables

X̄	SD	Min.	Max.	Skewness	Kurtosis
1.77	1.69	0	6	.85	-.16
3.23	1.52	0	6	-.11	-.73
3.18	1.52	0	6	.05	-.76
16.12	6.85	0	36	.26	-.18
13.22	8.12	0	40	.65	.02
5.40	4.80	0	20	.96	.31
8.54	4.34	0	20	.37	-.35
.84	1.92	0	5	1.16	.26

Note. AASS=Adult Attachment Style Scale, SCL-90 R=Symptom Check List-Revised 90

The relationship between AASS scores and SCL-90 subscale scores is shown in Table 3. The AASS Avoidant and AASS Anxious/ambivalent scores were found to be positively but modestly correlated with all SCL-90 subscale scores. A modest negative correlation was identified between the AASS secure subscale score and all SCL-90 subscale scores.

Table 3. Pearson Product Moment Correlations between AASS Avoidant Attachment, AASS Anxious/Ambivalent Attachment, AASS Secure Attachment, SCL-90 R-Obsessive Compulsive, SCL-90 R-Anxiety, SCL-90 R-Hostility, SCL-90 R-Paranoid Ideation, and Number of Children (N=462)

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8
1. AASS-Avoidant	-							
2. AASS-Anxious/Ambivalent	.342**	-						
3. AASS-Secure	.012	-.426**	-					
4. SCL-90 R-Obsessive Compulsive	.331**	.248**	-.115*	-				
5. SCL-90 R-Anxiety	.438**	.271**	-.080	.716**	-			
6. SCL-90 R-Hostility	.385**	.331**	-.105*	.538**	.661**	-		
7. SCL-90 R-Paranoid Ideation	.423**	.394**	-.158**	.611**	.681**	.669**	-	
8. Number of Children	-.039	-.043	.125**	-.272**	-.163**	-.920*	-.193**	-

Note. AASS=Adult Attachment Style Scale, SCL-90 R=Symptom Check List-Revised 90

A logistic regression analysis was performed to ascertain the effect of COVID-19 vaccine safety on intention to get vaccinated. Results of logistic regression analysis was found statistically significant ($\chi^2=228.667$, $N=462$, $df=1$, $p<0.01$). The model 93.1% correctly classified individual's intentions to get vaccinated. Results showed that, this model explained the variance in intention to get vaccinated between 39% (Cox & Snell R^2) and 68.1% (Nagelkerke R^2). COVID-19 vaccine safety was found to contribute to the model. If an individual believes that COVID-19 vaccine is safe, he/she has intention to get vaccinated 175.741 time more likely than who do not believe in safety of it. The effect of COVID-19 vaccine safety concern on individuals not intending to get vaccinated by logistic regression analysis is shown in Table 4.

Table 4. The Effect of COVID-19 Vaccine Safety on Individuals Not Intending to Get Vaccinated by Logistic Regression Analysis

Independent Variables	Not Intending to Get Vaccinated				
	EXP(B)	B	S.E.	95.0% CI	p
Constant	.014	-4.29	.450	-	<.001
COVID-19 Vaccines are Not Safe (1=Yes)	175.740	5.17	.505	65.23-472.98	<.001

Note. $p<.05$, Logistic Regression Analysis was Performed, Cox & Snell R^2 :.390, Nagelkerke R^2 :.681, $p<.001$

The psychometric properties that have a significant moderator effect on the relationship between “intention to get vaccinated” and “believing that vaccines are safe” is shown in Figure 1. On the other hand, the moderator effect of all psychometric data included in the study is shown in Table 5. The relationship between believing COVID-19 vaccines safety and intention to get vaccinated is moderated by anxious/ambivalence attachment style, anxiety level, hostility and number of children.

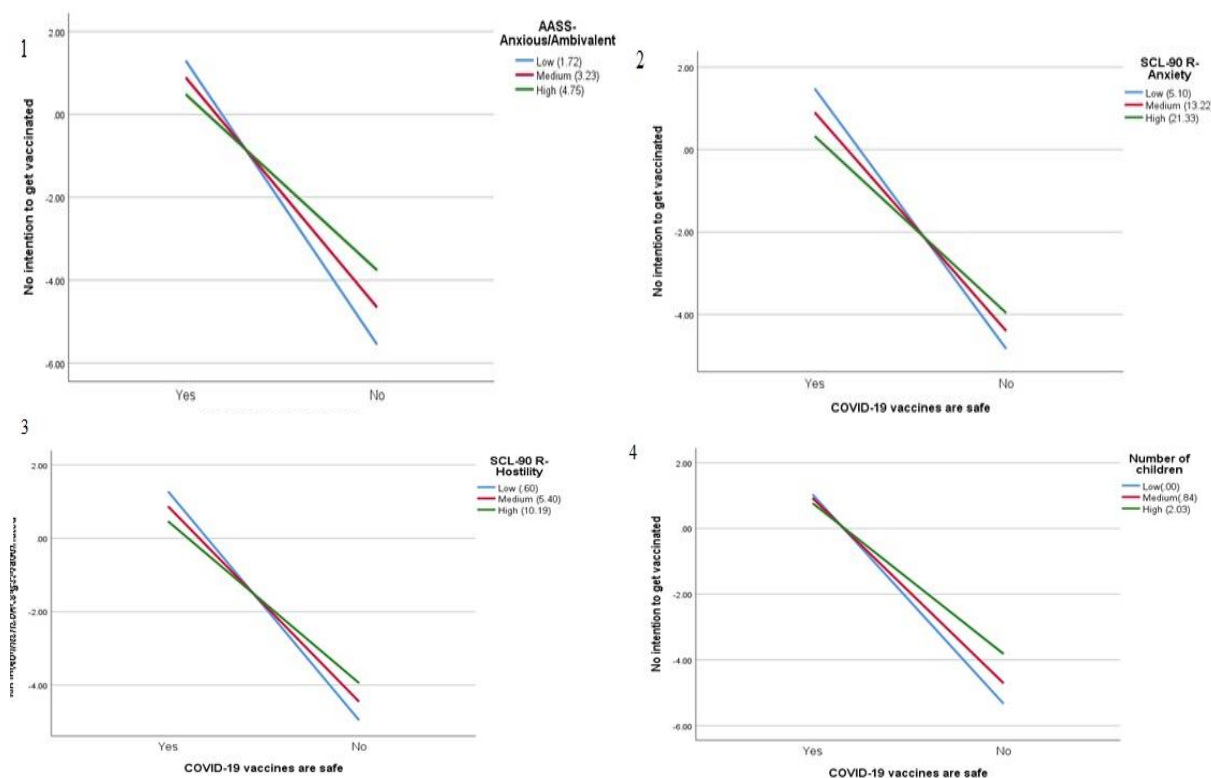


Figure 1. Results of Moderation Analysis. 1. Anxious/Ambivalent Attachment, 2. SCL-90 R-Anxiety, 3. SCL-90 R-Hostility, 4. Number of Children

Table 5. Linear Models of Predictors of Intention to Get Vaccinated

Variables	B	Std. Error	Z	Cox & Snell R ²
Constant	1.758*	.575	3.056	.399**
Believe in Vaccine Safety	-8.326**	1.743	-4.776	
AASS-Anxious/Ambivalent	-.268	.154	-1.735	
Interaction Effect	.859*	.395	2.188	
Constant	-1.198**	.357	3.356	.393**
Believe in Vaccine Safety	-5.904**	.808	-7.305	
AASS-Avoidant	-.165	.134	-1.226	
Interaction Effect	.366	.273	1.342	
Constant	.116	.535	.217	.307**
Believe in Vaccine Safety	-6.197**	1.517	-4.085	
AASS-Secure	.239	.156	1.526	
Interaction Effect	.248	.358	.693	
Constant	1.843*	.642	2.870	.394**
Believe in Vaccine Safety	-6.755**	1.385	-4.879	
SCL-90 R-Obsessive Compulsive	-.057	.034	-1.655	
Interaction Effect	.094	.073	1.287	
Constant	1.843**	.500	3.685	.399**
Believe in Vaccine Safety	-6.952**	1.079	-6.440	
SCL-90 R-Anxious	-.071*	.031	-2.302	
Interaction Effect	.125*	.058	2.163	
Constant	1.329**	.385	3.457	.396**
Believe in Vaccine Safety	-6.350**	.884	-7.183	
SCL-90 R-Hostility	-.085	.056	-1.536	
Interaction Effect	.191*	.095	2.011	
Constant	1.733*	.576	3.006	.394**
Believe in Vaccine Safety	-6.235**	1.162	-5.364	
SCL-90 R-Paranoid Ideation	-.096	.057	-1.672	
Interaction Effect	.120	.116	1.038	
Constant	1.032**	.315	3.284	.399**
Believe in Vaccine Safety	-6.368**	.848	-7.508	
Number of Children	-.129	.175	-.741	
Interaction Effect	.877*	.348	2.522	

Note. AASS=Adult Attachment Style Scale, SCL-90 R=Symptom Check List-Revised 90, * $p < .05$. ** $p < .001$.

DISCUSSION

One of the most striking results of the current study is the determination of the concerns of vaccine safety as the most important factors affecting negative intention to get vaccinated. Thus, participants who concern less about the safety of COVID-19 vaccine, more likely to be vaccinated or have a positive intention to get vaccinated. As a matter of fact, this is our main basis for designing our study. The effect of concerns about COVID-19 vaccine safety on anti-vaccination has been reported in other studies recently (Dror et al., 2020; Kaplan & Milstein 2021; Soares et al., 2021). The lack of studies that showing long-term side effects of vaccines,

development of the vaccines in a relatively short time, and the use of new vaccine technologies have contributed to safety concerns in the society against COVID-19 vaccines (Wouters et al., 2021).

Another important issue that was tried to be determined in the current study is the individual factors that moderate the relationship between the safety concerns of vaccines and the intention to be vaccinated. According to the findings of our study, the moderator role of psychological characteristics such as anxious attachment, avoidant attachment, anxiety level, hostility and number of children was determined.

It has been determined that positive effects on the intention to be vaccinated are observed when the anxiety level rises above a certain level in individuals who do not think that vaccines are safe. It is seen that a similar situation is valid for the anxious attachment level, avoidant attachment level, hostility level and the number of children.

It has been observed that the intention to be vaccinated increases with the increase in anxiety in anxious attachment or avoidant attachment individuals. As the level of anxiety rises above a certain level, the increase in the intention to be vaccinated can be considered as an hyperactivating behavior against the uncertainty of the pandemic in people with anxious attachment (Gruda & Kafetsios, 2021). At the beginning of the pandemic, the uncertainty about the disease increased with the exaggerated and unfounded news in the media (Bin-Naeem & Kamel-Boulos, 2021; Venegas-Vera et al., 2020). It can be estimated that this increases the catastrophic mechanism in individuals with anxious attachment or avoidant attachment, and despite the lack of confidence in the vaccine, it leads to an increase in the intention to be vaccinated with increasing anxiety about the disease (Venegas-Vera et al., 2020).

In our study, with the increase in the number of children, an increase in the intention to be vaccinated is observed. There are studies showing that mothers have increased scores on anxiety and depression scales during the pandemic period (Cameron et al., 2020; Racine et al., 2021). During the pandemic period, the fact that education is from home and online, and institutions that provide care support to children such as kindergarten are closed, increased the responsibilities of mothers (Kural & Kovacs, 2021). As the number of children increases, anxiety and responsibilities increase, and mothers may be activated to avoid getting sick and to take precautions against the disease.

Limitations: The current study has some limitations. The lack of assessment of the perceived threat of the COVID-19 pandemic is an important limitation. The presence of psychiatric disorders other than schizophrenia and bipolar disorder were not established in our study. However, the fact that the study was organized online does not allow the participants to observe them while filling in the data.

Conclusion: In conclusion, anxious attachment, avoidant attachment, anxiety level, hostility and number of children had moderate effect on the relationship between the safety concerns of vaccines and the intention to be vaccinated. Vaccine persuasion studies should focus on individual studies after public information. Individual factors should be determined in one-on-one interviews and interventions should be made for relevant psychometric properties.

Declaration of Conflicting Interests: Authors declared no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/or publication of this article.

Source(s) of Support: The authors did not receive support from any organization for the submitted work.

REFERENCES

- Al-Amer, R., Maneze, D., Everett, B., Montayre, J., Villarosa, A. R., ... Salamonson, Y. (2022). COVID-19 vaccination intention in the first year of the pandemic: A systematic review. *Journal of Clinical Nursing, 31*(1-2), 62-86. <https://doi.org/10.1111/jocn.15951>
- Bin-Naeem, S., & Kamel-Boulos, M. N. (2021). COVID-19 misinformation online and health literacy: A brief overview. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(15), 8091. <https://doi.org/10.3390/ijerph18158091>
- Cameron, E. E., Joyce, K. M., Delaquis, C. P., Reynolds, K., Protudjer, J., & Roos, L. E. (2020). Maternal psychological distress & mental health service use during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders, 276*, 765-774. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.081>
- Cascini, F., Pantovic, A., Al-Ajlouni, Y., Failla, G., & Ricciardi, W. (2021). Attitudes, acceptance and hesitancy among the general population worldwide to receive the COVID-19 vaccines and their contributing factors: A systematic review. *E-Clinical Medicine, 40*, 101113. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2021.101113>
- Dror, A. A., Eisenbach, N., Taiber, S., Morozov, N. G., Mizrahi, M., ... Sela, E. (2020). Vaccine hesitancy: The next challenge in the fight against COVID-19. *European Journal of Epidemiology, 35*(8), 775-779. <https://doi.org/10.1007/s10654-020-00671-y>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A. G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods, 41*(4), 1149-1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods, 39*(2), 175-191. <https://doi.org/10.3758/bf03193146>
- George, D., Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update* (10th Ed.). Pearson.
- Gruda, D., & Kafetsios, K. (2021). I need a doctor, call me a doctor: Attachment and the evaluation of general practitioners before and during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(15), 7914. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157914>
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.52.3.511>

- Ikiisik, H., Akif Sezerol, M., Tasci, Y., & Maral, I. (2021). COVID-19 vaccine hesitancy: A community-based research in Turkey. *International Journal of Clinical Practice*, 75(8), e14336. <https://doi.org/10.1111/ijcp.14336>
- Jefsen, O. H., Kølbaek, P., Gil, Y., Speed, M., Dinesen, P. T., ... Østergaard, S. D. (2021). COVID-19 vaccine willingness amongst patients with mental illness compared with the general population. *Acta Neuropsychiatrica*, 33(5), 273-276. <https://doi.org/10.1017/neu.2021.15>
- Kaplan, R. M., & Milstein, A. (2021). Influence of a COVID-19 vaccine's effectiveness and safety profile on vaccination acceptance. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 118(10), e2021726118. <https://doi.org/10.1073/pnas.2021726118>
- Kesebir, S., Kökçü, F., & Dereboy, F. (2012). Adult Attachment Style Scale: Adaptation, reliability and validity study. *New Symposium Journal*, 50, 99-104.
- Kural, A. I., & Kovacs, M. (2021). Attachment anxiety and resilience: The mediating role of coping. *Acta Psychologica*, 221, 103447. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2021.103447>
- Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(5), 817-826. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.64.5.817>
- Ozceylan, G., Toprak, D., & Esen, E. S. (2020). Vaccine rejection and hesitation in Turkey. *Human Vaccines & Immunotherapeutics*, 16(5), 1034-1039. <https://doi.org/10.1080/21645515.2020.1717182>
- Racine, N., Hetherington, E., McArthur, B. A., McDonald, S., Edwards, S., ... Madigan, S. (2021). Maternal depressive and anxiety symptoms before and during the COVID-19 pandemic in Canada: A longitudinal analysis. *The Lancet Psychiatry*, 8(5), 405-415. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00074-2](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00074-2)
- Soares, P., Rocha, J. V., Moniz, M., Gama, A., Laires, P. A., ... Nunes, C. (2021). Factors associated with COVID-19 vaccine hesitancy. *Vaccines*, 9(3), 300. <https://doi.org/10.3390/vaccines9030300>
- Tzur-Bitan, D., Kridin, K., Cohen, A. D., & Weinstein, O. (2021). COVID-19 hospitalisation, mortality, vaccination, and postvaccination trends among people with schizophrenia in Israel: A longitudinal cohort study. *The Lancet Psychiatry*, 8(10), 901-908. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00256-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00256-X)
- Venegas-Vera, A. V., Colbert, G. B., & Lerma, E. V. (2020). Positive and negative impact of social media in the COVID-19 era. *Reviews in Cardiovascular Medicine*, 21(4), 561-564. <https://doi.org/10.31083/j.rcm.2020.04.195>
- Wagner, A. L., Huang, Z., Ren, J., Laffoon, M., Ji, M., ... Zikmund-Fisher, B. J. (2021). Vaccine hesitancy and concerns about vaccine safety and effectiveness in Shanghai, China. *American Journal of Preventive Medicine*, 60(1), 77-86. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2020.09.003>
- World Health Organization (WHO). *Coronavirus (COVID-19) dashboard*. <https://covid19.who.int/>
- World Health Organization (WHO). *COVID-19 advice for the public: Getting vaccinated*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/covid-19-vaccines/advice>

- World Health Organization (WHO). *Ten threats to global health in 2019*. <https://www.who.int/news-room/spotlight/ten-threats-to-global-health-in-2019>
- Wouters, O. J., Shadlen, K. C., Salcher-Konrad, M., Pollard, A. J., Larson, H. J., ... Jit, M. (2021). Challenges in ensuring global access to COVID-19 vaccines: Production, affordability, allocation, and deployment. *Lancet (London, England)*, *397*(10278), 1023-1034. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00306-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00306-8)
- Yurttas, B., Poyraz, B. C., Sut, N., Ozdede, A., Oztas, M., ... Seyahi, E. (2021). Willingness to get the COVID-19 vaccine among patients with rheumatic diseases, healthcare workers and general population in Turkey: A web-based survey. *Rheumatology International*, *41*(6), 1105-1114. <https://doi.org/10.1007/s00296-021-04841-3>



An Integration of Self-Conscious Emotions into Cognitive-Functional Model: The Case of Guilt and Shame

Issa M. M. ALIBWAINI¹ , Gülten ÜNAL² 

Makalenin

Geliş Tarihi:
04.11.2022

Kabul Tarihi:
11.12.2022

Yayın Tarihi:
29.12.2022

Atf/Citation:

Alibwaini, I. M. M., & Ünal, G. (2022). An integration of self-conscious emotions into cognitive-functional model: The case of guilt and shame. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 169-183.

ABSTRACT

This experimental study aimed at testing the Cognitive-Functional Model by employing shame and guilt as approach-avoidant emotions. A solution plan for unemployment problem was used as a persuasive message under two levels of reassurance expectations. A hundred and twenty-nine Turkish fourth-graders from Ankara Yıldırım Beyazıt University, Gazi University, and Hacettepe University participated in the study. After obtaining the written informed consent, participants completed two initial attitude questions towards unemployment, then shame and guilt were successfully simulated among the participants via two induction messages. Participants were asked to read the solution plan, then to complete the dependent measures, including listing up to five message relevant thoughts, evaluating the argument strength, and finally evaluating the solution plan. The results confirmed four of six hypotheses we had proposed. Guilt (vs. shame) increased the motivation to be engaged with the message, and resulted in deeper information processing regardless of the expectations of reassurance certain or uncertain. Accepting or rejecting the message in guilt condition relied mainly on the strength of the argument despite reassurance expectations. Uncertainty of reassurance (vs. certainty) generated more motivation to process the message deeply. The interaction effect between emotions and reassurance level was significant only on the number of message relevant thoughts in favor of participants in guilt/uncertain condition. The results were discussed in the light of the previous literature, limitations of the current study as well as suggestions for future work were addressed.

Keywords: The CFM, Shame, Guilt, Reassurance Expectations, Unemployment

¹Ph.D., Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Humanities and Social Sciences, Department of Psychology, Ankara, Turkey, issa.alibwaini@gmail.com

²Asst. Prof., Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Humanities and Social Sciences, Department of Psychology, Ankara, Turkey, gultenunal@gmail.com

Bilinçli Duyguların Bilişsel-İşlevsel Modele Entegrasyonu: Suçluluk ve Utanç Örneği

ÖZ

Bu deneysel çalışma, yaklaşımdan kaçınan duygular olarak utanç ve suçluluk duygularını kullanarak Bilişsel-İşlevsel Modeli test etmeyi amaçlamıştır. İşsizlik sorununa yönelik bir çözüm planı, güvence beklentisinin iki düzeyi altında ikna edici bir mesaj olarak kullanılmıştır. Araştırmaya Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Gazi Üniversitesi ve Hacettepe Üniversitesi'nden 129 Türk dördüncü sınıf öğrencisi katılmıştır. Yazılı bilgilendirilmiş onam alındıktan sonra, katılımcılar işsizliğe yönelik iki ilk tutum sorusunu tamamlamışlardır, ardından iki başlangıç mesajı aracılığıyla katılımcılar arasında utanç ve suçluluk başarıyla simüle edilmiştir. Katılımcılardan çözüm planını okumaları, ardından mesajla ilgili en fazla beş düşünceyi listeleme, argüman gücünü değerlendirme ve son olarak çözüm planını değerlendirme dahil olmak üzere bağımlı ölçümleri tamamlamaları istenmiştir. Sonuçlar, önerilen altı hipotezden dördünü doğruladığını göstermiştir. Suçluluk duygusu (utanca kıyasla), mesajla ilgilenme motivasyonunu artırdı ve kesin veya belirsiz güvence beklentilerine bakılmaksızın daha derin bilgi işlemeyle sonuçlandı. Mesajı suçluluk durumunda kabul etmek veya reddetmek, güvence beklentilerine rağmen esas olarak argümanın gücüne dayanıyordu. Güvencenin belirsizliği (kesinliğe karşı), mesajı derinlemesine işlemek için daha fazla motivasyon yaratmıştır. Duygular ve güvence düzeyi arasındaki etkileşim etkisi, yalnızca suçluluk/belirsizlik durumundaki katılımcılar lehine mesajla ilgili düşüncelerin sayısı üzerinde anlamlıydı. Sonuçlar önceki literatür ışığında tartışılmış, mevcut çalışmanın sınırlılıkları ve gelecekteki çalışmalar için önerilere değinilmiştir.

Anahtar Kelimeler: CFM, Utanç, Suçluluk, Güvence Beklentileri, İşsizlik

Corresponding Author:

Issa M. M. ALIBWAINI

Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Humanities and Social Sciences, Department of Psychology, Ankara, Turkey, issa.alibwaini@gmail.com

INTRODUCTION

Persuasion is one of the essential topics in the psychology field, which is known as the attempt to intentionally and purposefully change one's attitude, including three main dimensions: thoughts, feelings, and behavior (Briñol & Petty, 2012). While persuasion-related research is increasingly drawing researchers' attention, the role of emotions generally has been overlooked (Nabi, 2002; Petty et al., 2003; Wirz, 2018). According to Lazarus (1991), emotions are assumed to be discrete where each emotion indicates a unique relationship between the individual and the surrounding environment. Each emotion has a particular goal or motivation expressed in the action readiness or action tendency to achieve that goal (Nabi, 1999). For example, anger is an emotion that assumed to have an approach tendency and fear is associated with avoidance tendency (Nabi, 1999). Tannenbaum et al. (2015), on the other hand, found that fear appeals can have a positive impact on one's attitude and behavior, particularly under specific settings. To illustrate, the effectiveness of fear messages was greater when the related messages contained efficacy statements and portrayed greater susceptibility. Moreover, Mitchell et al. (2001) examined the impact of three different emotions, including anger, sadness, and happiness on the processing of persuasive messages. Similar to fear appeals in Tannenbaum et al. (2015) research, Mitchell et al. (2001) found that the strength of the provided message had a positive effect on participants' attitude.

In the majority of the studies basic emotions have been purely studied with no special attention to rational processes. Therefore, the role of rational processes has been intensively disregarded in connection with emotions in the persuasion process. Nabi (1999) proposed the Cognitive Functional Model (CFM), which fills the gap between emotional and rational processes (i.e., information processing) and the way they function when an individual confronts a persuasion message.

In the current study we endeavor to shed light on the rational process by integration two self-conscious emotions (i.e., guilt and shame) into the CFM. The impact of the two emotions on students' attitude towards unemployment as well as the associated information processing style were experimentally investigated.

The Cognitive Functional Model

The CFM is a model proposed by Nabi (1999) and rests on integrating cognitive response models of persuasion, functional emotional theories, and research work that employed both theoretical and practical aspects of how an attitude is influenced by the related or unrelated effect of a message. In other words, the CFM, in an attempt to fill a theoretical gap, links both emotional and rational approaches by putting the major emphasis on emotions and investigate how they affect the attention and subsequent information processing of a persuasive message (see Figure 1.).

According to the CFM, similar to the "core relational theme" by Lazarus (1991), emotions are assumed to be discrete where each emotion has its particular action that affect the relationship between the individual and the surrounding environment. Two of the most relevant and typical examples are fear and anger. For instance, when a situation is perceived to have an obstacle that might hinder one's goal-oriented behavior or cause offense to them or their beloved ones, anger

is likely to appear. On the other hand, when the situation is perceived as threatening physically and/or psychologically, fear is likely to emerge (Nabi, 1999).

The CFM postulates that a discrete emotion is aroused when the message content expresses the core relational theme of that emotion, which must be recognized by the receiver of the message. The resulting emotional response is accompanied by two simultaneous motivations.

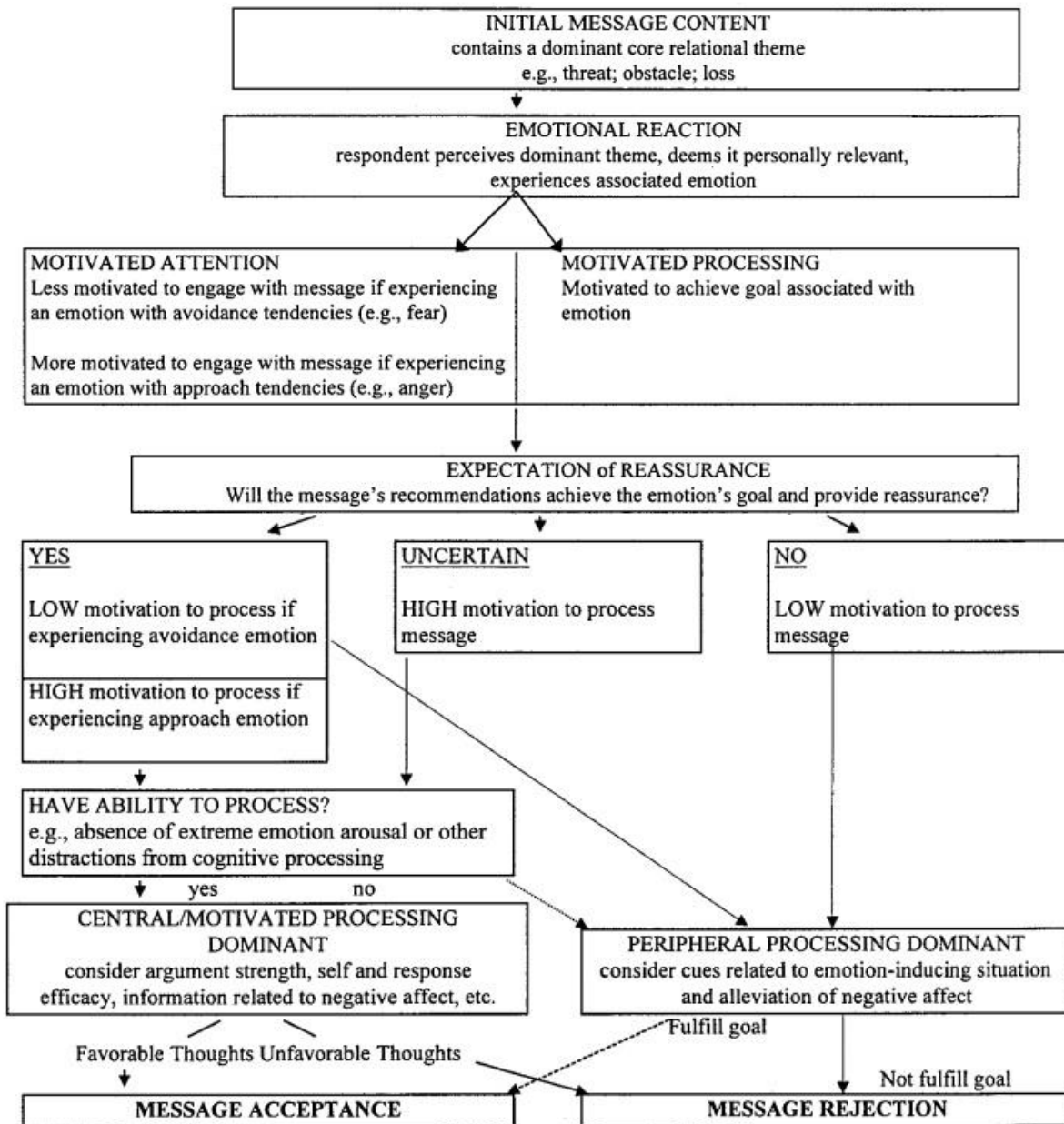


Figure 1. The Cognitive Functional Model

The first motivation, which is known as motivated attention, is concerned with the degree of motivation whether to engage or not with the message and its content based on the emotion tendency: avoidance or approach tendencies. Emotions with avoidance tendencies (e.g., fear) decrease the motivation to process the information given in the message, while emotions with approach tendencies (e.g., anger) increases the motivation and thus information processing. The

second motivation, which is named as motivated processing, is responsible for achieving the emotion-induced goal.

Message receivers, regardless of the provoked avoidance or approach tendencies, are induced to take emotionally consistent action to deal with a difficult situation that needs a solution. Accordingly, they will be inclined to seek “valid and relevant” reassuring information in the subsequent message, which in turn determines the depth of their information processing. Their expectation of reassurance also determines whether accepting or rejecting the message is based mainly on the strength and the quality of the given argument or on its peripheral features (Nabi, 1999).

According to the CFM, there is a possibility of three reassurance expectations. First, the relative uncertainty of the presence and/or validity of upcoming information will lead to deep and careful information processing in all cases. Second, the relative certainty of the validity and the relevance of the reassuring will lead to closer information processing when the receivers experience an emotion with approach tendencies. However, when they experience emotion with avoidance tendencies, they will tend to process information less carefully. Third, the certainty of the presence of upcoming reassuring information will increase the likelihood of avoidance tendencies not to be engaged with the message. The CFM suggests that these assumptions are derived from several factors, such as message cues, individual differences, and past experience with messages.

Cognitive-Functional Model Test

In her first test of the CFM, Nabi (2002) examined the effect of: 1) anger (as an approach emotion) and fear (as an avoidance emotion); 2) certain/uncertain expectation of message reassurance on students' attitudes towards “domestic terrorism legislation.” The results were partially consistent with the model. The main effects for both emotion type and certainty level of reassurance were found. Anger, compared to fear, led to more careful information processing. Similarly, uncertain message reassurance, compared to certain reassurance, promoted deeper information processing. On the other hand, the interaction between the type of emotion and certainty level of reassurance was insignificant.

Nabi had put emphasis on basic emotions, especially anger and fear, as approach-avoidant emotion. On the other hand, she did not give attention to all emotions, particularly self-conscious emotions. In this study, we try to fill this gap by integrating two main self-conscious emotions (i.e., guilt and shame) in the CFM.

Guilt and Shame

A comprehensive literature review found self-conscious emotions, particularly guilt and shame, to be another disregarded area with respect to persuasion and the role they might play in the persuasion processes. Guilt and shame are known to be two separate forms of self-conscious emotions. Tracy and Robins (2004) described self-conscious emotions as social emotions that occur in situations that direct one's attention to maintain social norms as well as to self-evaluation. For decades, guilt and shame have been discussed if they are distinctively different emotions and have similar qualities. Although both shame and guilt are seen as negative emotions, they differ in different ways (Tangney, 1991). Lewis (1971) suggested that guilt is

derived from appraisals that are purely related to one's behavior, while shame arises out of appraisals related to the inner self. In other words, guilt directs one's attention towards a specific action, and shame directs the attention towards the whole self. Lewis also pointed out that guilt and shame influence several cognitive processes, including attention, memory, and information processing.

Ghorbani et al. (2013) described guilt as an "agitation-based emotion" irritated by one's regret for improper action or a wrong decision. As a result of this regret and feeling guilty, the individual tends to either repair the mistake or punish him/herself. Shame, on the other hand, was described as a "dejection-based emotion" characterized by blaming one's whole self, resulting in a person's perception of herself as being potentially or actually being criticized. (Ghorbani et al., 2013). When guilt and shame were assessed from self-criticism perspective, shame seemed to take a less constructive form of self-criticism compared to guilt, which was associated with more self-forgiveness (Carpenter et al., 2016; Tracy et al., 2007).

With regards to the current study, as we intend to integrate guilt and shame in the CFM, which deals with emotions with avoidance or approach tendencies, we consider guilt and shame from an avoidance-approach emotion perspective. It is asserted by many scholars that guilt is associated with approach tendencies that encourage the individual to be engaged with subsequent arguments seeking more details regarding the problem. However, shame is associated with avoidance tendencies driving the individual to evade possible negative sequences or criticism (Haidt, 2003; Schmader & Licke, 2006; Tangney, 1991). Based on this distinction between shame and guilt, we expect them to fit to be harmoniously employed in the model.

Current Study

As another trial to test Nabi's model, in the current study we examined the impact of guilt and shame with two reassurance certainty levels on Turkish students' attitudes towards unemployment. We followed the style of Nabi's study after we made sure about the feasibility of our study. Based on the above-mentioned information that guilt and shame are found to be associated with approach and avoidance motivation, we expect that: 1) Guilt (vs. shame) will increase the motivation to be engaged with the message, which results in deeper information processing; 2) Uncertainty of reassurance (vs. certainty) will generate more motivation to process the message deeply/carefully; 3) Guilt will lead to deeper information processing with high motivation regardless of the expectations of reassurance certain or uncertain; 4) Shame condition will show less careful message processing when the reassurance is certain, and high careful processing when the reassurance is uncertain; 5) Accepting or rejecting the message in guilt condition will depend more on the strength of the argument regardless of the condition certainty or uncertainty; 6) Accepting or rejecting the message in shame condition will depend more on the strength of the argument when the condition is uncertain, and on the peripheral processing when the condition is certain.

METHOD

Participants

A hundred and twenty-nine undergraduates from Ankara Yıldırım Beyazıt University, Gazi University, and Hacettepe University participated in this study. Only fourth-graders were accepted to participate in the study with no psychology students included. The sample included 71 females (55%) and 58 males (45%) with a mean age of 21.9 years (SD, .65). Written informed consent was obtained from the participants before the data collection phase (see appendix A).

Measurement Tools

Socio-Demographic Sheet

Included in the sheet, age, gender, university, department were collected first.

Initial Attitude

Initial attitude towards unemployment was measured by obtaining participants' responses to two statements: In order to solve the unemployment problem, the state needs to develop more effective policies, and Unemployment is a serious problem for new graduates. Participants rated to what extent they agree with the two statements on the Likert scale ranging between 1 (strongly disagree) and 7 (strongly agree) ($\alpha=.86$).

Stimuli

Similar to Nabi's study, two stimuli were used in the current study. The first stimulus, which worked as an emotional induction message, was a small vignette in which a graduate student describes him/herself as well as the reason why he/she cannot find a job. We created two emotion induction vignettes; one was designed to elicit shame, and the other one was to elicit guilt (see appendix B).

The second stimulus, which worked as a persuasive message, was a piece of fictitious news attributed to a famous Turkish newspaper (Habertürk) and addressed a proposed government solution to terminate the unemployment problem. We developed two persuasive messages under two levels of expectation of reassurance (certain and uncertain) where two different headlines and introductory parts of the given news were employed (see appendix C). In the fictitious news, we listed four policies by which the problem of unemployment would be solved. The last-mentioned policy is designed to be flawed. Only people who carefully read the text would be aware of this. Persuasive messages were designed, as in Nabi's (2002) study, to persuade only those who carefully process the text.

Emotional Arousal

To make sure that the purposed emotions were successfully induced, the participants were asked to rate how much they felt (anger, shame, disgust, guilt, and fear) while reading the vignette (emotional induction message) on a 7-point scales calibrated from 1 (not at all) to 7 (extremely).

Dependent Measures

The dependent measures of the current study were all related to the proposed solution plan and as follows: 1) Number and type of message-relevant thoughts; 2) Perceived argument strength; 3) Attitude toward the solution plan.

Number and Type of Message-Relevant Thoughts. After the participants read the fictitious news (persuasive messages), they were asked to list thoughts (up to five thoughts) they had while reading the given solution plan of unemployment. A coder who is blind to the aim and conditions of the study coded the message-relevant thoughts listed by the participants and classified them into positive and negative thoughts. In the cases where the answers contain both negative and positive thoughts, we counted the number of each, and the type and final number was calculated by subtracting them. It is assumed that what indicates processing depth is the overall quantity of thoughts relevant to the message (Nabi, 2002).

Perceived Argument Strength. We assessed the perceived argument strength by using four bipolar adjectives (strong/weak, intelligent/unintelligent, convincing/unconvincing, persuasive/unpersuasive) on a 7-point scale. Deeper information processing of the given message should bring a perception of the given argument as weak. A highly reliable measure consisted of the four items was found on SPSS ($\alpha=.97$).

Attitudes Toward the Solution Plan. Similar to the perceived argument strength scale, six bipolar adjectives (acceptable/unacceptable, favorable/unfavorable, right/wrong, positive/negative, good/bad, wise/foolish) on a 7-point scale were used to assess participants' evaluation of the solution plan. SPSS revealed a highly reliable measure formed by these six items ($\alpha=.98$).

Additional Questions

After the emotional arousal scale, participants, on a 5-point scale, were asked to rate to what extent did they feel that the text reflected them while reading the first vignettes (emotional induction vignettes). Participants were also asked to rate how difficult they think it will be to find a job after graduation a 7-point scale.

Design

This experimental study utilized a 2 (emotion: shame or guilt) \times 2 (expectation of reassurance level: certain or uncertain) factorial design to answer the research questions. The independent variables were self-conscious emotions and expectation of reassurance. The dependent variables were the depth of information processing and attitudes. The convenience sampling strategy was used to obtain participants from three universities. After we recruited the participants, they were randomly assigned to the four conditions.

Pilot Study

Prior to conducting the study, reliabilities of the above-mentioned tools were checked in a small pilot study, in which six students read the messages and completed the questions we prepared. By doing so, we guaranteed the effectiveness and consistency of our materials, as well as we made some changes regarding the response format of 3 questions (i.e., we reversed the response

options of three questions to obtain more reliable responses and to avoid possible bias or social desirability in the answers).

Procedure

After we recruited and randomly assigned the participants to the experimental groups, they received the sheets that included the previously mentioned materials. After they completed the initial attitudes towards unemployment, they read the emotional induction message by which shame or guilt is expected to be triggered. Then they rated, on emotional arousal scale, the emotions they felt while reading the emotional induction message. In addition, they rated to what extent they felt that the text reflected them.

Next, participants read the fictitious news that included a solution plan for unemployment with certain or uncertain reassurance levels. Participants listed the thoughts they had while reading the solution plan. On a semantic differential scale, the perceived argument strength, and attitudes of the students towards the solution plan were assessed. Then, participants rated the possible difficulty of finding a job after graduation. Finally, participants completed the socio-demographic questions.

RESULTS

Initial Attitudes

Descriptive statistics and frequencies of the participants' responses showed that 75.2% of the participants strongly agreed, 21.7% agreed, and 3.1% slightly agreed that unemployment is a serious problem for new graduates (see Table 1.). Besides, 69% of the participants strongly agreed, 27.9% agreed, and 3.1% slightly agreed that the state should develop more effective policies to tackle the unemployment problem. Interestingly, no single negative response was recorded (see Table 2.). These findings confirm that all participants hold similar attitudes toward the problem of unemployment.

Table 1. Unemployment is a Serious Problem for New Graduates

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Strongly Agree	97	75.2	75.2	75.2
Agree	28	21.7	21.7	96.9
Slightly Agree	4	3.1	3.1	100.0
Total	129	100.0	100.0	

Table 2. The State Needs to Develop More Effective Policies to Solve the Unemployment Problem

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Strongly Agree	89	69,0	69,0	69,0
Agree	36	27,9	27,9	96,9
Slightly Agree	4	3,1	3,1	100,0
Total	129	100,0	100,0	

Emotional Arousal Check

To test whether shame and guilt were successfully induced, we run independent t-test. The results showed that participants who read the induction message of shame reported the highest levels of shame significantly compared to other emotions, ($M=3.35$, $SD=.99$), $t(127) = 7.95$, $p<.05$. Participants in the guilt condition significantly showed the highest levels of shame compared to other emotions, ($M=3.23$, $SD=.92$), $t(127) = -7.43$, $p<.05$. These results indicate that the manipulation we used worked successfully to induce shame and guilt.

It is worth noting that the only other significant emotion found was fear, $t(127) = -1.99$, $p<.05$. Participants in the guilt condition reported higher degrees of fear ($M=2.09$, $SD=.78$) than those in the shame condition ($M=1.83$, $SD=.73$).

Emotions and Dependent Variables

We run t-test to find out whether there was a significant difference between shame and guilt groups in terms of message relevant thoughts they listed after reading the persuasive messages. The results showed that participants in the guilt condition had listed more message relevant thoughts ($M = 2.77$, $SD = .94$) compared to those in the shame condition ($M=1.97$, $SD=.82$), $t(127) = -5.15$, $p<.05$. Chi-square test showed a significant difference between shame and guilt in the type of listed thoughts, $\chi(1) = 5.09$, $p<.05$. Descriptive statistics showed that the number of listed negative thoughts, which reflects that the given message is weak, was higher in the guilt condition than in the shame condition (see Table 3.).

Table 3. Numbers of Positive and Negative Thoughts in Guilt and Shame Conditions

	Positive Thoughts	Negative Thoughts	Total
Shame	42	21	63
Guilt	31	35	66
Total	73	56	129

The results revealed that the argument was perceived to be weaker by participants in the guilt condition ($M=3.95$, $SD=1.74$) compared to those in the shame condition ($M=4.81$, $SD=1.47$), $t(126) = 2.99$, $p<.05$. Similarly, with regard to attitude towards the solution plan for the unemployment problem, participants in the guilt condition showed less positive attitudes ($M=3.97$, $SD=1.74$) compared to those in the shame condition ($M=4.96$, $SD=1.41$), $t(127) = 3.51$, $p<.05$.

Reassurance Expectation and Dependent Variables

The results demonstrated that participants in the uncertain reassurance condition listed more message relevant thoughts ($M=2.70$, $SD=.89$) compared to those in the certain reassurance condition ($M=2.08$, $SD=.95$), $t(127) = 3.83$, $p<.05$. A significant difference in the type of listed thoughts was also recorded, $\chi(1) = 4.03$, $p<.05$. Descriptive statistics indicated that the number of negative thoughts listed in the uncertain reassurance condition was higher than in the other condition (see Table 4.).

Table 4. Numbers of Positive and Negative Thoughts Listed by Participants

	Positive Thoughts	Negative Thoughts	Total
Uncertainty	30	33	63
Certainty	43	23	66
Total	73	56	129

Regarding perceived strength of argument, there was no significant difference between the certain and uncertain reassurance groups, $t(126) = -1.61, p > .05$. Unlikely, participants in the uncertain reassurance condition reported less positive attitudes towards the solution plan for the unemployment problem ($M=4.11, SD=1.66$) compared to those in the certain reassurance condition ($M=4.78, SD=1.60$), $t(127) = -2.34, p < .05$.

Emotions, Reassurance Expectation, and Dependent Variables

Factorial ANOVAs were performed to test the interaction effect between emotions and reassurance expectations on the dependent variables. The only significant interaction effect between emotions and reassurance expectation was on the number of message relevant thoughts, $F(1, 125) = 8.78, p < .05, \eta^2 = .066$. The highest number of thoughts was listed by the participants in the guilt/uncertain condition ($M=2.85, SD=.98$), and the least was among those in the shame/certain condition ($M = 1.50, SD = .56$). The results showed insignificant interaction effect between emotion and reassurance expectation on the type of message relevant thoughts, $F(1, 125) = 1.63, p > .05$, the perceived argument strength, $F(1, 124) = .716, p > .05$, and attitude towards the solution plan, $F(1, 125) = 1.50, p > .05$.

Other Findings

With respect to participants' perception of the difficulty of getting a job after graduation, the highest recorded response was (moderately difficult) with 29.5%, and the least was (very easy) with 3.1% (see Table 5.). Table 6. summarizes the distribution of participants' responses to the question (To what extent did you feel that the text reflects you?) after reading the induction message of shame and guilt. The results showed no difference between males and females in any of the variables. Likewise, there was no significant differences between the students from the three universities.

Table 5. How Difficult Do You Think It Will Be to Find a Job After Graduation

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Very Easy	4	3,1	3,1	3,1
Moderately Easy	20	15,5	15,5	18,6
Slightly Easy	19	14,7	14,7	33,3
Neutral	16	12,4	12,4	45,7
Slightly Difficult	18	14,0	14,0	59,7
Moderately Difficult	38	29,5	29,5	89,1
Very Difficult	14	10,9	10,9	100,0
Total	129	100,0	100,0	

Table 6. Distribution of the Participant’ Responses

		To What Extent Did You Feel That the Text Reflected You Why Reading It					Total
		Not At All	Slightly	Moderately	Very	Extremely	
Induction Message	Shame	8	27	20	7	1	63
	Guilt	12	25	26	2	1	66
	Total	20	52	46	9	2	133

DISCUSSION

In the current study, we tested Nabi’s Cognitive Functional Model by integrating self-conscious emotions (shame and guilt). Unemployment was the problem (stimuli) we employed in both emotional induction and persuasive messages. We successfully triggered shame and guilt through two induction messages in both conditions. Furthermore, results revealed another significant emotion recorded among students, which was fear. Although fear is known to be an emotion with avoidance tendency (Nabi, 2002), participants in guilt condition showed higher rates of fear than those in shame condition. We attribute this to the nature of the problem we addressed in our study, and thus participants who graduate in a few months are likely to experience this problem. We think that guilt, as an approach emotion, is likely to evoke fear among students, more than shame does, as it drives them to seek more available information and solutions for the inevitable problems they are expected to face. Shame, as an emotion with avoidance tendency, generally leads to withdrawal actions not to face the problem or to seek further related information, particularly if there is reassurance certainty. Because of that, we expect that fear is likely to appear among participants who had approach motivation resulted from guilt. In a consistent way, Nelissen, Leliveld, van Dijk, and Zeelenberg (2011) demonstrated that employing guilt and fear brings more effective results to proposers when they engage in bargaining. This reflects the significant association between the two emotions.

We tested six hypotheses in this paper. In line with Adams, Ambady, Macrae, and Kleck (2006), Haidt (2003), Schmader and Licke (2006), and Tangney (1991), our results confirmed the first hypothesis, where guilt (vs. shame) increased the approach motivation to be engaged with the message, which in turn led to more careful information processing. We can conclude that from the number of relevant thoughts students had listed, as well as the type of thoughts. Students in guilt (vs. shame) condition listed more thoughts, and the type of thoughts they listed tend to be negative. Besides, we would also accept the third hypothesis where feeling guilt led to deeper information processing with high motivation regardless of the expectations of reassurance being certain or uncertain. The results also confirmed our fifth hypothesis, where the students in guilt (vs. shame) condition more negatively evaluated the argument, as well as they recorded more negative attitudes. That is, accepting or rejecting the message in guilt condition depended more on the strength of the argument regardless of the reassurance expectation level.

With regard to the second hypothesis, our results were consistent with Nabi’s (2002), Gleicher and Petty’s (1992), and Tiedens and Linton’s (2001), who argued that uncertain appraisals are more likely to lead to effortful and careful information processing compared to certain appraisals. Like guilt (vs. shame), uncertain (vs. certain) reassurance led to more motivation to be engaged with the message and thus more effortful information processing. A higher number

of thoughts, as well as higher negative thoughts, were listed in uncertain (vs. certain) reassurance condition.

The interaction effect between emotions and reassurance level was significant only on the number of message relevant thoughts, which were recorded most among participants in guilt/uncertain condition. However, an insignificant interaction effect was recorded in all other cases. It is noteworthy that these findings are harmonious with Nabi's results of her test study of the model. Nabi found significant main effects of emotions and reassurance expectation levels and insignificant interaction effects between both. In this case, we falsify the fourth and sixth hypotheses.

Limitations and Suggestions: Although this study is filling a gap in the literature by integrating self-conscious emotions into the CFM, it is confined by some limitations. The data was collected from students during short breaks between classes at universities, which means that we collected it mostly from fatigued participants. This, in turn, may have led to biased results, particularly in the qualitative section, even though we obtained satisfying results compared to Nabi's first test of the model. That was noticed during coding of the thoughts participants were asked to list regarding the persuasive message. Several participants, who were eliminated, had listed completely unrelated thoughts, and instead, they mentioned their opinions about unemployment. Several response sheets were also eliminated because of blankly left questions, and the final number of the included participants was 129, as we mentioned previously. Another limitation is related to the time devoted to the conduct of the study. Since the paper was supposed to be turned in before the end of the semester, the researcher could not provide the ideal settings for data collection, by which the first limitation could have been eliminated.

As the conductor of the second trial of testing the CFM after the original author, we suppose that replicating the test of the model in different contexts would lead to more accurate and reliable outcomes. Despite the strong assumptions in the literature for all details of the CFM, neither this study nor that of Nabi's could come up with completely compatible results with the CFM. The probability of a methodological error is very likely. Because of that, we recommend replicating the study under more controlled conditions (e.g., recruiting participants more carefully, choosing stronger and reviewed induction and more persuasive messages as stimuli, a more comfortable atmosphere for the participants to obtain reliable results, etc.).

In addition, we strongly believe that a second study of the current study would be beneficial as we come up with new and unexpected results (e.g., the triggered fear besides guilt and shame). The impact of other sociodemographic variables as well as possible group differences could be assessed in the second study, such as place of residence (e.g., rural area, city, etc.), socioeconomic status, and self-construal (independent or interdependent self). Finally, changing the problem from unemployment to another problem would give more reliable and trustworthy results in the second study.

Declaration of Conflicting Interests: Authors declared no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/or publication of this article.

Source(s) of Support: The authors did not receive support from any organization for the submitted work.

REFERENCES

- Adams, R. B., Ambady, N., Macrae, C. N., & Kleck, R. E. (2006). Emotional expressions forecast approach-avoidance behavior. *Motivation and Emotion*, 30(2), 177-186. <https://doi.org/10.1007/s11031-006-9020-2>
- Briñol, P., & Petty, R. E. (2012). The history of attitudes and persuasion research. In A. W. Kruglanski ve W. Stroebe (Eds.), *Handbook of the history of social psychology* (pp. 285-320). Psychology Press.
- Carpenter, T. P., Tignor, S. M., Tsang, J. A., & Willett, A. (2016). Dispositional self-forgiveness, guilt-and shame-proneness, and the roles of motivational tendencies. *Personality and Individual Differences*, 98, 53-61. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.017>
- Dillard, J. P., & Anderson, J. W. (2004). The role of fear in persuasion. *Psychology & Marketing*, 21(11), 909-926. <https://doi.org/10.1002/mar.20041>
- Ghorbani, M., Liao, Y., Çayköylü, S., & Chand, M. (2013). Guilt, shame, and reparative behavior: The effect of psychological proximity. *Journal of Business Ethics*, 114(2), 311-323. <https://doi.org/10.1007/s10551-012-1350-2>
- Gleicher, F., & Petty, R. E. (1992). Expectations of reassurance influence the nature of fear-stimulated attitude change. *Journal of Experimental Social Psychology*, 28, 86-100. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(92\)90033-G](https://doi.org/10.1016/0022-1031(92)90033-G)
- Haidt, J. (2003). The moral emotions. In R. J. Davidson, K. R. Scherer ve H. H. Goldsmith (Eds.), *Handbook of affective sciences* (pp. 852-870). Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. International Universities Press.
- Mitchell, M. M., Brown, K. M., Morris-Villagran, M., & Villagran, P. D. (2001). The effects of anger, sadness and happiness on persuasive message processing: A test of the negative state relief model. *Communication Monographs*, 68(4), 347-359. <https://doi.org/10.1080/03637750128070>
- Nabi, R. (1999). A cognitive-functional model for the effects of discrete negative emotions on information processing, attitude change, and recall. *Communication Theory*, 9(3), 292-320. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.1999.tb00172.x>
- Nabi, R. (2002). Anger, fear, uncertainty, and attitudes: A test of the cognitive-functional model. *Communication Monographs*, 69(3), 204-216. <https://doi.org/10.1080/03637750216541>

- Nelissen, R. M., Leliveld, M. C., van Dijk, E., & Zeelenberg, M. (2011). Fear and guilt in proposers: Using emotions to explain offers in ultimatum bargaining. *European Journal of Social Psychology, 41*(1), 78-85. <https://doi.org/10.1002/ejsp.735>
- Petty, R. E., Fabrigar, L. R., & Wegener, D. T. (2003). Emotional factors in attitudes and persuasion. In R. J. Davidson, K. R. Scherer ve H. H. Goldsmith (Eds.), *Handbook of affective sciences* (pp. 752-772). Oxford University Press.
- Schmader, T., & Licke, B. (2006). The approach and avoidance function of guilt and shame emotions: Comparing reactions to self-caused and other-caused wrongdoing. *Motivation and Emotion, 30*(1), 42-55. <https://doi.org/10.1007/s11031-006-9006-0>
- Tangney, P. (1991). Moral affect: The good, the bad, and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(4), 598-600. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.61.4.598>
- Tannenbaum, M. B., Hepler, J., Zimmerman, R. S., Saul, L., & Jacobs, S. (2015). Appealing to fear: A meta-analysis of fear appeal effectiveness and theories. *Psychological Bulletin, 141*(6), 1178-1204. <https://doi.org/10.1037/a0039729>
- Tiedens, L. Z., & Linton, S. (2001). Judgment under emotional certainty and uncertainty: the effects of specific emotions on information processing. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*(6), 973-988. <https://doi.org/10.1037//OO22-3514.81.6.973>
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model. *Psychological Inquiry, 15*(2), 103-125. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1502_01
- Tracy, J. L., Robins, R. W., & Tangney, J. P. (2007). *The self-conscious emotions: Theory and research*. Guilford Press.
- Wirz, D. (2018). Persuasion through emotion? An experimental test of the emotion-eliciting nature of populist communication. *International Journal of Communication, 12*, 1114-1138.



Kumar Bağımlılığı ve İntihar Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

Haydeh FARAJI¹ , Eylül Doğa DAĞ² 

ÖZ

Kumar bağımlılığı, bireylerin ruh sağlığına, kişilerarası ilişkilerine ve mesleki yaşamlarına zarar veren, olumsuz sonuçlara rağmen tekrarlayan kumar oynamalarla karakterize bir davranışsal bağımlılıktır. Kumar sadece kumar bağımlılığı psikopatolojisine sebep olmayan beraberinde birçok psikopatolojiye neden olan bir toplum sağlığı sorunudur. Kumar bağımlılığı birçok ruh sağlığı problemine sebep olurken intihar düşüncesi, intihar girişimi ve tamamlanmış intihara da neden olabileceği bilinmektedir. Bu çalışmanın amacı, kumar bağımlılığı ve intihar arasındaki ilişkiyi değerlendirmektir. Çalışma, kumar bağımlılığında intihar riskini anlamak ve eşlik eden komorbid bozuklukları tespit etmek açısından ruh sağlığı uzmanlarının tedavi planlamalarına ve bağımlılık önleme çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünüldüğünden önem arz etmektedir. Çalışmada, kumar bağımlılığının güncel tanı kriterlerine yönelik açıklama sunulmuş, ayrıca kumar bağımlılığı ve intihar arasındaki ilişkiye ve eşlik eden komorbid bozukluklara yer verilerek bu amaçla 1980-2022 yılları arasında YÖK-Tez, PubMed, Dergipark ve Google Akademik veri tabanlarında yayınlanmış çalışmaların taranması sonucunda yazılmıştır. Çalışmada, kumar bağımlılığına ve problemlili kumar davranışına sahip olan bireylerde intihar düşüncesi, intihar girişimi ve tamamlanmış intihar oranlarının yüksek olduğu ve eşlik eden komorbid bozuklukların var olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kumar Bağımlılığı, İntihar Düşüncesi, İntihar Girişimi, Tamamlanmış İntihar, Bağımlılık

Makalenin

Geliş Tarihi:
25.05.2022

Kabul Tarihi:
19.08.2022

Yayın Tarihi:
29.12.2022

Atıf/Citation:

Faraji, H. ve Dağ, E. D. (2022). Kumar bağımlılığı ve intihar arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 184-200.

¹Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye, haydehfaraji@aydin.edu.tr

²İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye, eyluldag@stu.aydin.edu.tr

Evaluation of the Relationship between Gambling Addiction and Suicide

ABSTRACT

Gambling addiction is a behavioral addiction characterized by repetitive gambling despite negative consequences, which harms the mental health, interpersonal relationships and professional lives of individuals. Gambling is a public health problem that not only causes gambling addiction psychopathology, but also causes many psychopathologies. While gambling addiction causes many mental health problems, it is known that it can also cause suicide thoughts, suicide attempts and completed suicide. The purpose of this study is to assess the relationship between gambling addiction and suicide. The study is important because it is thought that it will contribute to the treatment planning and addiction prevention studies of mental health professionals in terms of understanding the risk of suicide in gambling addiction and identifying accompanying comorbid disorders. In the study, an explanation of the current diagnostic criteria of gambling addiction was presented, and the relationship between gambling addiction and suicide and accompanying comorbid disorders were included, and for this purpose, it was written as a result of scanning the studies published in YÖK-Tez, PubMed, Dergipark and Google Academic databases between 1984-2022. In the study, it was concluded that individuals with gambling addiction and problematic gambling behavior have higher rates of, suicide thoughts, suicide attempts and completed suicides, and to have accompanying comorbid disorders.

Keywords: Gambling Addiction, Suicide Thoughts, Suicide Attempts, Completed Suicide, Addiction

Sorumlu Yazar:

Haydeh FARAJI

Beşyol, İnönü Cad. No: 38, 34295, Küçükçekmece/İstanbul, Türkiye, haydehfaraji1@gmail.com

GİRİŞ

Bağımlılık, bireyin kullandığı nesne veya herhangi bir davranışı üzerindeki kontrolünü kaybetmesi olarak tanımlanmaktadır (Ertunç, 2019). Bağımlılık kavramından söz edince bireylerin aklına ilk olarak uyuşturucu, alkol veya nikotin gibi maddeler gelse de birden fazla davranışsal bağımlılıklar da mevcuttur. Son yıllarda yapılan araştırmalarda davranışların bağımlılığa yol açabileceği sonuçlarına ulaşılmıştır (Ögel, 2017). Bu davranışsal bağımlılıklar, internet bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, egzersiz bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, seks bağımlılığı ve kumar bağımlılığıdır.

Kumar bağımlılığı bireyin ruh sağlığını, aile ilişkilerini, sosyal ilişkilerini, duygusal ilişkilerini ve mesleki hayatını olumsuz derecede etkileyen, sürekli ve tekrar eden istenmeyen/uygunsuz kumar oynama davranışıdır. Kumar oynama bozukluğu yıllar boyunca farklı başlıklar altında toplanmıştır. Kumar bağımlılığı ilk olarak 1980 yılında yayımlanan DSM-III'te "Patalojik Kumar Oynama" adı altında girmiştir (APA, 1980). DSM-IV'te (1994) "Başka yerde sınıflandırılmamış dürtü kontrol bozuklukları" kategorisinde, son olarak 2013 yılında yayımlanan DSM-5'de ise "Madde ile ilişkili bozukluklar ve bağımlılık bozuklukları" kategorisinde ve "Madde ile ilişkili olmayan bozukluklar" başlığında yer almaktadır (APA, 1994, 2013).

Potenza ve arkadaşlarına göre (2002) kumar "Daha değerli bir şeyi elde etme umuduyla değerli bir şeyi riske atmak"tır. Çakıcı'ya göre ise (2019) kumar; bir davranıştır. Bir yarışmanın veya oyunun üzerine para ve/veya değerli bir şey koyarak kazanç amacı taşıyan davranış olarak tanımlanmaktadır. Kumar bağımlısı bireylerin birçoğu çalışarak kazandıkları paraları kumar oynamaya yatırdıkları için sürekli olarak kayıp yaşamakta bireysel ekonomileri olumsuz yönde etkilenmektedir. Bireyin büyük bir maddi gelir kaybı yaşamasıyla beraber aile ve sosyal ilişkileri buna bağlı olarak bozulabilmektedir. Dolayısıyla, ekonomik kayıp beraberinde yalnızlık ve sosyal ilişkilerde anlaşmazlıklar doğurmaktadır. Kumar bağımlılığı olan bireylerin yaşamış olduğu ekonomik kayıplar sonucu sosyoekonomik düzeylerinde gerileme bireylerin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir. 44 kişi ile yürütülen bir araştırmada, bu kişilerin düşük sosyoekonomik düzeye sahip oldukları ve kumar oynamaya bağlı olarak finansal kaynaklarında sorunları olduğu tespit edilmiştir (Błaszczynski ve Farrell, 1998). 1201 kumar bağımlısıyla yapılan bir araştırmada, 233 kumar bağımlısı bireyin intihar ettiği, bunlardan 110'unun ise kumar nedeniyle borçlu oldukları için intihar ettikleri tespit edilmiştir (Wong ve ark., 2010).

İntihar (özkıyım); insanın bedensel, ruhsal veya sosyal acılardan kendini kurtarma amacıyla bilinçli bir şekilde hayatına son verme eylemidir (Çetingüç ve Büyükçakır, 1994; Lester ve Gunn, 2016). Kumar bağımlılığı olan bireylerin yaşadıkları stres, üzüntü ekonomik kayıp gibi durumlar özkıyımına sebep olabilmektedir. 1627 katılımcıdan toplanan verilere göre, problemlili kumar davranışına sahip olan katılımcıların kumar ile ilgili intihar düşüncesi, intihar girişimi ve depresyon bildirdikleri tespit edilmiştir (Barry ve ark., 2008). Yapılan bir diğer araştırmada kumar oynama sorunları olan ve tedavi arayışı içinde olan bireylerin %80'inde intihar düşüncesi olduğunu ve %12'sinin ise intihar girişiminde bulunduğu tespit edilmiştir (McCormick ve ark., 1984). Bir diğer araştırmada ise kumar bağımlılarının %48'nin kumar ile ilgili olarak intihar

düşüncesi öyküsüne sahip olduğu ve %12'sinin ise geçmişlerinde intihar girişiminde buldukları sonucuna varılmıştır (Ledgerwood ve Petry, 2004).

Kumar oynama bozukluğu, bireylerin hayatlarında iş, aile, sosyal, ekonomik sorunlarının yanında intihar girişimi, düşüncesi ve gerçekleşmiş intihara sebep olmaktadır. Birçok araştırma gösteriyor ki, kumar bağımlılığı ve intihar arasında ilişki mevcuttur (McCormick ve ark., 1984; Blaszczyński ve Farrell, 1998; Ledgerwood ve Petry, 2004; Barry ve ark., 2008; Wong ve ark., 2010). Bu çalışma da kumar bağımlılığı ve intihar arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amaçlanmaktadır. Bağımlılık tedavilerinde önleme ve farkındalık çalışmaları önem arz etmektedir. Dolayısıyla bu çalışma, bağımlılık alanında görev yapan ve önleme çalışmaları düzenleyen bireylere katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1. Kumar Bağımlılığı

Geçmişten günümüze değişerek ve çeşitlenerek gelen kumar, insanların hayatında büyük bir yer kaplamaktadır. İlerleyen teknoloji ile birlikte artık sadece kumarhanelerde değil, internet üzerinden kolaylıkla oynanabilmektedir.

DSM-5'te kumar oynama bozukluğu tanı kriterleri aşağıdaki gibidir (APA, 2013):

“A. On iki aylık bir süre içinde, aşağıdakilerden en az dördü (ya da daha çoğu) ile kendini gösteren, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da işlevsellikte düşmeye yol açan, sürekli ve yineleyici, sorunlu bir kumar oynama davranışı:”

1. İsteddiği heyecanı ve coşkuyu sağlayabilmek için kişi giderek daha çok miktarlarda parayla kumar oynama gereksinimi duyar.
2. Kumar oynamayı azaltma veya durdurma girişimleri sırasında kişi daha kolay sinirlenen ve huzursuzluk duyan, hisseden biri olur.
3. Kumar oynama davranışını durdurmak, bırakmak ve kontrol altına almak için tekrarlayan, sonuç alamadığı başarısız çabaları vardır.
4. Kişinin devamlı olarak kumar oynama üzerine aşırı kafa yorması (örn. geçmiş zamandaki kumar oynama yaşantılarını yeniden yaşamayı sürekli olarak düşünme hali içinde bulunması, bir sonraki kumar oynama girişimini engellemek ya da tasarlamak, kumar oynamak için para bulma yollarını düşünmek).
5. Sıklıkla, sıkıntı hissederken kumar oynama (örn. suçlu, bunalmış, çökkün, çaresiz).
6. Parayla kumar oynayıp kaybettiğinde, çoğu kez kişinin kaybettiklerini geri kazanmak için yeniden başka gün geri gelmesi (kaybettiklerinin arkasından koşma hali).
7. Ne derece kumar oynadığını saklamak için yalan söyler.
8. Kumar oynaması sebebiyle, önemli bir ilişkisini, işini, eğitimini ya da iş olanağını riske atmış ya da kaybetmiştir.
9. Kumar oynaması sebebiyle içinde bulunduğu umutsuz maddi koşullardan kurtulmak için başkalarının maddi kaynak sağlaması beklentisi içindedir.

1.1. Kumarın Tanımı

Literatürde kumarın tanımı birçok araştırmacı tarafından tanımlanmıştır. Bunlardan başlıca ikisi şu şekildedir; “Kumar, isteyerek riske girmenin temelinde, kazanan ve kaybeden tarafların olduğu ve genellikle her iki tarafta da bir üretim işi olmaksızın servetin yeniden dağılımıdır. Bu

servet dağılımına karar veren süreç daima bir şans elementi içerir veya daima şansa dayanır” (Ögel, 2017). Bir diğer tanım ise; kazanan ve kaybeden tarafın maddi kayıplar yaşadığı, psikolojik, aile ve sosyal ilişkilerinde problemlerin ortaya çıktığı, kazanan tarafın haz, kaybeden tarafın zarara uğradığı ve farklı dalların ele aldığı birden fazla yönü olan bir kavramdır (Babayiğit, 2018).

1.2. Kumarın Tarihçesi

Geçmiş yıllardan günümüze şans oyunları insanların hayatının bir parçası haline gelmiştir. Çok eski zamanlarda yaşayan mağara adamlarının kendi aralarında iddiaya girdikleri arkeolojik çalışmalar sonucunda bulunmuştur. M.Ö.’ki yıllarda “Astragali” oyunun ilkel topluluklar tarafından oynandığı ve bir çeşit şans oyunu olduğu, hayvanların kemikleri üzerinden oynandığı tespit edilmiştir. İnsanların hayvan kemiğinin sert tarafı üste gelirse güney tarafında avlanalım, sert tarafı alta gelirse kuzey tarafında avlanalım gibi şans oyunu oynadığı arkeoloji çalışmaları sonucunda kanıtlanmıştır. Schwartz (2006) “Zamanla astragali evrimleşerek zar haline gelmiştir”. Astragali oyunu ilkel çağda, orta çağda şekil değiştirerek her toplumda oynanmaya devam etmiştir. M.Ö. 300’lü yıllarda Çin halkının zar üzerine iddia oyunları oynadığı ve ilerleyen dönemlerde piyango, bingo ve keno gibi oyunların da Çinliler tarafından geliştirildiği ve daha sonrasında diğer ülkelere yayıldığı tespit edilmiştir (Çakıcı, 2019). Bir efsaneye göre, Çin Duvarı’nın şans oyunlarından elde edilen gelirlerle inşa edildiği, Avrupa ve Amerika’da binaların inşa edilmesi ve bakımı yapılabilmesi amacıyla bazı şans oyunlarının düzenlendiği söylemleri mevcuttur (Bilgin, 2015). M.Ö 3000 yıllarından kalan oyun tahtaları ve zarlar arkeologlar tarafından bulunmuştur. Romalıların düzenledikleri şenliklerde hayvan dövüşleri, iki tekerlekli araba yarışları ve çeşitli zar oyunları oynadıkları arkeolojik kazılar ile bulunmuştur (Arslan, 2007). Bu bulguların tümü, ilkel toplulukların farklı yollarla kumar oynadığını kanıtlar niteliktedir. Teknolojinin gelişmesi ile birlikte 1990 yılı sonrasında kumar oyunları daha da yaygınlaşmış, telefonda da oynanır hale gelmiştir (Çakıcı, 2019). Kumarın zararlarına rağmen kumar oyunları gelişerek ve çeşitlenerek daha da yaygınlaşmıştır. Devletler kumar oyunlarından maddi gelirler elde etmeleri sebebiyle kumarın zararlarına rağmen kumarın endüstrileşmesinin önüne geçememişlerdir (Çakıcı, 2019). İlk çağlarda avlanmak için bir araç olarak kullanılan kumar zamanla evrimleşerek ve çeşitlenerek günümüzde bir finansal kaynak ve ekonomi aktivitesi haline gelmiştir.

1.3. Kumar Bağımlılığının Belirtileri

Ögel (2017), kumar oynama davranışının bir bağımlılık olup olmadığını tespit etmek için aşağıdaki on kriterin önemli arz ettiğini belirtmektedir. Bunlar;

1. Zihnin kumar ile meşgul olması: Bireyin kafasında sürekli olarak kumar oynama davranışının olması ve bunu düşünmesi.
2. Tolerans geliştirilmesi: Kişinin istediği coşkuyu sağlayabilmek için daha çok miktar parayla kumar oynaması.
3. Kaçma davranışı: Kişinin sıkıntılarından, sorunlarından kaçması ve uzaklaşması için kumar oynaması.
4. Kompulsif şekilde kumarın peşine düşme: Kişinin kumarda kaybettiği parayı tekrar kazanmak için tekrardan kumar oynaması.

5. Dürüst olmamak: Kişi ne derecede kumar oynadığını gizlemek için etrafındakilere yalan söylemesi.
6. İlegal eylemler: Kişinin kumar oynama davranışına devam edebilmesi için gerekli olan parayı yasa dışı elde etmek için yasal olmayan işlere girişmesi.
7. İlişkilerin zarar görmesi: Kişinin kumar oynama davranışından dolayı ilişkilerini, mesleğini riske atması veya yitirmesi.
8. Başkalarına yük olmak: Kişinin kumar oynama sonucunda içinde bulunduğu maddi sıkıntılardan kurtulmak için çevresindeki bireylerden beklenti içinde olması.
9. Kontrol yitimi: Kişinin kumar oynama davranışını denetim altına alabilmesi ya da durdurması için başarısız girişimlerde bulunması.

Bireylerde yukarıdaki belirtilerden bir veya iki tanesinin olması riskli kumar oynama alışkanlığının belirtisi, üç veya dört tanesinin olması problem yaratabilecek kumar alışkanlığının belirtisi ve beş veya daha fazlasının bulunması halinde patolojik kumar bağımlılığının belirtisidir (Ögel, 2017).

1.2. Kumar Bağımlılığında Risk Faktörleri

Bireylerin yaşamında var olan bazı durumlar, özellikler ve faktörler kumar bağımlılığı geliştirme risklerini arttırmaktadır. Kişilerin kaç yaşında olduğu önemli faktörlerden bir tanesidir. Birey küçük yaşta kumar oynamaya başladıysa bağımlılık riski geç yaşta başlayanlara oranla daha yüksek risk taşımaktadır (Ögel, 2017). 18 yaşın altındaki öğrencilerin 18 yaşındaki öğrencilere göre daha çok kumar oynama etkinliklerine katıldığını ve kumar bağımlılığı geliştirme risklerinin daha yüksek olduğu araştırma sonucunda tespit edilmiştir (Yip ve ark., 2017). Erken yaşta kumarla tanışmak, kumar oynama başlamak kumar bağımlılığı için bir risk faktörüdür.

Kişilerin çevresinde kumar oynayan, kumar problem yaşayan akranlarının olması, aile bireylerinin de bu problemleri yaşıyor olması ve/veya kumar bağımlısı olması birey için bir risk faktörüdür. Bir bireyin ailesinde, akranlarında ve sosyal gruplarında kumar oynayan kişiler bulunuyorsa, bu bireyi kumar oynamaya, kumar etkinliklerine katılmaya teşvik eder (Brown, 1988). Bireyin ebeveynlerinden biri veya her ikisi de kumar problem yaşayan kişiler ise, bireyin kumar bağımlılığı ve problemlili kumar oynama davranışı geliştirme riski diğer kişilere göre daha fazladır (Ögel, 2017). Avusturya'da yapılan bir çalışmada, 10 kumarbazın 4'ünden fazlasının, ebeveynlerinin de kumar ile ilgili sorunları olduğu bildirilmiştir (Buth ve ark., 2017). Bireylerin aile ve sosyal gruplarının kumar ile ilgilenmesi, oynaması ve bu tarz etkinliklere katılması risk faktörleri arasındadır.

Cinsiyet, kumar bağımlılığı geliştirilmesinde önemli bir diğer risk faktörüdür. Yıllar boyu yapılan araştırmalar ve istatistikler kumar bağımlılığı yaşayan kişilerin çoğunlukla erkek olduğunu göstermektedir (Ögel, 2017). Merkouris ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan 29 araştırma sonucunda, erkeklerin kadınlara göre kumar bağımlılığı geliştirme riskinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kanada'da yapılan bir araştırmada da erkeklerin kadınlara göre iki kat daha fazla kumar sorunu yaşadığı sonucuna varılmıştır (Stark ve ark., 2012). Erkeklerin kumar bağımlılığı geliştirme, problemlili kumar davranışı sergileme olasılığı kadınlara göre daha fazladır.

Bireyin nasıl bir ailede büyüdüğü ve ebeveyn birlikteliği kumar bağımlılığı için önemli bir risk faktörüdür. Tek bir ebeveyn ile büyümüş olan bireylerin iki ebeveyn ile büyümüş olan bireylere göre kumar bağımlılığı ve problemleri kumar davranışı geliştirme riskleri daha yüksektir. (Buth ve ark., 2017). Avusturya'da 4082 kumar bağımlısı ile yapılan çalışmada tek ebeveyn ile büyüyen katılımcılar, iki ebeveyn ile büyüyen katılımcılara göre DSM-5 Kumar Oynama Bozukluğu kriterlerini karşılama oranı 2.4 kat artmıştır (Buth ve ark., 2017).

Kişileri kumar bağımlılığına yatkın kılacak bir diğer risk faktörü ise diğer psikolojik rahatsızlıklardır. Bireylerde Eksen I ve/veya Eksen II bozukluklarından herhangi birinin varlığı kişiyi kumar bağımlılığına daha yatkın kılmaktadır (Barry ve ark., 2011). Başka bir diğer çalışmada 4082 kumar bağımlısının %71'i psikolojik bazı sorunlar yaşadığını bildirmiştir (Buth ve ark., 2017). Major depresyon, madde bağımlılığı, şizoid kişilik bozukluğu, kaçınan kişilik bozukluğu ve fobilerin varlığı kişiyi kumar bağımlılığına yatkın kılmaktadır (Barry ve ark., 2011). ABD'de yapılan çalışmada, madde kullanımı, kaygı bozuklukları, duygu durum bozuklukları ve kişilik bozukluklarının kumar bağımlılığı için risk faktörü olduğu, kumar bağımlılarının aynı zamanda alkol kullanım bozukluğu, sigara bağımlılığı, madde kullanım bozukluğu olduğunu da tespit etmişlerdir (Petry ve ark., 2005). Bireylerin herhangi bir ruhsal bozukluk yaşıyor olması kumar bağımlılığı riskini arttırmaktadır.

2. İntihar (Özkıym)

Yaşam boyunca tüm dünyada en mühim ölüm ve morbidite sebepleri arasında yeri olan intihar, dünya nüfusunda artış göstermektedir (Atay ve Gündoğar, 2004). Verilere göre, her sene yaklaşık 20 milyon insan intihar girişiminde bulunmakta bununla beraber 1 milyona yakın birey intihar sebebiyle yaşamına son vermektedir (Faraji, 2022). Dünya Sağlık Örgütü'nün araştırmalarına göre, toplumda intihar oranı 100.000'de 15.1, en yüksek intihar oranı 100.000'de 95.3 olarak saptanmıştır (Atay ve Gündoğar, 2004). İntiharların sık görülme oranları yaş ve cinsiyete göre farklılık göstermektedir (Faraji, 2022). Ülkemizde Ankara ilinde intihar girişimleri ile ilgili yapılan çalışmada 1989 yılında intihar girişimi sıklığı yüz binde 107; 1995 yılında ise yüz binde 113 olarak tespit edilmiştir (Atay ve Kerimoğlu, 2003). Kadın ve erkek intihar oranları incelendiğinde, erkeklerde intihar oranı kadınlara göre 3.5 kat daha fazladır (Atay ve Gündoğar, 2004). Buna ek olarak, intihar girişimi oranlarında kadınların erkeklere göre intihar girişiminde bulunma oranı 4 kat daha fazladır (Welch, 2001). Yapılan analizlere göre, çevrelerine daha açık ve kendilerine ulaşmakta zorlanmayan bireylerin intihar girişiminde buldukları, çevreye kapalı ve kendilerine ulaşmakta zorlanan bireylerin ise tamamlanmış intihar tanısı aldıkları tespit edilmiştir (Bulut ve ark., 2012).

2.1. İntiharın Tanımı

İntihar, bireyin isteyerek ve bilinçli bir şekilde kendi yaşamına son vermesidir. Batı dillerinde "suicide" kelimesi Tanzimat ile beraber "kendini katletme" yerine Türkçeye "intihar" olarak çevrilmiştir (Bulut ve ark., 2012; Faraji, 2022). Uluslararası Ruh Sağlığı Enstitüsü intiharı üç ana başlık altında toplamıştır. Bunlardan ilki tamamlanmış intihar olarak adlandırılmaktadır. Bireyin içindeki saldırganlık içgüdüleri bireyi etkilemekte ve kişi ölüm arayışında bulunmaktadır. Burada birey intihar eder ve ölümle sonuçlanır (Faraji, 2022). İkinci ise, intihar girişimi olarak adlandırılmaktadır. Birey intihar girişiminde bulunur ve bu durum ölümle sonuçlanmaz (Bulut ve ark., 2012). Sonuncusu ise, intihar fikridir. Burada birey kendi yaşamına

son vermek amacıyla girişimde bulunurken çevresine intihar girişiminde bulunacağına dair haber ve ipucu vermektedir (Faraji, 2022).

2.2. İntiharın Tarihçesi

Yaşam boyunca intihar ile ilgili eylemler ve görüşler şekil değiştirmiştir. Bazı toplumlar intiharı, şeytanın işi ve Tanrıların öfkesini çeken bir girişim olarak adlandırdıkları bilinmektedir (Odağ, 1995). Roma'da yaşayan köleler ise maruz kaldıkları ağır işlerden ve gördükleri muameleden dolayı intihar girişimde bulunma oranları çok yüksekti ve buna bağlı olarak eğer bir köle intihar girişiminde bulunursa toplum o kişiye ahlaksız gözüyle bakardı (Bulut ve ark., 2012). Geçmiş zamanda bazı toplumlar intihar eden bireylerin evlerini yakmış ve bedenlerinin gömülmesine engel olmuştur. İngiltere'de 1955 yılına kadar intihar girişiminde bulunan kişiler ceza almışlardır. Nijerya, Uganda ve Kenya'da yaşayan altı kabilede intihar eden bireylere ellemenin uğursuzluk getireceğine inanmaktadırlar. Buna karşın Trikopia'da intihar eylemlerinin bazı türleri saygınlık ve hayranlık uyandırmaktadır (Odağ, 1995). Hristiyan dinine göre intihar durumu hoş karşılanmamakta, Tanrının verdiği canı birey kendi isteğiyle alamamaktadır inancı mevcuttur. İslam dininde de intihar hoş karşılanmamakta, hiçbir bireyin kendini öldürmemesi gerektiği görüşü yer almaktadır (Bulut ve ark., 2012; Faraji, 2022). Buna karşın Buda ve Brahman dinleri intiharı bir günah olarak görmemektedirler (Odağ, 1995).

2.3. Aile Bireylerinde Kumar Bağımlılığı ve İntihar

Aile bireylerin problemlili kumar davranışı sergilemesi çocuklar ve gençler üzerinde olumsuz etkiler doğurmaktadır. Ebeveynlerin kumar bağımlısı ve/veya problemlili kumar davranışına sahip olması çocuğun gelecekte kumar bağımlısı geliştirme riskini arttırmaktadır (Darbyshire ve ark., 2001). Yapılan bir araştırmada problemlili kumar davranışı olan ebeveynlerin çocuklarının kumar oynama olasılığının diğer akranlarına göre dört kat daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Abbott ve ark., 1995). 892 lise öğrencisiyle yapılan bir araştırmada, ebeveynleri kumarbaz olan katılımcıların çocuklarının kumar oynadığı tespit edilmiştir (Lesieur ve Klein, 1987). Kumar bağımlıların ailesini inceleyen araştırmalarda, kumar bağımlıların çocukken ebeveyn ve kardeşleri tarafından kumarla tanıştırıldıkları ve aile üyeleri ile kumar oynadıkları tespit edilmiştir (Gupta ve Derevensky, 1998; Jacobs, 2000; Ladouceur ve ark., 2001; Delfabbro ve Thrupp, 2003; Felsher ve ark., 2003; Viatro ve ark., 2008). Black ve meslektaşlarının (2006) kumar bağımlılarıyla yaptığı bir çalışmada, katılımcıların %12.4'ünün ebeveynlerinde problemlili kumar oynama davranışı olduğu sonucuna varılmıştır. 517 kumar bağımlısıyla yapılan bir araştırmada, katılımcılar kumar bağımlısı ebeveyne sahip olma kriterlerine göre iki gruba ayrılmış ve karşılaştırılmıştır. Ebeveynlerinin kumar bağımlısı olan katılımcıların olmayan katılımcılara göre daha erken kumar oynamaya başladıkları tespit edilmiştir (Schreiber ve ark., 2009). Kumar bağımlılarıyla yapılan bir diğer araştırmada, katılımcıların gelişim döneminde en az bir aile üyesinin (%16.5 baba, %7.5 anne, %7.6 kardeş) problemlili kumar davranışına sahip olduğu tespit edilmiştir. Üniversite öğrencileriyle yapılan bir araştırmada, problemlili kumar davranışı sergileyen öğrencilerin ebeveynlerinin en az birinde geçmiş kumar bağımlılığı öyküsü tespit edilmiştir (King ve ark., 2010). Kumar bağımlısı ailelerin incelendiği diğer araştırmalarda, kumar oynayan bir kardeşe sahip olmanın ergen bireylerde problemlili kumar davranışı gelişimi için risk faktörü olduğu sonucuna varılmıştır (Grupta ve Derevensky, 1997; Dickson ve ark., 2002; Canale ve ark., 2017). Kumar bağımlılığı

olan ailelerin intihar oranlarını inceleyen çalışmalarda, katılımcıların ebeveynlerinin %28'inde kumar sorunu olduğu, %17'sinin intihar girişiminde bulunduğu ve %8'inin ebeveynlerinde de intihar girişimi bulunduğu tespit edilmiştir. (Ciarrocchi ve Richardson, 1989). Yapılan bir diğer araştırmada, 469 intihar girişiminden %14.9'unun ailesinde de intihar girişimi olduğu tespit edilmiştir (Nakagawa ve ark., 2001). Yapılan bir diğer araştırmada, katılımcıların %37'sinin ailesinde de kumar bağımlısı ve intihar girişimi öyküsü olduğu ve katılımcıların %27'sinin aynı zamanda intihar girişimi olduğu tespit edilmiştir (Black ve ark., 2015).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Kumar bağımlılığı ve intihar arasındaki ilişkiye yönelik yapılan araştırmalar incelendiğinde araştırmaların kumar bağımlılığı tanısı alan ve problemlili kumar davranışına sahip bireylerde intihar düşüncesi, girişimi ve tamamlanmış intihar ilişkilerinin oranlarının varlığını bildiren ayrıntılı çalışmalar ve açıklamaların mevcut olduğu görülmektedir. Buna karşın, özellikle kumar bağımlılığı ve tamamlanmış intihar oranları hakkında sınırlı veriler de sunulmaktadır. Ek olarak, kumar bağımlılığının genellikle tek başına ortaya çıkmadığı, eşlik eden bir diğer ruh sağlığı problemlerin olduğu görülmektedir.

Literatürde kumar bağımlılığı ve intihar düşüncesi ve girişimlerine yönelik ortaya konan ayrıntılı çalışmalara bakıldığında; problemlili kumar oynama davranışına sahip yetişkin bireylerin topluluk oranlarına göre intihar girişiminde bulunma ve intihar düşüncelerine sahip olma olasılığının yüksek olduğu tespit edilmiştir (Wardle ve ark., 2020). Tedavi gören kumar bağımlılarının %20'si intihar düşüncesi (Paterson ve ark., 2021), %20'sinin intihar girişiminde bulunduğu %77'sinin ise intihar düşüncesine sahip olduğu tespit edilmiştir (Frank ve ark., 1991). 3549 katılımcıdan oluşan araştırmada problemlili kumar oynama davranışı olan 62 erkekten 24'ünün son bir yılda intihar girişiminde bulunduğu ve intihar girişiminde bulunan 85 kadının 13'ünün problemlili kumar davranışına sahip olduğu tespit edilmiştir (Wardle ve McManus, 2021). Yapılan bu araştırma sonucunda problemlili kumar davranışı olan bireylerde yüksek intihar girişimleri olduğu tespit edilmiştir (Wardle ve McManus, 2021). Kumar yardım hattını arayan kumar bağımlılarının yaklaşık yüzde 80'i, arama sırasında intihara eğilimli olduklarını bildirmişlerdir (Maccallum ve Blaszczyński, 2003). Kumar bağımlılarının nüfusa göre daha yüksek problemlili kumar davranışına sahip olduğu ve problemlili kumar davranışının intihar eğilimi ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır (Etuk ve ark., 2020). Yapılan bir diğer araştırmada ise kumar oynamaya başlamanın intihar düşünce riskini arttırdığı tespit edilmiştir (Ahuja ve ark., 2021). Kumarhanelerin ve bir kumar çeşidi olan piyango'nun intihar oranları ile ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmada 714 eyaletin verileri incelenmiş olup, kumar oynamanın artmasıyla intihar oranlarının da arttığı görülmüştür (Daraban ve Thies, 2011).

Petry ve Kiluk (2002) kumar bağımlılığı sebebiyle tedavi arayışı içinde olan 342 bireyin %49'unun yaşamları boyu intihar düşüncesine sahip olduğu, %17'sinin ise intihar girişiminde bulunduğunu tespit etmişlerdir. Bir yıl sonra Petry (2003) tarafından yapılan bir diğer araştırmada ise hastanede yatışı sağlanarak tedavi gören 50 kumar bağımlısının %80'inin intihar düşüncesi olduğu, %12'sinin ise intihar girişiminde bulunduğu tespit edilmiştir. Tedavi arayışında olan kumar bağımlılarıyla yapılan başka bir çalışmada kumar bağımlılarının %81'inin intihar düşüncesi, %30'unun ise intihar girişiminde buldukları sonucuna varılmıştır (Battersby ve ark., 2006). Kumar bağımlılarıyla yapılan 12 aylık bir çalışmada bağımlıların

%39.5'inde hayatlarının bir döneminde intihar girişiminde buldukları, bu girişimlerin %64'ünün kumar ile ilgili olduğu tespit edilmiştir (Kausch, 2003).

Avusturya Madde Dışı Bağımlılık Araştırmaları Derneği tarafından 862 kumar bağımlısıyla yapılan bir çalışmada intihar girişimi oranlarının %4 ile %40 arasında olduğu ve intihar düşüncelerinin ise %12 ile %92 arasında olduğu bildirilmiştir (Thon ve ark., 2014). Geniş kapsamlı bir literatür çalışmasında, kumar bağımlılığının ve geçmişinde problemlili kumar oynama davranışı olan bireylerin intihar girişimi için risk altında olduğu tespit edilmiştir (Andreeva ve ark., 2022). Livingstone ve Rintoul (2021) kumar bağımlıların artan intihar düşüncesi ve intihar eğilimi için risk altında olduğunu ve buna bağlı olarak kumar bağımlılığının ruh sağlığı üzerindeki intihar etkisinin üzerinde durmanın önemini vurgulamışlardır. Bu açıdan; bir davranışsal bağımlılık olan kumar bağımlılığı söz konusu olduğunda, intihar düşüncesi ve girişimlerinin önemli bir ruh sağlığı problemi olarak ele alınabileceği söylenebilir.

Kumar bağımlılığı ve tamamlanmış intihar oranlarının incelendiği sınırlı çalışmalara bakıldığında; Kanada'da adli tıp son yirmi yılda 400'den fazla bir oranda intihar vakalarının kumar ile ilgili olduğunu bildirmiştir (Gagnon ve Leclerc, 2018). İşveç'te kumar bağımlısı 2099 bireyin intihara bağlı ölümlerinde genel nüfusa göre 15 kat artış olduğu tespit edilmiştir (Karlsson ve Håkansson, 2018). İntihar vakalarının incelendiği bir diğer çalışmada 150 intihar vakasından 17'sinin kumar bağımlısı olduğu tespit edilmiştir (Wong ve ark., 2010). 19-25 yaşları arasındaki yetişkinlerde intihar sebeplerinin araştırıldığı bir çalışmada 23 kişiden 5'inin kumar sebebiyle intihar ettiği sonucuna ulaşılmıştır (Kaggwa ve ark., 2021).

Kumar bağımlılığı ve intihar bağlamında üzerinde durulması gereken unsurlar arasında bireylerin sahip olduğu diğer ruh sağlığı problemlerinin de bulunduğu görülmektedir. Kumar bağımlılığına eşlik eden diğer ruh sağlığı problemleri, erken başlangıç, eşlik eden kişilik bozuklukları ve kumarın getirdiği mali kayıplar ile bağlantılı olarak ortaya çıkan intiharın varlığı göz önünde bulundurulduğunda; duygudurum bozukluklarının, kişilik bozukluklarının, madde kötüye kullanımının, erken başlangıçlı kumar oynama davranışının ve mali kayıpların intihar davranışını etkilediği ve bireyleri intihara yatkın kıldığı görülmektedir. Literatür de bu kapsamda yapılan araştırmalara bakıldığında; intihar düşüncesine sahip olan kumar bağımlıların iflas ettiği ve intihar etmeden önceki ay daha fazla para harcadıkları tespit edilmiştir (Giovanni ve ark., 2017). Kumar bağımlıların yaşadıkları zorluklar araştırılırken kişilerarası ilişkilerin bozulması, finansal zorlukların içinde intihar girişimlerin bulunduğu tespit edilmiştir (Bramley ve ark., 2020). Yapılan bir çalışmada kumar oynayan bireylerde, kumar oynama ile ilgili borç sorunlarının intihar dahil olmak üzere psikososyal işlevselliklerinin bozulmaları arttırdığı tespit edilmiştir (Swanton ve Gainsbury, 2020). Wong ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan çalışmada kumar bağımlısı olan ve intihar eden bireylerin incelendiği psikolojik otopsi araştırmasında bireylerin mali kayıp yaşadığı ve buna bağlı olarak intiharla ilişkisi olabileceği ve ölmeden önce bireylerin yarısının duygudurum bozuklukları olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan bir diğer çalışmada ise intihar öyküsü bulunan kumar bağımlıların %73'ünün madde kötüye kullanımı ve intihar öyküsü olanların intihar öyküsü olmayanlara göre daha yüksek madde kötüye kullanım oranı olduğu tespit edilmiştir (Manning ve ark., 2015). Hodgins ve

arkadaşları (2006) tarafından yapılan çalışmada erken başlangıç, madde kullanımı, duygudurum bozuklukları ve mali kayıpların kumar bağımlısı bireylerde intihar davranışına karşı etkili olduğu öne sürülmüştür. Yaptıkları çalışmada, intihar düşüncesi olmayan katılımcılar, intihar düşüncesi ve girişimi olan katılımcılar ve intihar girişiminde bulunan katılımcıları gözlemlemiştir. Erken kumar oynamaya başlayan bireylerde intihar düşüncesinin fazla olduğunu ve gözlem yapılırken intihar girişiminde bulunan katılımcıların madde kötüye kullanımı olduğu tespit edilmiştir (Hodgins ve ark., 2006).

Kumar bağımlılığına eşlik eden duygudurum bozukluklarından biri olan depresyonu araştıran bir çalışmada, hem erkek hem kadın kumar bağımlılarının depresyona sahip olduğu ve kadınlarda depresyona bağlı olarak intihar düşünce ve girişimlerinin olduğu tespit edilmiştir (Martins ve ark., 2004). Kumar bağımlılığına eşlik eden duygudurum bozukluklarından biri olan bipolar bozukluğu, kumar bağımlılarında görülmektedir. Yapılan bir araştırmada bu oran %12.6 olarak tespit edilmiştir (Lorains ve ark., 2011). Kumar bağımlılarında bipolar bozukluğunu inceleyen bir diğer araştırmada erkeklerde %19.5 kadınlarda ise %7.8 olarak bipolar bozukluğu görülmüştür (Kennedy ve ark., 2010). Kumar bağımlılarıyla yapılan bir çalışmada bipolar bozukluk genel popülasyona göre dört kat daha fazla çıkmıştır (Jones ve ark., 2015). 36984 kumar bağımlısıyla yapılan çalışmada ise bipolar bozukluk oranı nüfusa göre iki kat daha yüksek çıkmıştır (McIntyre ve ark., 2007). Çalışmalar gösteriyor ki kumar bağımlılığına eşlik eden duygudurum bozukluklarından biri olan bipolar bozukluğu göz ardı edilmemelidir.

Kumar bağımlılarında kişilik bozukluklarını araştıran geniş kapsamlı bir literatür çalışmasında sırasıyla en yaygın olarak görülen B kümesi kişilik bozuklukları ve sırasıyla A ve C kümesi kişilik bozuklukları olduğu tespit edilmiştir (Vaddiparti ve Cottler, 2017). Kumar bağımlılarıyla yapılan bir çalışma katılımcıların %61.1'i B kümesi kişilik bozukluğu teşhisi aldığı tespit edilmiştir (Kruegelbach, 2006). Kumar bağımlılarının %16'sında BKB, %8'inde ise antisosyal ve narsistik kişilik bozukluğu olduğu saptanmıştır (Montalvo ve Echeburúa, 2004). Kumar bağımlılığına eşlik eden kişilik bozukluklarından biri olan antisosyal kişilik bozukluğu hakkında yapılan araştırmalar incelendiğinde nüfusta antisosyal kişilik bozukluğu yaygınlık oranları %0.6 ile %3.6 arasında değişkenlik gösterirken, kumar bağımlılarında bu oran %35 olarak tespit edilmiştir (Grant ve ark., 2004). Kumar bağımlılığına sahip bireyler arasında antisosyal kişilik bozukluğu oranının %16.5 olduğu tespit edilmiştir (Pietrzak ve Petry, 2005). Tedavi gören kumar bağımlıları arasında ise antisosyal kişilik bozukluğu oranlarının %14.5 olduğu görülmektedir (Ibanez ve ark., 2001).

Mevcut literatür kumar oynama davranışının ve kumar bağımlılığının eski çağlardan itibaren günümüze kadar gelişerek geldiğini ve bazı etkenlerin, özelliklerin ve faktörlerin bireyler için risk faktörü olduğunu düşündürmektedir. Kumar bağımlılığını değerlendirebilmek için tanı kriterlerinin toplum tarafından bilinmesi toplumu kumar bağımlılığı hakkında bilinçlendirebilir ve tedaviye yönlendirebilir. Toplum kumar oynama davranışının ve kumar bağımlılığının bireylerin hayatındaki etkilerini, beraberinde getirdiği başka psikopatolojileri ve bireyleri kumar oynamaya yatkın kılan risk faktörleri hakkında bilinçlenirler ise önleme çalışmaları hız kazanabilir ve toplum ruh sağlığı iyileşebilir. Yapılan çalışmalar kumar bağımlılığının intihar ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu kanıtlar niteliktedir. Kumar bağımlılığının intihar ile olan ilişkisi düşünüldüğünde, kumar bağımlılığı olan bireylerde artan intihar riskini tanımak,

anlamak ve eşlik eden diğer ruh sağlığı problemlerin görüldüğü komorbid bozuklukları tespit etmek kritik bir önem taşımaktadır. Dolayısıyla bu hususlar kumar bağımlılığı ve/veya problemlili kumar oynama davranışına sahip bireylerin tedavileri için yol haritası çizilmesinde ve tedavi sürecinde gerekli tedavinin uygulanmasında ruh sağlığı uzmanlarına yardımcı olacaktır.

Finansal Destek: Yazar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

KAYNAKLAR

- Abbott D. A., Cramer S. L. ve Sherrets S.D. (1995) Pathological gambling and the family: Practice implications. *Families in Society: The Journal of Contemporary Human Services*, 76(4), 213-219. <https://doi.org/10.1177/104438949507600402>
- Ahuja, M., Werner, K. B., Cunningham-Williams, R. M. ve Bucholz, K. K. (2021). Racial associations between gambling and suicidal behaviors among black and white adolescents and young adults. *Current Addiction Reports*, 8(2), 246-254. <https://doi.org/10.1007/s40429-021-00374-8>
- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. American Psychiatric Publishing.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. American Psychiatric Publishing.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. American Psychiatric Publishing.
- Andreeva, M., Audette-Chapdelaine, S. ve Brodeur, M. (2022). Gambling-Related completed suicides: A scoping review. *Addiction Research & Theory*, 30(2), 1-12. <https://doi.org/10.1080/16066359.2022.2055001>
- Arslan, A. (2007). Roma halkının sevdiği bir oyun: Duodecim Scripta. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 1(17), 33-43.
- Atay, M. ve Gündoğar, D. (2004). İntihar davranışında risk faktörleri: Bir gözden geçirme. *Kriz Dergisi*, 12(3), 39-52. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000211
- Atay, M. ve Kerimoğlu, E. (2003). Ergenlerde intihar davranışı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10(3), 128-136.
- Babayiğit, B. (2018). Kumar oynama ve kumar oynanması için yer ve imkân sağlama fiilleri. *Türkiye Adalet Akademisi Dergisi*, 34, 283-315.
- Barry, D. T., Stefanovics, E. A., Desai, R. A. ve Potenza, M. N. (2011). Gambling problem severity and psychiatric disorders among Hispanic and white adults: Findings from a nationally representative sample. *Journal of Psychiatric Research*, 45(3), 404-411. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2010.07.010>
- Barry, D. T., Steinberg, M. A., Wu, R. ve Potenza, M. N. (2008). Characteristics of black and white callers to a gambling helpline. *Psychiatric Services*, 59(11), 1347-1350.

- Battersby, M., Tolchard, B., Scurrah, M. ve Thomas, L. (2006). Suicide ideation and behaviour in people with pathological gambling attending a treatment service. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(3), 233-246.
- Bilgin, Ç. (2015). *Üniversite öğrencilerinde patolojik kumar oynamanın çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Yakın Doğu Üniversitesi.
- Black, D. W., Coryell, W., Crowe, R., McCormick, B., Shaw, M. ve Allen, J. (2015). Suicide ideations, suicide attempts, and completed suicide in persons with pathological gambling and their first-degree relatives. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 45(6), 700-709. <https://doi.org/10.1111/sltb.12162>
- Black, D. W., Monahan, P. O., Temkit, M. H. ve Shaw, M. (2006). A family study of pathological gambling. *Psychiatry Research*, 141(3), 295-303. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2005.12.005>
- Blaszczynski, A. ve Farrell, E. (1998). A case series of 44 completed gambling-related suicides. *Journal of Gambling Studies*, 14(2), 93-109. <https://doi.org/10.1023/a:1023016224147>
- Bramley, S., Norrie, C. ve Manthorpe, J. (2020). Exploring the support for UK migrants experiencing gambling-related harm: Insights from two focus groups. *Public Health*, 184, 22-27. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.04.005>
- Bulut, E., Küçükler, H. ve Bulut, N. (2012). İntiharın kısa tarihçesinden sebep ve yöntemlerine genel bir bakış. *Cumhuriyet Medical Journal*, 34(1), 128-137. <http://dx.doi.org/10.7197/1305-0028.942>
- Buth, S., Wurst, F. M., Thon, N., Lahusen, H. ve Kalke, J. (2017). Comparative analysis of potential risk factors for at-risk gambling, problem gambling and gambling disorder among current gamblers-results of the austrian representative survey 2015. *Frontiers in Psychology*, 8(2188), 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02188>
- Çakıcı, M., (2019). Kumar bağımlılığı ve tedavisi. *Bağımlılık, tanı, tedavi, önleme* içinde (s.739-756). Yeşilay Yayınları.
- Canale, N., Vieno, A., Griffiths, M. D., Siciliano, V., Cutilli, A. ve Molinaro, S. (2017). I am becoming more and more like my eldest brother!: The relationship between older siblings, adolescent gambling severity, and the attenuating role of parents in a large-scale nationally representative survey study. *Journal of Gambling Studies*, 33(2), 425-435. <https://doi.org/10.1007/s10899-016-9643-5>
- Çetingüç, M. ve Büyükçakır, C. (1994). Askeri ortamlarda intihar sorunu. *Kriz Dergisi*, 2(1), 247-249.
- Ciarrocchi, J. ve Richardson, R. (1989). Profile of compulsive gamblers in treatment: Update and comparisons. *Journal of Gambling Behavior*, 5(1), 53-65.
- Daraban, B. ve Thies, C. F. (2011). Estimating the effects of casinos and of lotteries on bankruptcy: A panel data set approach. *Journal of Gambling Studies*, 27(1), 145-154. <https://doi.org/10.1007/s10899-010-9187-z>
- Darbyshire, P., Oster, C. ve Carrig, H. (2001). Children of parent (s) who have a gambling problem: A review of the literature and commentary on research approaches. *Health & Social Care in The*

- Community*, 9(4), 185-193.
- Delfabbro, P. ve Thrupp, L. (2003). The social determinants of youth gambling in South Australian adolescents. *Journal of Adolescence*, 26(3), 313-330. [https://doi.org/10.1016/S0140-1971\(03\)00013-7](https://doi.org/10.1016/S0140-1971(03)00013-7)
- Dickson, L. M., Derevensky, J. L. ve Gupta, R. (2002). The prevention of gambling problems in youth: A conceptual framework. *Journal of Gambling Studies*, 18(2), 97-159. <https://doi.org/10.1023/a:1015557115049>
- Ertunç, S. (2019). *Alkol ve madde bağımlılığı tedavisi gören bireylerin görüşlerine göre serbest zaman aktivitelerinin alkol ve madde bağımlılığı tedavi sürecindeki rolü* [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Etuk, R., Shirk, S. D., Grubbs, J. ve Kraus, S. W. (2020). Gambling problems in US military veterans. *Current Addiction Reports*, 7(2), 210-228. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00310-2>
- Faraji, H. (2022). Depresyon ve intihar. K. Güler (Ed.), *Depresyona klinik bir bakış* içinde (s. 435- 438). Eğiten Kitap Yayıncılık.
- Frank, M. L., Lester, D. ve Wexler, A. (1991). Suicidal behavior among members of Gamblers Anonymous. *Journal of Gambling Studies*, 7(3), 249-254.
- Gagnon, K. ve Leclerc, W. (2018). Loterie video: Au moins 400 suicides liés au jeu au Québec. *La Presse*. <https://www.lapresse.ca/actualites/enquetes/201809/28/01-5198306-loterie-video-au-moins-400-suicideslies-au-jeu-au-quebec.php> adresinden 20 Nisan 2022 tarihinde alınmıştır.
- Giovanni, M., Fabiola, S., Federica, F., Mariangela, C., Nicola, P., ... Massimo, D. G. (2017). Gambling disorder and suicide: An overview of the associated co-morbidity and clinical characteristics. *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, 6(3), 1-10. <https://doi.org/10.5812/ijhrba.30827>
- Grant, B. F., Hasin, D. S., Stinson, F. S., Dawson, D. A., Chou, S. P., ... Pickering, R. P. (2004). Prevalence, correlates, and disability of personality disorders in the United States: Results from the national epidemiologic survey on alcohol and related conditions. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 65(7), 948-958.
- Gupta, R. ve Derevensky, J. L. (1998). Adolescent gambling behavior: A prevalence study and examination of the correlates associated with problem gambling. *Journal of Gambling Studies*, 14(4), 319-345.
- Hodgins, D. C., Mansley, C. ve Thygesen, K. (2006). Risk factors for suicide ideation and attempts among pathological gamblers. *American Journal on Addictions*, 15(4), 303-310. <https://doi.org/10.1080/10550490600754366>
- Ibáñez, A., Blanco, C., Donahue, E., Lesieur, H. R., Pérez de Castro, I., ... Sáiz-Ruiz, J. (2001). Psychiatric comorbidity in pathological gamblers seeking treatment. *American Journal of Psychiatry*, 158(10), 1733-1735. <https://doi.org/10.1176/ajp.158.10.1733>
- Jacobs, D. F. (2000). Juvenile gambling in North America: An analysis of long term trends and future prospects. *Journal of Gambling Studies*, 16(2), 119-152. <https://doi.org/10.1023/a:1009476829902>

- Jones, L., Metcalf, A., Smith, K. G., Forty, L., Perry, A., ... Rogers, R. D. (2015). Gambling problems in bipolar disorder in the UK: Prevalence and distribution. *The British Journal of Psychiatry*, 207(4), 328-333. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.114.154286>
- Kaggwa, M. M., Muwanguzi, M., Nduhuura, E., Kajjimu, J., Arinaitwe, I., ... Rukundo, G. Z. (2021). Suicide among Ugandan university students: Evidence from media reports for 2010-2020. *BJPsych International*, 18(3), 63-67. <https://doi.org/10.1192/bji.2021.13>
- Karlsson, A. ve Håkansson, A. (2018). Gambling disorder, increased mortality, suicidality, and associated comorbidity: A longitudinal nationwide register study. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(4), 1091-1099. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.112>
- Kausch, O. (2003). Suicide attempts among veterans seeking treatment for pathological gambling. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 64(9), 1031-1038.
- Kennedy, S. H., Welsh, B. R., Fulton, K., Soczynska, J. K., McIntyre, R. S., ... Martin, N. (2010). Frequency and correlates of gambling problems in outpatients with major depressive disorder and bipolar disorder. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 55(9), 568-576. <https://doi.org/10.1177/070674371005500905>
- King, S. M., Abrams, K. ve Wilkinson, T. (2010). Personality, gender, and family history in the prediction of college gambling. *Journal of Gambling Studies*, 26(3), 347-359. <https://doi.org/10.1007/s10899-009-9163-7>
- Kruedelbach, N., Walker, H. I., Chapman, H. A., Haro, G., Mateu, C. ve Leal, C. (2006). Comorbidity on disorders with loss of impulse-control: Pathological gambling, addictions and personality disorders. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 34(2), 76-82.
- Ladouceur, R., Vitaro, F., & Côté, M. A. (2001). Parents' attitudes, knowledge, and behavior toward youth gambling: A five-year follow-up. *Journal of Gambling Studies*, 17(2), 101-116. <https://doi.org/10.1023/a:1016616412473>
- Ledgerwood, D. M. ve Petry, N. M. (2004). Gambling and suicidality in treatment-seeking pathological gamblers. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 192(10), 711-714. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000142021.71880.ce>
- Lesieur, H. R. ve Klein, R. (1987). Pathological gambling among high school students. *Addictive Behaviors*, 12(2), 129-135. [https://doi.org/10.1016/0306-4603\(87\)90019-0](https://doi.org/10.1016/0306-4603(87)90019-0)
- Lester, D. ve Gunn, J. F. (2016). Psychology of suicide. *Handbook of Stress*, 1(1), 267-272. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00032-7>
- Livingstone, C. ve Rintoul, A. (2021). Gambling-related suicidality: Stigma, shame, and neglect. *The Lancet Public Health*, 6(1), 4-5. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(20\)30257-7](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30257-7)
- Lorains, F. K., Cowlishaw, S. ve Thomas, S. A. (2011). Prevalence of comorbid disorders in problem and pathological gambling: Systematic review and meta-analysis of population surveys. *Addiction*, 106(3), 490-498. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2010.03300.x>
- Maccallum, F. ve Blaszczynski, A. (2003). Pathological gambling and suicidality: An analysis of severity and lethality. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 33(1), 88-98.

- Manning, V., Koh, P. K., Yang, Y., Ng, A., Guo, S., Kandasami, G. ve Wong, K. E. (2015). Suicidal ideation and lifetime attempts in substance and gambling disorders. *Psychiatry Research*, 225(3), 706-709. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.11.011>
- Martins, S. S., Tavares, H., Lobo, D. S., Galetti, A. M. ve Gentil, V. (2004). Pathological gambling, gender, and risk-taking behaviors. *Addictive Behaviors*, 29(6), 1231-1235. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2004.03.023>
- McCormick, R. A., Russo, A. M., Ramirez, L. F. ve Taber, J. I. (1984). Affective disorders among pathological gamblers seeking treatment. *The American Journal of Psychiatry*, 141(2), 215-218. <https://doi.org/10.1176/ajp.141.2.215>
- McIntyre, R. S., McElroy, S. L., Konarski, J. Z., Soczynska, J. K., Wilkins, K. ve Kennedy, S. H. (2007). Problem gambling in bipolar disorder: Results from the Canadian Community Health Survey. *Journal of Affective Disorders*, 102(1-3), 27-34. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2006.12.005>
- Merkouris, S. S., Thomas, A. C., Shandley, K. A., Rodda, S. N., Oldenhof, E. ve Dowling, N. A. (2016). An update on gender differences in the characteristics associated with problem gambling: A systematic review. *Current Addiction Reports*, 3(3), 254-267. <https://doi.org/10.1007/s40429-016-0106-y>
- Montalvo, J. F. ve Echeburúa, E. (2004). Pathological gambling and personality disorders: An exploratory study with the IPDE. *Journal of Personality Disorders*, 18(5), 500-505. <https://doi.org/10.1521/pepi.18.5.500.51326>
- Nakagawa, M., Kawanishi, C., Yamada, T., Iwamoto, Y., Sato, R. ... Hirayasu, Y. (2009). Characteristics of suicide attempters with family history of suicide attempt: A retrospective chart review. *BMC Psychiatry*, 9(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-9-32>
- Odağ, C. (1995). *İntihar (özyıkım): Tanım-kuram-sağaltım*. Ege Üniversitesi Basımevi.
- Ögel, K. (2017). *Bağımlılık ve tedavisi temel kitabı*. Yalın Yayıncılık.
- Paterson, M., Whitty, M. ve Boyer, C. (2021). An overview of digital and online strategies to reduce gambling harm. *Health Promotion Journal of Australia*, 32(2), 248-257. <https://doi.org/10.1002/hpja.341>
- Petry, N. M. (2003). A comparison of treatment-seeking pathological gamblers based on preferred gambling activity. *Addiction*, 98(5), 645-655. <https://doi.org/10.1046/j.1360-0443.2003.00336.x>
- Petry, N. M. ve Kiluk, B. D. (2002). Suicidal ideation and suicide attempts in treatment-seeking pathological gamblers. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 190(7), 462-469. <https://doi.org/10.1097/01.NMD.0000022447.27689.96>
- Pietrzak, R. H. ve Petry, N. M. (2005). Antisocial personality disorder is associated with increased severity of gambling, medical, drug and psychiatric problems among treatment-seeking pathological gamblers. *Addiction*, 100(8), 1183-1193. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2005.01151.x>
- Potenza, M. N., Fiellin, D. A., Heninger, G. R., Rounsaville, B. J. ve Mazure, C. M. (2002). Gambling. *Journal of General Internal Medicine*, 17(9), 721-732.

- Schreiber, L., Odlaug, B. L., Won Kim, S. ve Grant, J. E. (2009). Characteristics of pathological gamblers with a problem gambling parent. *The American Journal on Addictions*, 18(6), 462-469. <https://doi.org/10.3109/10550490903206007>
- Schwartz, D. G. (2006). *Roll the bones: The history of gambling*. Gotham Books.
- Stark, S., Zahlan, N., Albanese, P. ve Tepperman, L. (2012). Beyond description: Understanding gender differences in problem gambling. *Journal of Behavioral Addictions*, 1(3), 123-134. <https://doi.org/10.1556/JBA.1.2012.3.5>
- Swanton, T. B. ve Gainsbury, S. M. (2020). Gambling-related consumer credit use and debt problems: A brief review. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 31(17), 21-31. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2019.09.002>
- Thon, N., Preuss, U. W., Pölzleitner, A., Quantschnig, B., Scholz, H., ... Wurst, F. M. (2014). Prevalence of suicide attempts in pathological gamblers in a nationwide Austrian treatment sample. *General Hospital Psychiatry*, 36(3), 342-346. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2014.01.012>
- Vaddiparti, K. ve Cottler, L. B. (2017). Personality disorders and pathological gambling. *Current Opinion in Psychiatry*, 30(1), 45-49. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000300>
- Vitaro, F., Wanner, B., Brendgen, M. ve Tremblay, R. E. (2008). Offspring of parents with gambling problems: Adjustment problems and explanatory mechanisms. *Journal of Gambling Studies*, 24(4), 535-553. <https://doi.org/10.1007/s10899-008-9096-6>
- Wardle, H. ve McManus, S. (2021). Suicidality and gambling among young adults in Great Britain: results from a cross-sectional online survey. *The Lancet Public Health*, 6(1), 39-49. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(20\)30232-2](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30232-2)
- Wardle, H., John, A., Dymond, S. D. ve McManus, S. (2020). Problem gambling and suicidality in England: Secondary analysis of a representative cross-sectional survey. *Public Health*, 184(4), 11-16. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.03.024>
- Welch, S. S. (2001). A review of the literature on the epidemiology of parasuicide in the general population. *Psychiatric Services*, 52(3), 368-375. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.52.3.368>
- Wong, P. W., Chan, W. S., Conwell, Y., Conner, K. R. ve Yip, P. S. (2010). A psychological autopsy study of pathological gamblers who died by suicide. *Journal of Affective Disorders*, 120(1-3), 213-216. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2009.04.001>
- Wong, P. W., Cheung, D. Y., Conner, K. R., Conwell, Y. ve Yip, P. S. (2010). Gambling and completed suicide in Hong Kong: A review of coroner court files. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 12(6), 1-7.
- Yip, S. W., Steinberg, M. A., Wampler, J., Hoff, R. A., Krishnan-Sarin, S. ve Potenza, M. N. (2017). Relationships between perceived family gambling and peer gambling and adolescent problem gambling and binge-drinking. *Journal of Gambling Studies*, 33(4), 1169-1185. <https://doi.org/10.1007/s10899-017-9670-x>



Psikiyatrik Hastalıklarda Ses Analizi

Sena YÜNDEN¹ 

ÖZ

Psikiyatrik hastalıkların tanısının konulması neredeyse tamamen kişisel bildirim ve klinik görüşe bağlıdır. Bu durum tanıyı öznel tutumlardan etkilenmeye açık bir hale getirmektedir. Psikiyatrik hastalıklarda riskli grupların taranmasında, tanı koymada, tedavi yanıtı izlenmesinde objektif verilere ve pratikte uygulanabilir yöntemlere ihtiyaç duyulmaktadır. Alpert, bir kişinin sesinde çok sayıda klinik bilgi bulunduğunu öne sürmüştür (Alpert, 1982). Bu noktada konuşmayı belirteç olarak kullanma hususunda, kişinin konuşma sırasında verbal ve non-verbal özellikleri gizlemesinin zor olması, dil içeriği aracılığıyla duygu ve düşüncenin doğrudan ifade edilmesi, konuşmanın nöromusküler modülasyonu dolaylı olarak yansıtması gibi birtakım avantajlardan bahsetmek mümkündür. Ses analizi kolay erişilebilir ve kolay uygulanabilen bir yöntem olması nedeniyle bu noktada klinisyenlere yardımcı olmak için iyi bir adaydır. Literatüre bakıldığında ses analizi, birçok psikiyatrik hastalıkta incelenmiştir, sonuçlar arasında heterojenite olmakla beraber ses analizi tanı koymakta ve tedavinin izlenmesinde önemli rol alacak gibi görünmektedir. Psikiyatrik hastalıklar ve ses analizi ile ilgili olarak yayınladığımız bu derlemeyle, henüz klinik pratiğimizde aktif olarak kullanmadığımız ancak psikiyatrik hastalıkların tanı ve tedavi izleminde bizlere sunduğu verilerle yardımcı olacak ses analizine bir pencere açmak hedeflenmiştir. Ayrıca dil, yapılan yapay zekâ çalışmaları için bireyler hakkında önemli veriler sağlama potansiyeline sahiptir. Ses analizi bu noktada terapi odası ile yapay zekâ arasında bir köprü potansiyeli taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Psikiyatrik Hastalıklar, Akustik Belirteç, Ses Analizi, Konuşma Analizi, Yapay Zekâ

Makalenin

Geliş Tarihi:
04.08.2022

Kabul Tarihi:
30.09.2022

Yayın Tarihi:
29.12.2022

Atıf/Citation:

Yünden, S. (2022).
Psikiyatrik
hastalıklarda ses
analizi. *Current
Research and Reviews
in Psychology and
Psychiatry*, 2(2), 201-
216.

¹Arş. Gör., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Meram Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Konya, Türkiye, yunden_sena@hotmail.com

Voice Analysis in Psychiatric Disorders

ABSTRACT

Diagnosis of psychiatric disorders is almost entirely dependent on self-report and clinical opinion. This situation makes the diagnosis open to being affected by subjective attitudes. Objective data and practically applicable methods are needed for screening risky groups, diagnosing, and monitoring treatment response in psychiatric diseases. Alpert suggested that there is a lot of clinical information in a person's voice (Alpert, 1982). At this point, it is possible to talk about some advantages in terms of using speech as a marker, such as the difficulty of hiding verbal and non-verbal features while speaking, expressing emotions and thoughts directly through language content, and indirect reflection of neuromuscular modulation by speech. Voice analysis is a good candidate to assist clinicians, as it is an easily accessible and easy-to-apply method. When we look at the literature, voice analysis has been examined in many psychiatric diseases, although there is heterogeneity among the results, voice analysis seems to play an important role in diagnosing and monitoring the treatment. With this review we have published on psychiatric diseases and voice analysis, it is aimed to open a window to voice analysis, which we do not use actively in our clinical practice yet, but which will help us in the diagnosis and treatment follow-up of psychiatric diseases. In addition, language has the potential to provide important data about individuals for artificial intelligence studies. At this point, sound analysis has the potential to be a bridge between the therapy room and artificial intelligence.

Keywords: Psychiatric Diseases, Acoustic Marker, Voice Analysis, Speech Analysis, Artificial Intelligence

GİRİŞ

Küresel hastalık yükünü oluşturan ilk yirmi hastalığın beş tanesi psikiyatrik hastalıklardır (Vos ve ark., 2013). Çalışmalara göre dünyadaki her üç kişiden birinin yaşamları boyunca psikiyatrik bir tanı alacağı öngörülmektedir (Chesney ve ark., 2014; Vigo ve ark., 2016). Psikiyatrik hastalıkların küresel maliyetinin 2030 yılına kadar 6 trilyon ABD dolarına ulaşacağı ve bunun yüzde 35'ini düşük ve orta gelirli ülkelerin oluşturacağı tahmin edilmektedir (Bloom ve ark., 2011). Bu durum psikiyatrik hastalıklardan kaynaklanan ekonomik yükleri azaltmak için psikiyatrik hastalığı olan kişiler arasında yaşanan sağlık kaybını azaltmak için önleme ve tedavi ile ilgili daha uygun maliyetli müdahaleler geliştirmeye yönelik araştırma ihtiyacına dikkat çekmektedir (Christensen ve ark., 2020).

Psikiyatrik hastalıkların tanısının konulması neredeyse tamamen kişisel bildirim ve klinik görüşe bağlıdır. Bu durum tanıyı öznel yargılardan kolayca etkilenir hale getirmektedir. Görüşme sırasında bireylerden gelen geri bildirimler semptomların küçümsemesi veya abartılması, sosyal damgalanmadan kaçınmak gibi birçok sebepten dolayı objektiflikten uzaklaşır. Etkilenen bireylerin sayısı ve psikiyatrik hastalıklar sonucu ortaya çıkan iç gücü kaybı göz önüne alındığında psikiyatrik hastalıkların henüz tanı konulmadan önce riskli gruplarda taranmasında, tanı koymada ve ayırıcı tanıda, tedavi yanıtının izlenmesinde objektif belirteçlere ihtiyaç olduğu konusunda neredeyse bütün klinisyenler hemfikirdir. Bu noktada konuşmayı belirteç olarak kullanma hususunda, kişinin konuşma sırasında verbal ve non-verbal özellikleri gizlenmesinin zor olması, dil içeriği aracılığıyla duygu ve düşüncenin doğrudan ifade edilmesi, konuşmanın nöromuskuler modülasyonu dolaylı olarak yansıtması gibi birtakım avantajlardan bahsetmek mümkündür.

Psikiyatrik hastalıkların konuşma üzerine etkileri ise uzun yıllardır hekimlerin dikkatini çekmektedir. 1921 yılında Emil Kraepelin, depresif hastaların konuşmalarını “hastaların alçak sesle, yavaş, tereddütlü, monoton, bazen kekeleyerek, fısıldayarak konuşmaları, bir kelime söylemeden önce birkaç kez denemeleri, cümlenin ortasında susmaları” şeklinde tanımlamıştır (Kraepelin, 1921). Alpert, bir kişinin sesinde çok sayıda klinik bilgi bulunduğunu öne sürmüştür (Alpert, 1982). Ayrıca başka bir çalışmada konuşmacının ruh haline göre ses kalitesinde meydana gelen değişikliklerinden yola çıkılarak ruh hali ile fizyolojik süreçler arasında bir bağlantı olduğu öne sürülmüştür (Siegman, 1985). Konuşma ve ses analizi bu çerçeveden bakıldığında zengin bir kaynak oluşturmaktadır.

Ses analizinin psikiyatrik hastalıklarda nesnel belirteç için iyi bir aday olmasının yanında pratiğe uyarlanma konusundaki kolaylığı da göz ardı edilemez. Yoğun poliklinik şartları göz önüne alındığında tek bir kayıt cihazı ile veri sağlama, kolay erişilebilir, non-invaziv ve ucuz bir yöntem olması klinisyene pratikte kullanımda büyük kolaylık sağlama potansiyeli taşımaktadır. Ayrıca gelişen teknoloji ve giyilebilir teknoloji aksesuarlarına da uyarlanabilir olması güzel bir potansiyel sunmaktadır. Gelişen teknolojiye entegre edilerek kliniğin dışında, bireylerin günlük hayatlarında belirginleşmeye başlayan semptomları analiz etmek klinisyene büyük ölçüde yardımcı olacaktır. Ayrıca dil, yapılan yapay zekâ çalışmaları için bireyler hakkında önemli veriler sağlama potansiyeline sahiptir. Ses analizi bu noktada terapi odası ile yapay zekâ arasında bir köprü potansiyeli taşımaktadır.

1. Konuşmanın Üretimi ve Ses Analizi

Konuşmak yalnızca ağız hareketlerinden ibaret değildir. Sözcüklerin de çok ötesinde içerisinde kişinin akıl sağlığı, anlık duygu ifadeleri hakkında bize bilgi sağlar. Ses analizi; konuşmanın miktarı ve hızı, temel frekansı, sesin modülasyonuna ilişkin konuşma değişkenliği, konuşma kalitesi, tonal, spektral veya diğer artikülasyon faktörleri (örneğin, dil veya dudak hareketi) gibi çeşitli özellikleri inceler. İnsan zihninde oluşan düşüncenin, çeşitli kas ve eklem gruplarının ortak çalışmasıyla hem içerik olarak hem de ses tonu gibi fonotik ve prozodik özellikler gibi sözel olmayan özelliklerin katkılarıyla karşı tarafa aktarılmasını sağlayan konuşma birçok faktörden etkilenmeye açıktır. Konuşmanın üretim süreci, eşzamanlı olarak bilişsel planlama ve karmaşık motor kas hareketlerini kapsar (Cummins, 2015). Konuşma üretiminin ve geri bildiriminin karmaşık süreci göz önüne alındığında, psikiyatrik hastalıklar birçok farklı alana etkisi ile konuşmayı etkileyebilmektedir. Somatik ve otomatik sinir sistemindeki değişiklikler, kasların tonusunda ve solunum hızında değişimlere neden olur (Kreibig, 2010; Scherer, 1986). Ses analizi kapsamında çeşitli akustik parametreler değerlendirilmektedir. F0, glottisin açılıp kapanma sayısı ve ses tellerinin birim zamanda titreşim sayısı olarak tanımlanır. Boğazdaki hava basıncına bağlıdır. F1 ses yolundaki rezonanstır ve ses yolunun nicel özellikleri hakkında spektral bilgi elde etmemizi sağlar. Jitter ve shimmer terimlerine baktığımızda jitter ile ses tellerinde düzensiz kapanma ve asimetrik titreşimler değerlendirilir. Shimmer, ses yoğunluğundaki düzensizlikleri ve değişiklikleri incelemek için kullanılır. Konuşma hızı, konuşmanın hem sesli hem de sessiz kısımları için zamansal özelliklerin değerlendirilmesidir (Özseven ve ark., 2018).

2. Depresyon ve Ses Analizi

Scherer, bir kişi mutlu olduğunda sesinin perde seviyesinin yüksek ve aralığın geniş olduğunu, bir kişi üzgün olduğunda ise perdenin düştüğünü ve aralığın daraldığını ortaya koymuştur. Ayrıca 1981 yılında Scherer depresif hastaların seslerinin, hastalar psikiyatri hastanesine kabul edildiklerinde, taburcu olduklarında olduğundan daha yüksek bir ses perdesine sahip olduğunu bildirmiştir (Scherer, 1981). Bunun sebebi hastaların hastane yatışları sırasında daha kaygılı olmaları olarak değerlendirilmiştir. Çeşitli çalışmalarda araştırmacılar, konuşma sırasında seslendirme ve duraklamalar arasındaki ilişkiyi ölçerek, bir görüşmede depresif hastaların normal kontrollerden daha az konuştuklarını ve duraklamaların daha uzun ve sık olduğunu buldular (Aronson ve Weintraub, 1972; Kanfer, 1960; Pope ve ark., 1970; Sigeman, 1986). Depresif konuşmaya yönelik araştırmalar, hastaların düşük perde, düşük perde aralığı, daha yavaş konuşma hızı ve artikülasyon hataları gibi prozodik konuşma anormallikleri sergilediğini bulmuştur (Cummins, 2015). Hollien, depresyon tanısı alan hastaların konuşmalarında azalmış konuşma yoğunluğu, azalmış perde aralığı, konuşmada yavaşlama, tonlamada azalma ve dilsel stres eksikliği şeklinde 5 potansiyel özelliği vurgulamıştır (Hollien, 1980).

Depresyonu tanımak için en umut verici prozodik özelliklerden biri de konuşma hızıdır. Daha önce belirtildiği gibi depresif bireylerin kontrollerden daha yavaş konuştuğu bildirilmiştir. (Darby ve Hollien, 1977; Godfrey ve Knight, 1984; Greden ve Carroll, 1980; Greden ve ark., 1981; Hollien, 1980; Szabadi ve ark., 1976; Teasdale ve ark., 1980). Başka bir çalışmada, kontrol grubu ile karşılaştırıldığında, depresif bir hasta grubunda konuşma duraklatma ölçümlerinin önemli ölçüde arttığını, ancak konuşma anlaşılabilirliğinde bir azalma olmadığı

bulunmuştur (Alpert ve ark., 2001). Bu sonuç, araştırmacılar tarafından depresyonda konuşma yavaşlamasının, motivasyon ile ilgili düşük bilişsel işleyişin bir göstergesi olarak yorumlanmıştır. Tartışmalı olarak depresyon şiddeti ile ilişkili en güçlü konuşma özelliklerinden biri olmasına rağmen, konuşma hızındaki azalmanın potansiyel bir motor geriliğe mi yoksa bilişsel bozulmaya bağlı olarak ortaya çıktığını henüz açık değildir. Konuşma hızını yavaşlatmanın iki yolu vardır. İlk yol, bir motor bozukluğun yansıması olan konuşma sesi üretim oranındaki bir azalmadır. İkinci yol ise, konuşmada daha uzun veya daha sık duraklamalar olmasıdır; bu ise bireyin kelimelerini seçmede güçlük çektiği bilişsel bir bozulmaya işaret eder. Ayrıca aynı çalışmada konuşma hızının HAMD puanları ile anlamlı bir negatif korelasyon gösterdiği bildirilmiştir (Cannizzaro ve ark., 2004).

Yamamoto ve arkadaşları 2020 yılında yaptıkları çalışmada üç hipotez ortaya atmışlardır: 1) depresyonlu hastalar sağlıklı insanlardan daha yavaş konuşur, daha uzun süre durur ve daha yavaş tepki verir 2) depresyonun şiddeti, konuşma hızı ile negatif, duraklama süresi ve tepki süresi ile pozitif ilişkilidir 3) bireyde depresyon belirtileri hafifledikçe konuşma hızı artar, duraklama süresi ve tepki süresi kısalmır (Yamamoto ve ark., 2020). Ayrıca Mundt ve arkadaşları antidepresan tedavilere yanıt veren depresif bireylerin, tedavilerden sonra önemli ölçüde daha hızlı konuşma oranları ve daha kısa duraklama süreleri gösterdiğini, yanıt vermeyenlerin ise konuşmada önemli değişiklikler göstermediğini ortaya koymuştur (Mundt ve ark., 2012).

İki grup bulgu, prozodinin depresyonu belirlemede önemli olduğu hipotezini desteklemektedir. Biri, depresyonu olan ve olmayan kişiler arasındaki kesitsel karşılaştırmadır. Bu çalışmalar, vokal prozodinin depresif semptomlarla güçlü bir şekilde değiştiğini göstermektedir. Diğer ise bir depresif dönem boyunca depresyondaki değişimin boylamsal çalışmalarıdır. Başarılı sonuçlar elde edilirse boylamsal çalışmalar tedavi planlaması ve tedavi etkinliğinin değerlendirilmesi üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilir (Yang ve ark., 2012). Bu nedenle konuşma ve ses analizi yalnızca depresif ve kontrol gruplarının farklarını ortaya koymak için değil; depresyonun şiddetiyle ilişkili olarak da incelenmiştir. Stassen ve arkadaşları, Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeği şiddetinde iyileşme ile ses akustik değişkenleri arasında korelasyon olduğunu bildirmiştir (Stassen ve ark., 1998). Depresyon şiddeti ile duraklama ile ilgili ölçümler arasında anlamlı korelasyonlar vardır, bu da depresif bireylerin kelime seçmekte zorlandıklarını şeklinde yorumlanmıştır (Alpert ve ark., 2001; Mundt ve ark., 2012). Mundt tarafından yürütülen iki farklı araştırma, daha büyük veri tabanlarında bu bulguları doğrulamıştır. İlk çalışmada, 6 haftalık bir depresyon şiddeti çalışmasında tedaviye yanıt veren (HAMD skorlarında %50'lik nispi azalma) hastaların, depresyonun şiddetine ilişkin daha az durakladığı ve daha hızlı konuştuğu gözlemlenmiştir (Mundt ve ark., 2007). 2014 yılında yapılan bir çalışmada araştırmacılar ortalama hece süresini analiz etmiş ve artan depresyon şiddeti ile pozitif bir korelasyon bildirmiştir (Hönig ve ark., 2014).

Depresyonda F0 değişkenleri ile ilgili sonuçları birbirleriyle çelişen çalışmalar bulunmaktadır. Bazı çalışmalarda hem azalan F0 aralığı hem de azalan F0 ortalaması ile artan depresyon şiddeti seviyeleri arasında korelasyon olduğu gösterilirken (Breznitz, 1992; Darby ve ark., 1984; Hönig ve ark., 2014) bazı çalışmalarda ise F0 değişkenleri ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Alpert ve ark., 2001; Cannizzaro ve ark., 2004; Mundt ve ark., 2012; Quatieri ve Malyska, 2012; Teasdale ve ark., 1980; Yang ve ark., 2012). Bu çelişkili sonuçların, depresyonun heterojen doğasından kaynaklanması muhtemeldir.

Psikomotor bozuklukların duygudurum bozukluklarının en erken ve en tutarlı göstergeleri olduğuna dair artan bilimsel kanıtlar vardır. Konuşma yalnız bilişsel fonksiyonlardan değil aynı zamanda nöromuskuler sistem değişikliklerinden de etkilenmektedir. Depresyonun tanı kriterlerinden de biri olan psikomotor retardasyon kas gerilimini etkileyerek F0 değişkenini etkileyebilmektedir. Diğer bir potansiyel neden olarak, ses tellerinin gerginliğinin arttırarak daha monoton konuşmaya yol açması gösterilir (Cannizzaro ve ark., 2004; Ellgring ve Scherer, 1996; Nilsonne ve ark., 1988; Sobin ve Sackeim, 1997; Tolkmitt ve ark., 1982). Depresif bireylerin, sağlıklı bireylere göre uzun reaksiyon zamanı göstermesi, duraklama sürelerinin uzaması ve konuşma hızlarının azalması psikomotor retardasyonla ilişkili olabileceğini düşündürmüştür. Ayrıca psikomotor bozuklukların değerlendirilmesi, klinisyenler için değerlidir, çünkü psikomotor retardasyonda düzelme, elektrokonvülsif tedavi ve ilaçlara verilen klinik yanıtın bir göstergesi olabilir (Hickie, 1995). Bu nedenle, hastanın psikomotor retardasyonunun doğru ve nesnel bir ölçümü, depresyonlu hastalarda depresyon sınıflandırmasının, boylamsal izlemenin ve sonuçların öngörülmesinin iyileştirilmesine katkıda bulunabilir. Konuşma sürecinin karmaşık yapısından dolayı hem bilişsel süreçlerdeki bozulma hem de psikomotor değişimler konuşma üretim sürecini etkileyebilir.

Depresyon ve demansta ses özellikleri incelenerek ayırıcı tanı hususunda da ses analizinden yararlanılmaya çalışılmıştır. Bilişsel yetenek kaybı demans ile ilişkilidir. Bununla birlikte, majör depresif bozukluk, kişinin psödodemans olarak bilinen bilişinin geçici olarak bozulmasına da neden olabilir. Demans ile psödodemansın ayırıcı tanısı gerçekten zor olabilmektedir. İstatistiksel analiz, depresif hastalar ve demans hastaları arasında ses özelliklerinde önemli farklılıklar olduğunu göstermektedir. Sumali ve arkadaşları 2010 yılında ses özelliklerindeki bu farklılık kullanarak bir makine öğrenimi modeli oluşturmuş ve depresyon hastaları ile demans hastalarını ayırt etmek için kayda değer bir performans kaydetmişlerdir. Makine öğrenimi ile otomatik psödodemans taramasının mümkün olduğu sonucuna varmışlardır (Sumali ve ark., 2020).

3. Bipolar Bozukluk ve Ses Analizi

Bipolar bozukluk, duygudurumun döngüsel varyasyonları ile karakterizedir. Bipolar bozukluk tanısı olan bireyler hipomani, mani veya depresyon atakları yaşarlar. Afektif belirtiler yalnızca ruhsal durumu etkilemekle kalmaz insan vücudundaki fizyolojik değişikliklere de sebep olur. Bu değişikliklerin konuşmaya yansması şaşırtıcı değildir. Bipolar tanısının kronik seyirli ve çoğu zaman öngörülemez yönü dikkate alındığında klinisyenleri destekleyecek nesnel veriler ve risk değerlendirmeleri hastalığın yönetimi ve tedavi modülasyonunda önemli olacaktır. Duygudurum atakları öngörmemizi sağlayacak biyolojik belirteçlerin henüz tam olarak belirlenmemiş olması duygudurum atakları arasındaki geçişte ses analizinin önemini arttırmaktadır. Hatta gelişen teknolojiye entegre edilerek kliniğin dışında, bireylerin günlük hayatlarında belirginleşmeye başlayan semptomları analiz etmek klinisyene büyük ölçüde yardımcı olacaktır. Ses analizi böyle bir sisteme dahil edilmek için uygun bir adaydır. Duygudurum bozukluklarında konuşulan dili analiz eden çalışmalar aslında 1938'e dayanmaktadır (Newman ve Mather, 1938). 2009 yılında yapılan bir çalışmada konuşma aktivitesinde artışın hipomaniye geçişi öngörebileceği öne sürülmüştür (Frye ve ark., 2009). Manik konuşma aynı zamanda, yazarların dikkat dağınıklığında belirginleşme ve artmış

aktivasyon ile ilişkilendirdiği, bir söylemden diğerine hızlı geçişlerin olduğu özellikler gösterir (Hoffman ve ark., 1986). Manik atakta sıklıkla bildirilen diğer konuşma özellikleri arasında ayrıntıcılıkta belirginleşme, clang çağrışımların varlığı yani sözcükler arasında anlamdan daha çok sese dayalı çağrışımların olması sayılabilir (Jamison ve ark., 2017; Sass ve ark., 2015). Manik atakta yükselmiş duygulanıma amaca yönelik aktivitede artış, para harcamada artış, düşüncelerin hızlanması, uykuda azalma gibi birçok belirti eşlik eder. Psikiyatrik semptomların doğası gereği düşünce alanında ve davranış alanındaki değişimler konuşma alanında değişimler ile belli noktalarda çakışır ve gerektiğinde beraber değerlendirilir. Bu noktada kişilerin telefon kullarımlarındaki artış konuşma alanındaki değişiklikleri, amaca yönelik etkinlik değişimlerini veya psikomotor aktivite artışını kapsayabilir. 2010 yılında yazarlar tarafından bipolar bozukluğu olan hastalar için akıllı telefonlarda kullanılan MONARCA sistemi olarak adlandırılan elektronik bir izleme sistemi oluşturulmuştur (Bardram ve ark., 2012; Faurholt-Jepsen ve ark., 2013; Bardram ve ark., 2013). Bu sistem uyku süresi, ilaç alımı gibi öznel özellikler ve yapılan telefon görüşmelerinin sayısı, süresi gibi davranışsal faaliyetlerin çeşitli yönleri hakkında elde edilen nesnel dataların değerlendirilmesi üzerine oluşturulmuştur. 2016 yılında yapılan bir araştırmada MONARCA sisteminin yeni versiyonu ile depresif ve manik semptomlarla başvuran bipolar bozukluğu olan hastaların telefon görüşmeleri sırasında günlük yaşamdan alınan ses özellikleri ve davranışsal faaliyetleri değerlendirilmiş ve duygulanım geçişlerini ayırt etmek hedeflenmiştir. Sonuç olarak günlük telefon görüşmelerinden elde edilen seslerin analizinin bipolar bozuklukta mevcut durum belirteçlerini temsil edebileceği ve bipolar bozukluğu olan hastalarda hem hastalığın gidişinin hem de tedavi etkinliğinin sürekli olarak izlenmesinde umut verici olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Faurholt-jepsen ve ark., 2016). Telefon görüşmelerinin değerlendirildiği başka bir çalışmada depresif veya manik atakların tahmini için en önemli değişkenler olarak konuşmanın süresi, telefon görüşmesinin uzunluğu, HNR değeri, kısa dönüş sayısı ve ses perdesinin F0 varyansındaki değişimler olarak belirtilmiştir (Muaremi ve ark., 2014). Manik ataktaki hastaların ve kontrol grubunun doğal konuşmalarının karşılaştırıldığı bir çalışmada, 6 hastaya nötral içerikli metin okuma ve uygulanan TAT (Tematik Algılama Testi) sonucunda, bipolar bozukluk tanısı olan hastalarda sesin ortalama perde, titreşim ve perde standart sapmasında değişikliklerin bulunduğu gösterilmiştir (Vanello ve ark., 2012). 2015 yılında yapılan bir araştırmada manik ataktaki hastalar ve kontrol grubu karşılaştırılmış ve sesin ortalama F1 ve F2 değerlerinde artış bulunmuştur (Zhang ve ark., 2015). Ses özelliklerinin bir arada değerlendirilmesiyle ortalama F1 puanı ile bipolar bozuklukta atak durumunun %82 doğruluk payı ile tahmin edebildiği ortaya konulmuştur (Guidi ve ark., 2015). Bipolar bozukluk tanısı olan hastanın 12 hafta izlendiği bir çalışmada hastaların depresif semptomlarının belirginleşmesiyle konuşmada duraklamaların arttığı gösterilmiştir (Maxhuni ve ark., 2016). 11 hastanın incelendiği başka bir çalışmada duygulanımdaki değişimleri ayırtetmekte F0 spektral analizi değerlendirilmiştir. Sonuçlara göre nötral içerikli metin okutulan hastaların ses özellikleri duygulanım değişimleri ile korele olarak değerlendirilmiştir. Kontrol grubun ses özellikleri; kaydın yapıldığı saatten etkilenmemiş ve kayıt sırasında ötimik olan hasta grubundan anlamlı olarak farklılık saptanmamıştır. Yine aynı çalışmada ötimik duruma ve hipotimik atağa kıyasla depresif durumda konuşma sırasında duraklamalarda artış olduğu gösterilmiştir (Guidi ve ark., 2017). 2020 yılında yayınlanan bir gözden geçirme çalışmasında, literatüre bakıldığında bipolar

bozuklukta konuşma hızıyla ilgili yayınların daha yetersiz olduğu gelecekte bu alanda yapılacak çalışmalara ihtiyaç olduğu belirtilmiştir (Low ve ark., 2020).

4. Şizofreni ve Ses Analizi

Şizofreni pozitif ve negatif semptomlardan oluşan, heterojen klinik prezentasyona sahip kronik bir hastalıktır. Pozitif semptomlar halüsinasyon ve hezeyanları kapsarken, negatif semptomlar denilince akla avolusyon, anhedoni, aloji, afektte küntleşme gelmektedir. Ayrıca şizofrenide dikkat ve bellek sorunları, yürütücü işlevlerde bozulma gibi bilişsel yetersizlikler de eşlik eder. Negatif semptomlar genellikle kötü prognoz ile ilişkilendirilmiştir (Kirkpatrick ve ark., 2006). Konuşma, şizofreni hastalarında yüksek oranda etkilenen bir alan olan sosyal iletişimin önemli bir parçasıdır. Duyguları ifade etmek için sesi kontrol etmede yaşadıkları zorluklar, bu bireylerin sosyal olarak etkili iletişim kurma becerilerini önemli ölçüde etkileyebilir. Sosyal iletişimdeki bozulmalar, sosyal başarısızlığa yol açabilir ve bu bireylere karşı daha olumsuz tutumlar ve sosyal yargılara neden olabilir (Altenberg ve Ferrand, 2006). Konuşma ile ilgili bulgular şizofreninin ilk tanımladığı zamanlardan beri dikkat çekmiştir. Literatüre bakıldığında şizofreni ve ses analizi sonuçları farklılıklar içermektedir. 2001 yılında yapılan bir çalışmada sağlıklı kontrol ve hasta grubu karşılaştırılmıştır ve sözel akıcılıkta farklılıklar saptanmıştır (Elvevåg ve ark., 2001). Ancak 2002 yılında yapılan bir çalışmada şizofrenide semantik sınır açısından anlamlı farklılık saptanmamıştır (Elvevåg ve ark., 2002). Ayrıca, kronik şizofreni hastalarının, sağlıklı kardeşlerine veya kontrollerine göre kelime sayısında azalma ve daha az karmaşık cümle yapısı üretme eğiliminde oldukları ortaya konulmuştur (DeLisi, 2001). Şizofreni hastaları ve sağlıklı kontrol grubunun karşılaştırıldığı bir çalışmada katılımcılara öfke, mutluluk, korku ve üzüntü içerikli metinler okutulmuştur. Şizofreni tanısı olan grupta öfke, korku ve mutluluk içerikli metinleri okurken seslerinde “yoğunluk işareti” etkisinin olmadığı raporlanmıştır. Ayrıca hastaların uygun stresi ve vurguyu iletmek için gereken ses yüksekliği düzeylerini değiştirmekte zorluk yaşadıkları görülmüştür. Ayrıca öfke, korku ve mutluluk ifadeleri sırasında daha fazla duraklamışlardır (McGilloway ve ark., 2003). Birçok çalışmada klinik gözlemlerle uyumlu olarak şizofreni hastalarında konuşma sırasında ortalama duraklama süresi anlamlı olarak yüksek saptanmıştır (Kliper ve ark., 2010; Rapcan ve ark., 2010). Yapılan birçok çalışmada şizofreni hastalarının, konuşmada yetersizlik, konuşma sırasında duraklamalarda artış, ses tonu ve ses yoğunluğunda ayırt edici özellikler açısından tanımlanan atipik ses kalıpları sergilediği gösterilmiştir (Alpert ve ark., 2000; Andreasen ve ark., 1985; Cohen ve ark., 2012, 2016; Galynker ve ark., 2000). 13 çalışmanın meta-analizi, şizofreni ve sağlıklı bireyler duraklama ve konuşma süresi özellikleri açısından kıyaslandığında aralarında büyük farklılıklar olduğunu ancak ses yoğunluğu ile perde değişkenliği konusunda ise farklılıkların daha ılımlı olduğunu ortaya koymaktadır (Cohen ve ark., 2014). Tahir ve arkadaşlarının yaptığı bir araştırmada kontrol grubuyla kıyaslandığında şizofreni grubunda kısıtlı konuşma miktarı ve uzatılmış yanıt süresi için sırasıyla %80 ve %70 doğruluk oranı bildirilmiştir (Tahir ve ark., 2019). Yapılan bir gözden geçirme çalışması sonucunda şizofreni tanısı için perde değişkenliği ve konuşma süresi potansiyel adaylar olarak belirlenmiş, duraklama süresi ile ilgili birbirinden farklı sonuçlar olmasına rağmen şizofreni akustik belirteci olması lehine güçlü kanıtlar olduğu raporlanmış ancak net akustik bir belirteç belirlenememiştir (Parolo ve ark., 2019). Ses analizi ve konuşma özellikleri yalnızca şizofreniyi tanımlamakta değil ayırıcı tanı ve şizofreni hastalarının tanı almamış yakınlarında da incelenmiştir. 2012

yılında yapılan bir çalışmada şizofreni, bipolar bozukluk ve sağlıklı kontrol grubu karşılaştırılmıştır. Dil defisitleri hem şizofreni hem de bipolar bozukluk tanıları olan gruplarda tespit edilmiştir. Şizofreni tanısı olan grupta bipolar gruba göre defisitler daha şiddetli ve daha yaygın saptanmıştır (Perlini ve ark., 2012). Depresif ve şizofreni grubunun araştırıldığı çalışmada, şizofreni grubunda toplam konuşma süresi anlamlı olarak azalmış olarak raporlanmıştır (Kliper ve ark., 2010). Hastalarının etkilenmemiş birinci derece akrabalarının incelendiği bir çalışmada, incelenen tüm bilişsel ölçütler arasında akıcılığın en büyük etkiye sahip olduğu bulunmuştur (Snitz ve ark., 2006).

5. Anksiyete Bozuklukları ve Ses Analizi

Anksiyete, insanlarda ve diğer canlılarda görülen korku, gerginlik ve sıkıntı hissidir. Kişi fiziksel veya psikolojik bir tehditle karşılaştığında kaygı gelişir. Anksiyete ve ses analizi ile ilgili sonuçlar literatürde heterojendir. Murray ve Arnott 1993 yılında anksiyete bozukluklarında konuşma hızının arttığını bildirmişlerdir (Murray ve Arnott, 1993). Birçok çalışmada anksiyete bozukluğunda ortalama F0 değerinde artış olduğu ortaya koyulmuştur. (Özseven ve ark., 2018; Scherer ve ark., 2003; Ververidis ve Kotropoulos, 2006; Weeks ve ark., 2012). Ancak literatürde anksiyete bozukluğunda F0 değerinde anlamlı artış saptanmadığına dair sonuçlar da yer almaktadır. (Silber-Varod ve ark., 2016; Weeks ve ark., 2016). Ayrıca anksiyete bozukluklarında ses özelliklerine bakıldığında sesin 'jitter' özelliğinde anlamlı bir artış olduğu saptanmıştır (Özseven ve ark., 2018; Silber-Varod ve ark., 2016). Sosyal anksiyete bozukluğu tanısı olan hastalarla yapılan çeşitli çalışmalar sonucunda ortalama F0 değerinin daha yüksek olduğunu bildiren çalışmalar mevcuttur (Galili ve ark., 2013; Weeks ve ark., 2012).

6. Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Ses Analizi

Travma Sonrası Stres Bozukluğu, travmatik bir olaya maruz kaldıktan sonra ortaya çıkan, yeniden yaşantılama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık semptomları ile kendini gösteren bir sendromdur. Travmatik olaylar kişinin yaşam bütünlüğünü tehdit eden olaylar olarak tanımlanır. Scherer ve meslektaşları TTSB tanısı olan hastaların daha gergin ses özellikleri sergilediklerini ortaya koymuştur (Scherer ve ark., 2013). Başka bir çalışmada TTSB'de sesli harf aralığının azaldığı bildirilmiştir (Scherer ve ark., 2016). Marmar ve arkadaşları TTSB tanısı olan hastaların konuşmasının daha monoton, daha yavaş ve daha düz olduğunu belirlemiştir (Marmar ve ark., 2019).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Psikiyatrik hastalıkların konuşma üzerine etkisi uzun yıllardır hekimlerin dikkatini çekmiştir. Sesin üretimi karmaşık bir süreç sonucunda ortaya çıkar ve birçok faktör ses üretiminde etkilidir. Bu nedenle psikiyatrik hastalıkların konuşma üzerine etkileri de multifaktöriyel olmaktadır. Literatüre bakıldığında birçok psikiyatrik hastalıkta ses analizi incelenmiştir. Sonuçlar heterojenite içermekle beraber hem riskli grupların belirlenmesinde hem tanı koymada hem de tedavi yanıtı izleme de umut vaat eden sonuçlar bulunmaktadır. Unutulmamalıdır ki, konuşmayı yakalamak ve kaydetmek kolay ve ucuzdur ve kayıt cihazı dışında hiçbir özel ekipman gerektirmez. Ses kaydının kolay erişilebilir ve non-invaziv bir yöntem olması erişilebilirliği kolaylaştırmaktadır. Bu nedenle dil bilim ve akustik bilimler

alanlarından gelen teknolojik ve metodolojik ilerlemeler, ruh hastalıklarına bakış açımızda ve tanı koymamızda devrim yaratma potansiyeli sunmaktadır. (Cohen ve Elvevag, 2014). Ayrıca son yıllarda, depresyon, şizofreni gibi hastalıkların analizi için sesli ipuçları kullanan bazı makine öğrenimi yöntemleri önerilmiştir (Cummins ve ark., 2011; Low ve ark., 2010; Valstar ve ark., 2013; Valstar ve ark., 2014; Williamson ve ark., 2013; Yang ve ark., 2013). Mevcut yapay zekâ, normalde insan zekâsı gerektiren görevleri gerçekleştiren hızlı, olasılıklı algoritmalara dayanır; bu algoritmalar büyük veri kümeleri üzerinde eğitilir. Dil, yapılan yapay zekâ çalışmaları için bireyler hakkında önemli veriler sağlama potansiyeline sahiptir. Doğrulırsa, bu tür yöntemler psikiyatri pratiğini değiştirebilir. Ses analizi bu noktada terapi odası ile yapay zekâ arasında bir köprü potansiyeli taşımaktadır.

Finansal Destek: Yazar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

KAYNAKLAR

- Alpert, M. (1982). Encoding of feelings in voice. In P. J. Clayton ve J. E. Barrett (Eds.), *Treatment of depression: Old controversies and new approaches* (pp. 217-228). Raven Press.
- Alpert, M., Pouget, E. R. ve Silva, R. R. (2001). Reflections of depression in acoustic measures of the patient's speech. *Journal of Affective Disorders*, 66(1), 59-69.
- Alpert, M., Rosenberg, S. D., Pouget, E. R. ve Shaw, R. J. (2000). Prosody and lexical accuracy in flat affect schizophrenia. *Psychiatry Research*, 97(2-3), 107-118.
- Altenberg, E. P. ve Ferrand, C. T. (2006). Perception of individuals with voice disorders by monolingual English, bilingual Cantonese-English, and bilingual Russian-English women. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 49(4), 879-887.
- Andreasen, N. C., Hoffman, R. E. ve Grove, W. M. (1985). Mapping abnormalities in language and cognition. In M. Alpert (Ed.), *Controversies in schizophrenia: Changes and constancies: Proceedings of the 74th Annual Meeting of the American Psychopathological Association, New York City, March 1-3, 1984* (pp. 199-226). The Guilford Press.
- Aronson, H. ve Weintraub, W. (1972). Personal adaptation as reflected in verbal behavior. In A. W. Siegman ve H. Pope (Eds.), *Studies in dyadic communication* (pp. 265-279). Pergamon.
- Baddeley, A. (2003). Working memory and language: An overview. *Journal of Communication Disorders*, 36(3), 189-208.
- Bardram, J. E., Frost, M., Szántó, K. ve Marcu, G. (2012, January). *The MONARCA self-assessment system: A persuasive personal monitoring system for bipolar patients*. In Proceedings of the 2nd ACM SIGHIT International Health Informatics Symposium (pp. 21-30).
- Bennabi, D., Vandel, P., Papaxanthis, C., Pozzo, T. ve Haffen, E. (2013). Psychomotor retardation in depression: A systematic review of diagnostic, pathophysiological, and therapeutic implications. *BioMed Research International*.
- Bloom, B., Cohen, R. A. ve Freeman, G. (2011). Summary health statistics for US children; National health interview survey, 2010. *Vital and Health Statistics*, 250, 1-80.
- Breznitz, Z. (1992). Verbal indicators of depression. *The Journal of General Psychology*, 119(4), 351-363.

- Cannizzaro, M., Harel, B., Reilly, N., Chappell, P. ve Snyder, P. J. (2004). Voice acoustical measurement of the severity of major depression. *Brain and Cognition*, 56(1), 30-35.
- Chesney, E., Goodwin, G. M. ve Fazel, S. (2014). Risks of all-cause and suicide mortality in mental disorders: A meta-review. *World Psychiatry*, 13(2), 153-160.
- Christensen, M. K., Lim, C. C. W., Saha, S., Plana-Ripoll, O., Cannon, D., ... McGrath, J. J. (2020). The cost of mental disorders: A systematic review. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 29.
- Christopher, G. ve MacDonald, J. (2005). The impact of clinical depression on working memory. *Cognitive Neuropsychiatry*, 10(5), 379-399.
- Cohen, A. S. ve Elvevåg, B. (2014). Automated computerized analysis of speech in psychiatric disorders. *Current Opinion in Psychiatry*, 27(3), 203.
- Cohen, A. S., Mitchell, K. R. ve Elvevåg, B. (2014). What do we really know about blunted vocal affect and alogia? A meta-analysis of objective assessments. *Schizophrenia Research*, 159(2-3), 533-538.
- Cohen, A. S., Morrison, S. C., Brown, L. A. ve Minor, K. S. (2012). Towards a cognitive resource limitations model of diminished expression in schizotypy. *Journal of Abnormal Psychology*, 121(1), 109.
- Cummins, N., Epps, J., Breakspear, M. ve Goecke, R. (2011). *An investigation of depressed speech detection: Features and normalization*. In Twelfth Annual Conference of the International Speech Communication Association, 2997-3000.
- Cummins, N., Scherer, S., Krajewski, J., Schnieder, S., Epps, J. ve Quatieri, T. F. (2015). A review of depression and suicide risk assessment using speech analysis. *Speech Communication*, 71, 10-49.
- Darby, J. K. ve Hollien, H. (1977). Vocal and speech patterns of depressive patients. *Folia Phoniatrica et Logopaedica*, 29(4), 279-291.
- Darby, J. K., Simmons, N. ve Berger, P. A. (1984). Speech and voice parameters of depression: A pilot study. *Journal of Communication Disorders*, 17(2), 75-85.
- DeLisi, L. E. (2001). Speech disorder in schizophrenia: Review of the literature and exploration of its relation to the uniquely human capacity for language. *Schizophrenia Bulletin*, 27(3), 481-496.
- Ellgring, H. ve Scherer, K. R. (1996). Vocal indicators of mood change in depression. *Journal of Nonverbal Behavior*, 20(2), 83-110.
- Elvevåg, B., Weickert, T., Wechsler, M., Coppola, R., Weinberger, D. R. ve Goldberg, T. E. (2002). An investigation of the integrity of semantic boundaries in schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 53(3), 187-198.
- Elvevåg, B., Weinstock, D. M., Akil, M., Kleinman, J. E. ve Goldberg, T. E. (2001). A comparison of verbal fluency tasks in schizophrenic patients and normal controls. *Schizophrenia Research*, 51(2-3), 119-126.
- Faurholt-Jepsen, M., Busk, J., Frost, M., Vinberg, M., Christensen, E. M., ... Kessing, L. V. (2016). Voice analysis as an objective state marker in bipolar disorder. *Translational Psychiatry*, 6(7), e856-e856.

- Faurholt-Jepsen, M., Vinberg, M., Christensen, E. M., Frost, M., Bardram, J. ve Kessing, L. V. (2013). Daily electronic self-monitoring of subjective and objective symptoms in bipolar disorder-the MONARCA trial protocol (MONitoring, treAtment and pRediCtion of bipolAr disorder episodes): A randomised controlled single-blind trial. *BMJ Open*, 3(7), e003353.
- Frye, M. A., Helleman, G., McElroy, S. L., Altshuler, L. L., Black, D. O., ... Suppes, T. (2009). Correlates of treatment-emergent mania associated with antidepressant treatment in bipolar depression. *American Journal of Psychiatry*, 166(2), 164-172.
- Galili, L., Amir, O. ve Gilboa-Schechtman, E. (2013). Acoustic properties of dominance and request utterances in social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(6), 651-673.
- Galynter, I. I., Cohen, L. J. ve Cai, J. (2000). Negative symptoms in patients with major depressive disorder: A preliminary report. *Neuropsychiatry, Neuropsychology and Behavioral Neurology*, 13(3), 171-176.
- Godfrey, H. P. ve Knight, R. G. (1984). The validity of actometer and speech activity measures in the assessment of depressed patients. *The British Journal of Psychiatry*, 145(2), 159-163.
- Greden, J. F. ve Carroll, B. J. (1980). Decrease in speech pause times with treatment of endogenous depression. *Biological Psychiatry*.
- Greden, J. F. ve Carroll, B. J. (1981). Psychomotor function in affective disorders: An overview of new monitoring techniques. *The American Journal of Psychiatry*.
- Guidi, A., Schoentgen, J., Bertschy, G., Gentili, C., Scilingo, E. P. ve Vanello, N. (2017). Features of vocal frequency contour and speech rhythm in bipolar disorder. *Biomedical Signal Processing and Control*, 37, 23-31.
- Guidi, A., Vanello, N., Bertschy, G., Gentili, C., Landini, L. ve Scilingo, E. P. (2015). Automatic analysis of speech F0 contour for the characterization of mood changes in bipolar patients. *Biomedical Signal Processing and Control*, 17, 29-37.
- Hickie, I., Scott, E., Mitchell, P., Wilhelm, K., Austin, M. P. ve Bennett, B. (1995). Subcortical hyperintensities on magnetic resonance imaging: Clinical correlates and prognostic significance in patients with severe depression. *Biological Psychiatry*, 37(3), 151-160.
- Hoffman, R. E. ve Andreasen, N. C. (1986). A comparative study of manic vs schizophrenic speech disorganization. *Archives Of General Psychiatry*, 43, 831-838.
- Hollien, H. (1980). Vocal indicators of psychological stress. *Forensic Psychology and Psychiatry*, 347(1), 47-71.
- Hönig, F., Batliner, A., Nöth, E., Schnieder, S. ve Krajewski, J. (2014). *Automatic modelling of depressed speech: Relevant features and relevance of gender*. In Twelfth Annual Conference of the International Speech Communication Association, 1248-1252.
- Jamison, K. R. ve Traill, T. A. (2017). Robert Lowell, setting the river on fire: A study of genius, mania, and character. *Knopf*.
- Kanfer, F. H. (1960). Verbal rate, eyeblink, and content in structured psychiatric interviews. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 61(3), 341.

- Kirkpatrick, B., Fenton, W. S., Carpenter, W. T., & Marder, S. R. (2006). The NIMH-MATRICES consensus statement on negative symptoms. *Schizophrenia Bulletin*, *32*(2), 214-219.
- Klipper, R., Portuguese, S. ve Weinshall, D. (2015, September). *Prosodic analysis of speech and the underlying mental state*. In International Symposium on Pervasive Computing Paradigms for Mental Health (pp. 52-62). Springer, Cham.
- Kraepelin, E. (1921). *Manic-depressive insanity and paranoia*. E. & S. Livingstone.
- Kreibig, S. D. (2010). Autonomic nervous system activity in emotion: A review. *Biological Psychology*, *84*(3), 394-421.
- Lieberman, M. ve Prince, A. (1977). On stress and linguistic rhythm. *Linguistic Inquiry*, *8*(2), 249-336.
- Low, D. M., Bentley, K. H. ve Ghosh, S. S. (2020). Automated assessment of psychiatric disorders using speech: A systematic review. *Laryngoscope Investigative Otolaryngology*, *5*(1), 96-116.
- Low, L. S. A., Maddage, N. C., Lech, M., Sheeber, L. ve Allen, N. (2010, March). *Influence of acoustic low-level descriptors in the detection of clinical depression in adolescents*. In 2010 IEEE International Conference on Acoustics, Speech and Signal Processing (pp. 5154-5157). IEEE.
- Marmar, C. R., Brown, A. D., Qian, M., Laska, E., Siegel, C., ... Vergyri, D. (2019). Speech-based markers for posttraumatic stress disorder in US veterans. *Depression and Anxiety*, *36*(7), 607-616.
- Mathers, C. D. ve Loncar, D. (2006). Projections of global mortality and burden of disease from 2002 to 2030. *PLoS Medicine*, *3*(11), e442.
- Maxhuni, A., Muñoz-Meléndez, A., Osmani, V., Perez, H., Mayora, O. ve Morales, E. F. (2016). Classification of bipolar disorder episodes based on analysis of voice and motor activity of patients. *Pervasive and Mobile Computing*, *31*, 50-66.
- McGilloway, K., Cooper, S. ve Douglas-Cowie, E. (2003). Can patients with chronic schizophrenia express emotion? A speech analysis. *Schizophrenia Research*, *64*(2-3), 189-190.
- Muaremi, A., Gravenhorst, F., Grünerbl, A., Arnrich, B. ve Tröster, G. (2014, May). *Assessing bipolar episodes using speech cues derived from phone calls*. In International symposium on pervasive computing paradigms for mental health (pp. 103-114). Springer, Cham.
- Mundt, J. C., Snyder, P. J., Cannizzaro, M. S., Chappie, K. ve Geralts, D. S. (2007). Voice acoustic measures of depression severity and treatment response collected via interactive voice response (IVR) technology. *Journal of Neurolinguistics*, *20*(1), 50-64.
- Mundt, J. C., Vogel, A. P., Feltner, D. E. ve Lenderking, W. R. (2012). Vocal acoustic biomarkers of depression severity and treatment response. *Biological Psychiatry*, *72*(7), 580-587.
- Murphy, F. C., Sahakian, B. J., Rubinsztein, J. S., Michael, A., Rogers, R. D., Robbins, T. W. ve Paykel, E. S. (1999). Emotional bias and inhibitory control processes in mania and depression. *Psychological Medicine*, *29*(6), 1307-1321.
- Murray, I. R. ve Arnott, J. L. (1993). Toward the simulation of emotion in synthetic speech: A review of the literature on human vocal emotion. *The Journal of the Acoustical Society of America*, *93*(2), 1097-1108.

- Newman, S. ve Mather, V. G. (1938). Analysis of spoken language of patients with affective disorders. *American Journal of Psychiatry*, 94(4), 913-942.
- Nilsonne, A., Sundberg, J., Ternstrom, S. ve Askenfelt, A. (1985). Analyzing voice fundamental frequency mobility and some other aspects of temporal dynamics in reading. *Speech Transmission Laboratory Quarterly Progress and Status Report (STL-QPSR)*, 4/1985.
- Nilsonne, Å., Sundberg, J., Ternström, S. ve Askenfelt, A. (1988). Measuring the rate of change of voice fundamental frequency in fluent speech during mental depression. *The Journal of the Acoustical Society of America*, 83(2), 716-728.
- Özseven, T., Düğenci, M., Doruk, A. ve Kahraman, H. I. (2018). Voice traces of anxiety: Acoustic parameters affected by anxiety disorder. *Archives of Acoustics*, 625-636.
- Parola, A., Simonsen, A., Bliksted, V. ve Fusaroli, R. (2020). Voice patterns in schizophrenia: A systematic review and Bayesian meta-analysis. *Schizophrenia Research*, 216, 24-40.
- Perlini, C., Marini, A., Garzitto, M., Isola, M., Cerruti, S., ... Brambilla, P. (2012). Linguistic production and syntactic comprehension in schizophrenia and bipolar disorder. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 126(5), 363-376.
- Pope, B., Blass, T., Siegman, A. W. ve Rahe, J. (1970). Anxiety and depression in speech. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(1p1), 128.
- Postma, A. (2000). Detection of errors during speech production: A review of speech monitoring models. *Cognition*, 77(2), 97-132.
- Quatieri, T. F. ve Malyska, N. (2012). *Vocal-source biomarkers for depression: A link to psychomotor activity*. In Thirteenth Annual Conference of the International Speech Communication Association.
- Rapcan, V., D'Arcy, S., Yeap, S., Afzal, N., Thakore, J. ve Reilly, R. B. (2010). Acoustic and temporal analysis of speech: A potential biomarker for schizophrenia. *Medical Engineering & Physics*, 32(9), 1074-1079.
- Sass, L. ve Pienkos, E. (2015). Beyond words: Linguistic experience in melancholia, mania, and schizophrenia. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 14(3), 475-495.
- Scherer, K. R. (1986). Vocal affect expression: A review and a model for future research. *Psychological Bulletin*, 99(2), 143.
- Scherer, K. R. ve Scherer, U. (1981). Speech behavior and personality. *Speech Evaluation in Psychiatry*, 115-135.
- Scherer, K. R., Johnstone, T. ve Klasmeyer, G. (2003). *Vocal expression of emotion*. Oxford University Press.
- Scherer, S., Stratou, G., Gratch, J. ve Morency, L. P. (2013, August). *Investigating voice quality as a speaker-independent indicator of depression and PTSD*. In Interspeech (pp. 847-851).
- Scherer, S., Stratou, G., Mahmoud, M., Boberg, J., Gratch, J., ... Morency, L. P. (2013, April). *Automatic behavior descriptors for psychological disorder analysis*. In 2013 10th IEEE International Conference and Workshops on Automatic Face and Gesture Recognition (FG) (pp. 1-8). IEEE.

- Shedlack, K., Lee, G., Sakuma, M., Xie, S. H., Kusner, M., ... DeLisi, L. E. (1997). Language processing and memory in ill and well siblings from multiplex families affected with schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 25(1), 43-52.
- Siegmán, A. W. (1985). Expressive correlates of affective states and traits. *Multichannel Integrations of Nonverbal Behavior*, 37-68.
- Siegmán, A. W. (1987). The pacing of speech in depression. *Depression and Expressive Behavior*, 83-102.
- Silber-Varod, V., Gósy, M. ve Eklund, R. (2019). *Segment prolongation in Hebrew*. In The 9th Workshop on Disfluency in Spontaneous Speech (p. 47).
- Snitz, B. E., MacDonald III, A. W. ve Carter, C. S. (2006). Cognitive deficits in unaffected first-degree relatives of schizophrenia patients: A meta-analytic review of putative endophenotypes. *Schizophrenia Bulletin*, 32(1), 179-194.
- Sobin, C. ve Sackeim, H. A. (1997). Psychomotor symptoms of depression. *American Journal of Psychiatry*, 154(1), 4-17.
- Stassen, H. H., Kuny, S. ve Hell, D. (1998). The speech analysis approach to determining onset of improvement under antidepressants. *European Neuropsychopharmacology*, 8(4), 303-310.
- Sumali, B., Mitsukura, Y., Liang, K. C., Yoshimura, M., Kitazawa, M., ... Kishimoto, T. (2020). Speech quality feature analysis for classification of depression and dementia patients. *Sensors*, 20(12), 3599.
- Szabadi, E., Bradshaw, C. M. ve Besson, J. A. O. (1976). Elongation of pause-time in speech: A simple, objective measure of motor retardation in depression. *The British Journal of Psychiatry*, 129(6), 592-597.
- Tahir, Y., Yang, Z., Chakraborty, D., Thalmann, N., Thalmann, D., ... Dauwels, J. (2019). Non-verbal speech cues as objective measures for negative symptoms in patients with schizophrenia. *PLoS One*, 14(4), e0214314.
- Teasdale, J. D., Fogarty, S. J. ve Williams, J. M. G. (1980). Speech rate as a measure of short-term variation in depression. *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(3), 271-278.
- Tolentino, J. C. ve Schmidt, S. L. (2018). DSM-5 criteria and depression severity: Implications for clinical practice. *Frontiers in Psychiatry*, 9, 450.
- Tolkmitt, F., Helfrich, H., Standke, R. ve Scherer, K. R. (1982). Vocal indicators of psychiatric treatment effects in depressives and schizophrenics. *Journal of Communication Disorders*, 15(3), 209-222.
- Valstar, M., Schuller, B., Smith, K., Almaev, T., Eyben, F., ... Pantic, M. (2014, November). *Avec 2014: 3d dimensional affect and depression recognition challenge*. In Proceedings of the 4th international workshop on audio/visual emotion challenge (pp. 3-10).
- Valstar, M., Schuller, B., Smith, K., Eyben, F., Jiang, B., ... Pantic, M. (2013, October). *Avec 2013: The continuous audio/visual emotion and depression recognition challenge*. In Proceedings of the 3rd ACM international workshop on Audio/visual emotion challenge (pp. 3-10).

- Vanello, N., Guidi, A., Gentili, C., Werner, S., Bertschy, G., ... Scilingo, E. P. (2012, September). *Speech analysis for mood state characterization in bipolar patients*. In 2012 annual international conference of the IEEE Engineering in Medicine and Biology Society (pp. 2104-2107). IEEE.
- Ververidis, D. ve Kotropoulos, C. (2006). Emotional speech recognition: Resources, features, and methods. *Speech Communication*, 48(9), 1162-1181.
- Vigo, D., Thornicroft, G. ve Atun, R. (2016). Estimating the true global burden of mental illness. *The Lancet Psychiatry*, 3(2), 171-178.
- Vos, T., Barber, R. M., Bell, B., Bertozzi-Villa, A., Biryukov, S., ... Brugha, T. S. (2015). Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 301 acute and chronic diseases and injuries in 188 countries, 1990-2013: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *The Lancet*, 386(9995), 743-800.
- Weeks, J. W., Lee, C. Y., Reilly, A. R., Howell, A. N., France, C., ... Bush, A. (2012). The sound of fear: Assessing vocal fundamental frequency as a physiological indicator of social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(8), 811-822.
- Weeks, J. W., Srivastav, A., Howell, A. N. ve Menatti, A. R. (2016). Speaking more than words: Classifying men with social anxiety disorder via vocal acoustic analyses of diagnostic interviews. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(1), 30-41.
- Williamson, J. R., Quatieri, T. F., Helfer, B. S., Horwitz, R., Yu, B. ve Mehta, D. D. (2013, October). *Vocal biomarkers of depression based on motor incoordination*. In Proceedings of the 3rd ACM international workshop on audio/visual emotion challenge (pp. 41-48).
- Yamamoto, M., Takamiya, A., Sawada, K., Yoshimura, M., Kitazawa, M., ... Kishimoto, T. (2020). Using speech recognition technology to investigate the association between timing-related speech features and depression severity. *PloS One*, 15(9), e0238726.
- Yang, Y., Fairbairn, C. ve Cohn, J. F. (2012). Detecting depression severity from vocal prosody. *IEEE Transactions on Affective Computing*, 4(2), 142-150.
- Zhang, J., Pan, Z., Gui, C., Xue, T., Lin, Y., ... Cui, D. (2018). Analysis on speech signal features of manic patients. *Journal of Psychiatric Research*, 98, 59-63.



Subliminal Uyarıcıların Nöropsikolojisi

Nursen DOĞAN¹ , Ayfer HATIPOĞLU² , Muratcan KESKİNER³ ,
Sultan TARLACI⁴ 

Makalenin

Geliş Tarihi:

11.08.2022

Kabul Tarihi:

07.12.2022

Yayın Tarihi:

29.12.2022

Atf/Citation:

Doğan, N., Hatipoğlu, A., Keskiner, M. ve Tarlacı, S. (2022). Subliminal uyarıcıların nöropsikolojisi. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 217-243.

ÖZ

Latince kökenli olan subliminal kavramı “eşik altında” anlamına gelmektedir. Bilinç, insanın farkındalık alanı olarak kabul edilmekte ve subliminal kelimesi bilinçliliğin ötesinde, bilincin sınırları dışındaki durumları ifade etmek için kullanılmaktadır. Subliminal mesaj, bilinçli olarak algılanamayacak ve işlenemeyecek düzeydeki eşikaltı uyarıcılar yoluyla iletilen mesajlar olarak tanımlanmaktadır. Subliminal uyarıcıların insan davranış, duyu ve tutumlarına etkisi bilimin farklı dallarında uzun yıllar tartışılmaktadır. Ancak günümüzde gelişen teknoloji, nörogörüntüleme araçları, yurt içi ve yurt dışında yapılan deneysel çalışmalar ile doğrudan etkilemese bile hazırlayıcı bir etki oluşturduğu kanıtlanmıştır. Bununla birlikte beyin tarafından ne kadar işlendiği ve bireylere etkisinin ne yönde ve ne kadar kalıcılıkta olduğu, bir kişinin siyasi tercih ya da tüketim tercihlerini ne derede belirleyebileceği soruları artık cevabı aranan diğer sorular haline gelmiştir. “Subliminal Uyarıcıların Nöropsikolojisi” başlıklı çalışmada subliminal uyarıcıların insanın davranış, duygudurum ve karar mekanizması üzerindeki etkileri, nöral süreçleri örnek araştırmalar eşliğinde ele almak amaçlanmıştır. Gerçekleştirilen çalışmalardan hareketle subliminal mesajların özellikle beynin duyu, algı, karar verme bölgeleri ile ilgili nöral mekanizmaları aktive ettiği, bu yollarla da doğrudan etkilemese bile sonraki duygusal ve davranışsal eğilimlere yön vermede etkili olduğu vurgulanmıştır. Bilinç düzeyinde farkında olunmayan subliminal uyarıların, duygusal tepkiler ve duyu-durum üzerinde potansiyel bir repertuar oluşturarak dolaylı yoldan hazırlayıcı bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Hatta bu etkinin karar verme, seçim yapma davranışlarını da yönlendirebileceği, böylece tüketim alışkanlıkları ve siyasi tercihler de dâhil olmak üzere birçok alanda bireylerde belirlenmiş hedef doğrultusunda eğilim oluşturabileceği çoğu çalışmada vurgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Subliminal Uyarıcı, Bilinç, Bilinç Dışı, Örtük Bellek, Nörobilim

¹Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye, nursenadem05@gmail.com

²Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye, ayferhatipoglu@hotmail.com

³Psikoloji Doktorantı, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye, m.keskiner@iku.edu.tr

⁴Prof. Dr., Üsküdar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Nöroloji Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye, sultan.tarlaci@uskudar.edu.tr

Neuropsychology of Subliminal Stimuli

ABSTRACT

The term “subliminal”, which is of Latin origin, means below the threshold. Conscious is considered as one’s realm of awareness and the word “subliminal” is used to express the states beyond the limits of conscious and of consciousness. A subliminal message is defined as the messages that are conveyed through threshold stimuli which cannot be consciously perceived and processed. The effect of subliminal stimuli on human behavior, mood and attitude has been discussed in the different branches of science for years. It, however, has been proved that it creates a preparatory effect even if it does not directly affect with today’s developing technology, neuro-imaging devices, and experimental studies conducted in Turkey and abroad. Besides, the questions like “how much it is processed by the brain”, “to what extent it affects the individuals and how permanent it is” and “to what extent it determines one’s political and consumption preferences” have now become the questions to be answered. In the study entitled “Neuropsychology of Subliminal Stimuli”, it has been aimed to handle the effects of subliminal stimuli on human behavior, mood and decision mechanism and neural processes with sample studies. Based on the studies carried out, it has been pointed out that subliminal stimuli activate the neural mechanism especially related to mood, perception, and decision-making regions of the brain, and in doing so, even if they do not have a direct effect, they are effective in directing the subsequent emotional and behavioral tendencies. It has been determined that unconscious subliminal stimuli on the conscious level, indirectly, have a preparatory effect by creating a potential repertoire on emotional reactions and mood. It has even been stated in many studies that this effect can direct decision making and choice making behaviors and it, thus, can create a tendency for the individuals towards the defined target including consumption habits and political preferences.

Keywords: Subliminal Stimulus, Conscious, Unconscious, Implicit Memory, Neuroscience

Sorumlu Yazar:

Nursen DOĞAN

Erzincan Sürekli Eğitim Merkezi, Erzincan, Türkiye, nursenadem05@gmail.com

“Bir ben vardır bende benden içeri”

Yunus Emre

GİRİŞ

İnsanlar yüzyıllardır diğer insanları ve toplumu belirli hedefler doğrultusunda yönlendirmek için çeşitli yollar, teknikler kullanmaktadır. Teknolojik gelişmeler ile bu yollar farklılaşmakta, çeşitlenmekte zaman içerisinde de bunlara yenileri eklenmektedir. Bu tekniklerden biri olarak düşünülen subliminal uyarıcıların farklı formları ve birey üzerindeki etkilerine yönelik tartışmalar 19. yüzyıl sonlarına doğru ele alınmıştır. Bu alanda gerçekleştirilen tartışmalar bu yöntem ve tekniklerin ne kadar etkili olabileceği, davranışları ne ölçüde şekillendirebileceği veya yönlendirebileceği konuları üzerine yoğunlaşmaktadır. Bunla birlikte özellikle son zamanlarda yurt dışı ve yurt içinde gerçekleştirilen araştırmalarla subliminal uyarıcıların etkilerine yönelik akademik dünyada var olan ön yargılı bakış açısı ciddi şekilde değişmiştir (Darıcı, 2012).

Belirli bir algı eşliğinin altında verilen uyarılarla karakterize edilen subliminal kavramının kökü, Latincedeki “sub” ve “limen” kelimelerinin birleşimine dayanmaktadır. Sub kelimesi “alt”, “aşağı” anlamına gelirken limen kelimesi “eşik” anlamına gelmektedir. Bu sebeple literatürde eşikaltı, bilinç dışı vb. şekillerde de karşımıza çıkabilmektedir (Sur, 2015). Bilinç, döl yatağındaki bebeğin bazı uyarıcıları duyumsamasıyla başlayan, yaşamın son noktasında biten bir farkındalık eylemidir. Bireyin benliğinin, iç dünyasının yanında dış dünyadaki her varlığı ve kavramı anlamasını, yorumlamasını sağlayan temelini nörolojik aktivitelerden alan faaliyetlerin tümü olarak tanımlanmaktadır (Sağlam, 1997). Aslında bilinç diğer canlılardan farklı olarak insanın kendinin ve çevresinin farkında olması olarak betimlenebilmektedir. Bilinç dışı ise belirli bir çaba neticesinde bilinç düzeyine çıkarılabilen, bilinç düzeyinin altında yer alan materyal ve süreçlerin yer aldığı kısma verilen isimdir (Karaca, 2010). Bilinç dışı algılatma yöntemi ise bireyin düşüncesini, duygularını ve davranışlarını; bilinç düzeyinde algılayamayacağı uyarıcılar/mesajlar yoluyla değiştirmeyi hedefler (Weber, 2010). Eraslan’a (2020) göre subliminal mesaj, normal insan algısının fark etmesi çok zor olan, görsel, işitsel olarak bilinçli değil bilinç dışı düzeyde algılanan, insan algısının limitlerinin altında kalan, o anda fark edilmemek üzere tasarlanmış mesajlardır. Bu mesajlar bilinçli farkındalık oluşmadan örtük bellek alanına depolanmakta ve kişi bu sürecin farkında olmamaktadır. Örtük bellek, bireyin geçmiş deneyimlerini bilinçli olarak hatırlamasını gerektirmeyen, yaşantıların çok çaba gerektirmeden otomatik bir biçimde geriye getirildiği bellek alanıdır. Örtük bellek bilinçli yönelimden uzaktır ve depolama doğrudan yollarla yapılmaz (Karabekiroğlu ve ark., 2005). Bu sebeple örtük bellek performansını değerlendirmek amacıyla kelime kökü tamamlama (KKT), kelime parçası tamamlama ve anagram çözme gibi görevler kullanılmaktadır (Graf ve Schacter, 1985; Özkol ve Pakyürek, 2021).

1. Çalışmanın Amacı ve Önemi

İnsan sosyal bir varlıktır ve bu sosyal yapı içinde var olmasını sağlayan birtakım iletişim araçları vardır. Bireyler günlük hayatlarında bu araçları aktif bir biçimde kullanmaktadır. Bu araçların birçoğu farklı psikolojik, kültürel, toplumsal ipuçlarını kullanarak bireyleri dolaylı olarak “etkileme” “yönlendirme” amacı gütmektedir. Toplumdaki insanların sosyal hayata

katılmak için kullandığı kitle iletişim araçları, bu ipuçlarını örneğin; bir markanın sembolünü bilinçli farkındalığı harekete geçirmeyecek düzeyde ekranda kullanması gibi, beyne taşıyıp içsel duyguları uyandırmak ve belirli motivasyonlar oluşturmak için bilinç dışı mesajlar kullanılabilir. Çalışmanın amacı, bu etkinin farklı boyutlarını ve düzeyini bu konuda gerçekleştirilmiş araştırmaların sonuçları açısından incelemek, subliminal uyarıcıları psikoloji, sinirbilim, sosyal psikoloji alanında yapılan çalışmalar açısından irdelemek, böylece subliminal uyarıcı kavramını daha bütüncül açıdan, ilişkisel bir boyutla ortaya koymaktır. Bunun yanı sıra farklı çalışmalarda sonuçlar incelenerek eğitim ve sağlık gibi alanlarda, olumlu duygu, örtük bellek fonksiyonları, istedik toplumsal eğilimler oluşturma gibi işlevlerle bu uyarıcıların, pozitif etkiler için kullanımına yönelik uygulamalara da ışık tutmak amaçlanmıştır. Bu kapsamdaki gözden geçirme çalışması ile alanyazına farklı bir boyutla katkıda bulunulacağı ve subliminal uyarıcılar hakkında hala cevapları aranan tartışmalı konulardaki belirsizlikler için yeni çalışmalara esin kaynağı olacağı düşünülmektedir.

2. Yöntem

“Subliminal Uyarıcıların Nöropsikolojisi” başlıklı çalışma, bu konuda gerçekleştirilen araştırmaların gözden geçirilmesiyle oluşturulmuş bir derleme makalesidir. Derleme yöntemi, belirli bir konuda yapılmış iki veya daha çok araştırmanın üzerinde inceleme yaparak bulguları, sonuçları ve değerlendirmeleri sentezleyen çalışmalardır (Burns ve Grove, 2009; Gerrish ve Lacey, 2010). Araştırma, bir çalışma problemi yerine konu başlığını ele alıyorsa ortaya çıkan çalışma bir derleme olarak betimlenmektedir. Aslında derlemeler daha önceden gerçekleştirilmiş araştırmaların, yazarın/yazarların birikimleri doğrultusunda ilişkilendirilmesidir (Karamustafaoğlu ve ark., 2017). Subliminal uyarıcıların nörolojik ve psikolojik etkilerini inceleyen araştırmalara ulaşabilmek için ProQuest Central, EBSCO, ScienceDirect, PubMed, Google Scholar, ResearchGate veri tabanlarından bilinç, bilinç dışı, subliminal uyarıcı, örtük bellek anahtar kelimeleri kullanılmıştır. Tarama sonucunda 400 makaleye ulaşılmış ve 106 makale bu çalışmaya dahil edilmiştir. Dahil edilme kriteri olarak; makalenin subliminal mesajların psikolojik, nörolojik etkileri ile ilgili bilgi verici olması (çalışmada yer verilen makalelerin psikoloji, psikiyatri, nöroloji alanlarında bu konuda yapılmış deneysel çalışmalar olmasına dikkat edilmiştir) ve hakemli bir dergide yayınlanmış olması belirlenmiştir. Ayrıca subliminal uyarıcılar ile ilgili araştırmalarıyla öne çıkan kuramcılara ait kitaplar incelenmiş, ilgili tanımlar ve farklı alanlardaki çalışmalar ve süreç içerisinde uğradığı değişikliklerle birlikte ortaya konulmuştur. Böylece subliminal uyarıcı konusu nörolojik, psikolojik açıdan irdelemiş ve bireylerin duygu ve yönelimlerine etkisi ortaya konmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda sırayla, bilinç-bilinç dışı, subliminal mesaj, örtük bellek kavramları, subliminal uyarıcıların nörolojik temelleri ve bireylerin duygudurumuna, davranışlarına ve karar vermeye etkisi, incelenmiştir.

3. Bilinç ve Bilinç Dışı

Bilinç kavramı farklı disiplinlerde tanımlanmıştır. Bu tanımlar, alanların bakış açısına göre içerik olarak çeşitlenmekte ve değişmektedir. Günümüz için güncel bir bilinç tanımı; farkındalık, uyanıklık, bireyin kendine gelen içsel ve dışsal uyarıcılarının farkında olması ve onlara uygun eylemsel /dilsel reaksiyonları göstermesi olarak verilebilir (Tarlacı, 2021). Bu kavrama anatomik açıdan yaklaşıldığında farkındalık işlevi beyin kabuğunun, uyanıklık işlevi

ise beyin sap kısmının üstlendiği bir görev olmaktadır (Tuna, 2007). Duygularımız, yapabileceğimiz şeyler, yeterliklerimiz, hislerimiz, duyduklarımız, tattıklarımız beynin farklı bölgeleri tarafından işlenir. Örneğin, frontal lob (ön beyin) düşünme merkezimiz olup plan yapma, problem çözme, karar verme, yorumlama gibi işlevleri yönetmektedir (Ögel, 2020).

Bilinç; döl yatağındaki bebeğin bazı uyarıcıları duyumsamasıyla başlayan, yaşamın son noktasında biten bir farkındalık eylemidir. Bireyin benliğinin, iç dünyasının yanında dış dünyadaki her varlığı ve kavramı anlamasını, yorumlamasını sağlayan temelini nörolojik aktivitelerden alan faaliyetlerin tümü olarak tanımlanmaktadır (Sağlam, 1997). Aslında bilinç diğer canlılardan farklı olarak düşüncelerimizi, duygularımızı, anlamamız, yorumlamamız; bedenimizde, çevrede oluşan olayları duyumsamamız ve buna uygun tepkide bulunmamızı içeren bir farkındalık sürecidir. Bilinç, insan davranışlarını anlamaya yönelmiş birçok yaklaşım tarafından incelenmiştir. Örneğin; psikanalitik teoriye göre, kişinin belirli bir anda farkında olduğu şeylerin tamamını kapsayan bir ruh durumudur (Budak, 2003). Freud'a (1963) göre bilinç, ruhsal yapımızın doğrudan farkında olduğu tek düzeydir (İnanç ve Yerlikaya, 2012). Bilinç dışı ise kişinin bilincinde olmadığı ama davranışlarını etkileyen ruhsal bir durumdur. Düşüncelerimizin büyük bir kısmı ve psikanalitik bakış açısına göre en önemli kısmı bilinç dışı nda bulunur. Buradaki bilgi ve düşünceler olağan dışı koşullar hariç bilinç düzeyine erişemezler ancak davranış ve düşüncelerimizi etkilerler (Burger, 2006). Psikanalitik yaklaşımda bizim içimizde yaşayan bizim fark etmediğimiz bir benlik yapısı tanımlanmıştır. Bu benlik biz fark etmeden bizi yönlendirmekte ve seçim ve davranışlarımıza etki etmektedir. Farkındalık dışındaki bu alana daha farklı, toplumsal ve kültürel boyutla yaklaşan Jung'a (1992) göre ise bilinç dışı yalnızca unutmak istediğimiz hoş karşılanmayan çocuksu ve vahşice olan duyguların alanı değildir. Bilinç dışı yaratıcıdır. Kişisel ve kolektif bilinç dışı olarak iki farklı alandan oluşur. Kişisel bilinç dışımız bastırılmış ya da unutulmuş farklı anılara ev sahipliği yaparken kolektif bilinç dışı tür olarak insanoğlunun deneyimlerinin dağarcığı ve her insanın sahip olduğu ruhsal eğilimlerdir. Aslında bir yönüyle bizden önceki atalarımızın kuşaklar boyunca deneyimlediği ve kalıtsal yollarla bize aktardığı kültürel bir miras olarak adlandırılabilir (Corey, 2007). Bu teorinin temelinde belirli imge ve simgelerin farklı kültür ve toplumlarda sürekli tekrarlanması fikri yatmaktadır. Belirli ilkesel imgeler tarihte var olmuş bütün toplumlarda sanat, folklor, mitoloji vb. gibi alanlarda karşımıza benzer şekilde çıktığını savunarak bu ilkesel sembol ve izlerin genetik kültürel miraslarımız yani kolektif bilinç dışımız olduğunu vurgulamaktadır (Burger, 2006).

Zihnin saklı bölgelerinde bizden bağımsız bir biçimde çalışan, eğilim ve tercihlerimizi yönlendiren bu miraslar sosyal uyum davranışlarımız, kaygı ve korkularımızın da bilinç dışındaki izlerini taşımaktadırlar. Bu konu ile bağlantılı sayılabilecek birçok çalışma mevcuttur. Özellikle kamusal ve başkalarının olduğu alanlarda bireylerin aynen atalarımızın mağaralarda barınması gibi açık alanlar yerine duvar kenarlarını, arka bölümleri tercih ettiği vurgulanmıştır (Eyüboğlu ve Zorlu, 2021; Mumcu, 2002; Yıldırım ve ark., 2007).

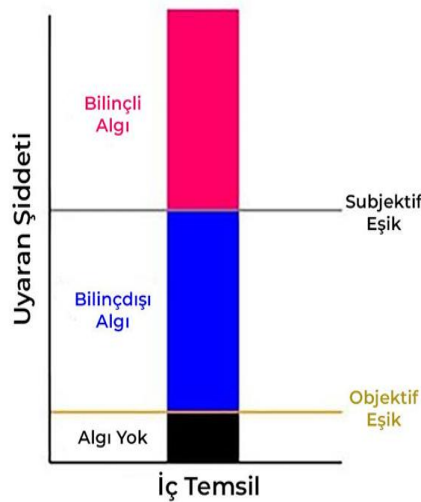
Bilinç ve bilinç dışı kavramına hümanistik teori de farklı bir boyut ile yaklaşmaktadır. Hümanistik psikolojide algı, farkındalık ve bilinçlilik neredeyse eş anlamda kullanmıştır ve psikanalitik yaklaşımdan farklı olarak insanların yaşantılarını ve seçimlerini istediği yönde yöneltebileceği yönünde bir bakış açısı kullanmıştır (Nelson-Jones, 1982). Başka bir açıdan nörobilim açısından yaklaşıldığında bilinç dışı geçmiş yaşantı bastırılmış duygular dışında

kalbimizin atması, soluk almanız, dolaşım sistemimiz, sindirim sisteminiz gibi hayati çok önemli işlevleri de üstlenmektedir. Vücudumuzun ve hem de zihnimizin önemli süreçlerinden sorumludur. Her türlü duygusal, bilişsel, eylemsel deneyimlerinizden kişileri, durumları hafıza depomuzdan getirir böylece uygun tepki vermemize yol gösterir (Murphy, 1963). Yani günlük hayatımızın nerdeyse %90'ını kontrol etmektedir. Bilinç dışı halimiz bilinçli halimizden çok daha güçlüdür. Çocukluktan beri oluşturduğumuz bilinç dışımız, otomatik olarak bizi yönetir ve kendindeki materyalleri kullanarak bizi kontrol eder. Bilinç günlük yaşamda çok az devreye girer (Tarlacı, 2021). Ancak yeni durumlarla karşılaşıldığında bir şeye aktif biçimde yöneldiğimizde, bir şeye dikkatimizi verdiğimizde veya yeni bir şey öğrenirken bilinç alanı aktif olmaktadır. Seçici algıyı yönelterek bir uyarıyı aldığımız ve yorumladığımız zaman bilinçli farkındalık oluşmaktadır.

Özetle bilinç, bireyin kendisinin ve çevresinin farkında olmasıdır. Bu temelde kullanılan bilinç kavramının muhtevası birçok yaklaşım ve disiplin açısından duyumsal, bilişsel veya algısaldır. Bu süreç, dış ve iç dünyayı ve bunlardan gelen verileri duyumsayarak başlamaktadır. Duyum süreci; ağrı, sıcak, soğuk, kasılma gibi duyu organlarımızla gördüğümüz, işittiğimiz, kokladığımız, her şeyi içermektedir (Zeman, 2006). Algılama ise bu duyuların anlaşılması sürecidir. Duyu organlarımıza gelen parça parça verileri bütünleştirmek geçmiş bilgilerle ilişkilendirmek, organize etmek ve böylece dış dünyayı anlamak yorumlamak olarak tanımlanabilir (Atkinson ve ark., 2010; Cüceloğlu, 1991). Buradan hareketle soğuk ve ıslak olan bir duyumu yağmur; dikdörtgen büyük cisim bir ev olarak yorumlamak yani algılamak, dünyayı bizim için daha anlamlı ve anlaşılır hale getirmektedir. Ancak yağmur biri için kasvet olarak anlamlandırılırken başka biri için romantizm olarak yorumlanabilir (Morgan, 2009). Yani algılama öznel süreçlerden etkilenmektedir.

4. Duyum, Algı ve Eşik

İnsan beyni ve duyu organlarımız uyarıların çok sınırlı bir kısmını işleyerek algılayabilmektedir. Çünkü algılama sürecinin başlayabilmesi için duyu organlarına gelen verilerin belirli bir düzey, şiddet ya da sürenin üstünde/altında olması gerekmektedir.



Şekil 1. Objektif/Subjektif Eşik (evrimagaci.org, 2019)

Bir uyarının gerçek anlamda bir uyarı olabilmesi, hücreyi hareket potansiyeline geçirebilmesi ve organizma tarafından algılanabilmesi için belli bir şiddette (genellikle 45 mili volt) ve enerji

yoğunluğunda olması ayrıca belirli bir süre de devam etmesi gerekmektedir (Morris, 2002; Öktem, 2013). Bu asgari şiddet, “algı mutlak eşiği” olarak tanımlanmaktadır. MIT nörobilimcileri daha önce görsel algı konusunda gerçekleştirilen çalışmaları bir adım öteye taşıyarak beynin görülen görüntüleri 13 milisaniye kadar kısa bir sürede tanımlayabildiğini bulmuşlardır (Potter ve ark., 2014). Dolayısıyla insan beyninin herhangi bir görsel mesajı işleyebilmesi için ona en az 13 milisaniyelik bir süreyle maruz kalması gerekmektedir. Subliminal mesajlar ise bu süreden daha kısa bir zamanda gösterilen iletilerdir. Bu nedenle bilincin ya da farkındalığın dışında kalırlar. Bu durumda bireyin mesaja olan tepkisi ya da davranışı, bilincin yorumu doğrultusunda değil beynin algıladığı mesaj doğrultusunda olacaktır. Ancak yine de araştırmalar bir uyarının bilinç dışı olması için ne kadar bir süreyle sunulması gerektiği konusunda herkes için geçerli evrensel bir mutlak bir eşik olmadığına; bunun uyarının özelliğine, kişiden kişiye ve hatta aynı kişinin farklı koşullardaki hallerine bağlı olarak değişebileceğine işaret etmektedir (Erdelyi, 2004; McCulloch ve Smith, 2012).

Duyu organlarına giren uyarılar bilgisayarlarda kullanılan bit tanımlamasıyla temsil edilebilirler. Duyusal organlarımızda girdi, saniyede yaklaşık olarak 109-1013 bit civarındadır. Görme duyusu saniyede 100 milyon bit, işitme 30.000 bit alır. Konuşma ile saniyede 10.000 bit çıktı üretebiliriz. Ancak bu duyusal girdilerin tamamı organizma tarafından işlenmez ve bilinç düzeyine ulaşmaz, bu girdilerden sadece 30 bit/saniye bilincimize ulaşmaktadır. Bu duruma “bilinçli olarak algıladığımız veri oranı” denir. Bu bilgilerden yola çıkarak bilincin, beynin bilgiyi işleme gücünün her yüz milyarının bir parçasından çok daha azını temsil ettiği belirtilebilir. Yani uyarıların çoğu biz fark etmeden bilinç dışına ulaşmaktadır (Tarlacı, 2021). Biz dikkatimizi ve seçici algımızı yöneltsek de yöneltmesek de beyin evrimsel görevi olan uyarıyı alma, işleme, depolama işlevini yerine getirmektedir. Bu işlevi duyu organları ile gerçekleştirmekte ve saf duyusal verileri işleme süreciyle anlamlandırmakta ve organizma buna göre de reaksiyonda bulunmaktadır. Uyarıcının şiddeti düşük ya da uyarıcıya maruz kalma süresi kısa olduğunda nörofizyolojik olan duyumsal süreç gerçekleşse de belirli bir eşik seviyesinde olmadığı için bilinçli algılama süreci oluşmamaktadır. Bu durumda öznel farkındalık oluşmasa da beyne ulaşan imgesel, dilsel uyarılara beynin cevap verme potansiyeli oluşabilir (Çoksan, 2019). Ancak alınan mesajlar bireylerce geçmiş yaşantıları, toplumsal, kültürel, törel geçmişi, içinde buldukları psikolojik ve sosyal bağlamsal faktörler dikkate alınarak değerlendirilmektedir. Bu anlamda algılama sürecinde bilinç süreçleri de bilinç dışı süreçleri de çalışmaktadır. Bu sebeple de farklı toplumsal yapılarda yetişen bireyler, hatta aynı toplumda yetişen farklı bireyler ve hatta aynı birey farklı zamanlarda aynı mesajı farklı biçimde yorumlayabilmektedir.

5. Eşikaltı (Subliminal) Mesajlar

Duyu organlarının fark eşiğine ulaşamadığı yani belirli bir şiddetin altında ya da üstünde kalarak alıcı hücreyi uyarmaya yetmeyen ve bu nedenle de bilinçli bir duyuma sebep olmayan uyarılar, “subliminal” olarak tanımlanmaktadır (Darıcı, 2019). Subliminal, bilinçliliğin ötesinde, bilincin sınırları dışındaki şeyleri ifade etmek için kullanılan bir kavramdır (Sığınç ve Koç, 2017). Subliminal mesaj ise bilinçli olarak algılanamayacak ve işlenemeyecek düzeydeki eşikaltı uyarıcılar yoluyla iletilen mesajları kapsamaktadır. (Abric, 2002; Darıcı, 2019). Bu mesajlar, bireylerin algılayabileceği en düşük görsel, işitsel vb. uyarıcıların düzeyini tarif etmek

için kullanılan mutlak eşğin altında yer alırlar. Bu nedenle subliminal mesajlar bilinçli bir çaba gösterilse de tespit edilememektedir. Subliminal mesajın algılanması da uyarıcısına verilen tepki de bilinç dışında gerçekleşir. Ancak bilinçli olarak ayırt edilemese de beyin tarafından algılanmaktadır (Darıcı, 2015). Çünkü bu uyarılar bilinçli farkındalığı başlatmak için yeterli olmasa da duyu organları tarafından beyne iletilmekte, beyinde işlenmekte ve uyarılara cevap verme potansiyeli veya davranışsal repertuvar hazırlama etkisi gerçekleştirmektedir (Çoksan, 2019; Köylüoğlu ve ark., 2018). Kouider ve Dehaene (2007), fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme yöntemiyle yaptıkları çalışmada, bilinç seviyesinde algılanamayan ama bilinç dışı düzeyde algılanan uyarıcıların algısal, leksikal ve semantik süreçler üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu algılama türü Jacobs ve Sack (2012), tarafından bilinç dışı algılama olarak tanımlanmıştır.

Bu noktada bilinç dışı algılamada önemli koşul subliminal uyarının bilinçli olarak fark edilmemesi ve otomatik olarak kayıtlanarak algılanmasıdır (Darıcı, 2015). Bireyin subliminal uyarılar sonucunda bilincinde olmadan geliştirdiği bu zihinsel süreçler de duygudurum ve eğilimleri etkileyerek onlara yön verebilmektedir (Sığınç ve Koç, 2017). Aslında bilinç dışı algılamada asıl önemli faktör uyarının eşikaltı veya eşiküstü olması fark etmeksizin bilinçli olarak fark edilememesidir (Darıcı, 2020).

American Psychological Association (APA) psikoloji sözlüğüne göre subliminal algı; farkındalık seviyesinin altındaki özellikle de bir bireyin bilinçli olarak algılayamayacağı kadar zayıf (veya çok hızlı) uyarıların kaydedilmesidir. İnsanların bilinç dışı mesajlara gerçekten tepki verip vermeyecekleri ve bilinç dışı komut ya da mesajların insanların davranışlarını etkilemesinin mümkün olup olmadığı konusundaki tartışmalar hala sürmekle beraber mevcut araştırma sonuçları subliminal mesajların doğrudan davranışı etkileyebileceğine ancak sonraki yanıtları hazırlamada etkili olabileceğine işaret etmektedir (American Psychological Association [APA], 2022). Diğer bir deyişle güncel veriler subliminal mesajlarla insanların normalde yapmayacakları şeyleri yapmaları olarak tanımlanabilecek “beyin yıkama olayının” mümkün olmadığını; bu tür mesajların yalnızca davranışsal eğilimi artırabileceğini göstermektedir. Buna rağmen bilinç dışı reklam uygulaması sırasıyla Birleşik Krallık, Avustralya ve ardından Amerika’da yasaklanmıştır. 1800’lü yıllarda başlayan subliminal algı çalışmaları önceleri “Bir şeyin bilinçli olarak fark edilmeden algılanması mümkün müdür?” sorusunu cevaplamaya çalışırken; günümüzde “İnsanların bilinçli farkındalıkları olmadan subliminal mesajlarla etkilenmeleri ya da manipüle edilmeleri mümkün müdür?” sorusunu cevaplamaya çalışmaktadır. “Bilinçli ve bilinç dışı algılama süreçleri birbirinden farklı mıdır?” ve “Bu iki sürecin insanlar üzerinde farklı etkileri var mıdır?” soruları da bu alanda yanıt aranan diğer sorulardır. Örneğin Churchland (2012), akıl bilinç, zihin etkinliklerinin beynin nöral sistemiyle ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Ancak subliminal deneyimlerin; beynin bilinçli sorun çözmesini etkilediğini, kişinin aynı anda her birine dikkat harcamasa bile birçok karmaşık etkinliği birlikte sürdürebildiğini bir başka çalışmada dile getirmiştir (Churchland, 2020). Dolayısıyla şu ana kadar subliminal algı diye bir olgunun var olduğu yapılan araştırmalarla açıkça gösterilmiştir. Artık cevabı aranan sorularsa mesajların beyin tarafından ne kadar işlenebildiği sonuç olarak insanların davranış, tutum ve yargılarını ne ölçüde etkileyebildiğidir. Bu gerekçe ile çalışmanın ilerleyen bölümlerinde subliminal uyarıcılara maruz kalan bireylerin bu verileri kaydettiği alan olarak düşünülen örtük bellek, subliminal uyarıcıların beyin

tarafından işleme sürecini daha iyi anlayabilmek için bu konuda gerçekleştirilen nörobilimsel çalışmalar, ardından eşikaltı mesajların duygudurum, davranış, karar vermeye etkisini inceleyen çalışmalara yer verilecektir.

6. Açık ve Örtük Bellek

Günümüzde bellek, bilişsel sistemin en önemli bileşenlerinden biridir ve bir süreç olarak bellek, geçmiş yaşantıların saklanması, geriye çağırılmasından sorumlu dinamik bir yapıya atıfta bulunmak için kullanılır (Sayar, 2011). Graf ve Schacter tarafından 1985 yılında öne sürülen modele göre bellek, örtük ve açık olmak üzere ikiye ayrılabilir. Hem açık bellek hem de örtük bellek uzun süreli belleğin kapsamına girse de şartlanma, öncülleme, prosedürel bellek, sosyal biliş ve bilinç öncesi olguları karşımıza örtük bellekte çıkmaktadır. Örtük bellek, farkında olmaksızın uzun süreli belleğe kaydedilmiş bilgilerin veya deneyimlerin, gene bilinçsiz bir şekilde ve otomatik olarak geri getirilmesi sonucu bir davranışa etki ettiği durumlardan sorumludur.

Kimi araştırmacılar örtük bellek yerine farkındalık dışı bellek (Jacoby ve Witherspoon, 1982) gibi farklı kavramlar kullansa da benzer bir olguyu açıklamaya çalışmışlardır. Açık bellek ise olaysal ve anlamsal bilginin depolanmasından sorumludur. Açık bellek bilinçli bir erişim ile gerçekleşirken örtük bellekte yer alan bilgilere bilinçli bir erişimin gerekmemesi aslında iki bellek türü arasındaki en önemli farklardan biri olmaktadır (Oulasvirta, 2004). Açık bellekte farkındalık olduğu için bilmek, hatırlamak, tanımak mümkündür. Örtük bellek ise bilinçli yönelim olmadığı için hatırlamaktan ziyade “hazırlamak (priming)” olarak adlandırılan durum geçerlidir (Akdemir ve ark., 2007). Alanyazında açık bellek ile ilgili birçok çalışma gerçekleştirilmiştir ancak örtük bellek çalışmaları özellikle son zamanlarda artmaya başlamıştır (Cangöz, 2002; Cangöz ve Ateşkan, 2003; Özkol ve Pakyürek, 2021). Bilişsel olarak hazır hale getirme veya öncülleme (priming), örtük bellek çalışmalarında en çok araştırılan konulardandır (Akdemir ve ark., 2007). Öncülleme, farkındalık gerektirmeden otomatik olarak gerçekleşir. Aynı uyarıcı ile tekrar tekrar karşılaşma direkt öncüllemeyi, benzer uyarıcı ile tekrar tekrar karşılaşma ise dolaylı öncüllemeyi ifade eder (Tulving ve Schacter, 1990). Öncülleme yönteminde bilgi, kişinin öğrenmeye dair ortada bir gayesi ve çabası olmamasına rağmen belleğe kaydedilir (Hicks ve ark., 2018). Örtük bellek genellikle öncülleme veya hazırlamaya dayalı bellek görevleri ya da testleri kullanılarak tespit edilir/ölçülür. Anagram çözme, kelime parçası tanımlama, kelime kökü tanımlama ve kelime teşhis etme bu testlerden bazılarıdır (Tavat, 2001). Bu bilgilerden yola çıkıldığında subliminal mesajların bireylerin farkındalığı dışında tekrar tekrar verilmesi ve sonrasında davranış repertuarı oluşturması, örtük bellek üzerindeki etkisini işaret etmektedir. Birey, farkında olmadan öncülleme ile subliminal mesajı örtük belleğine kaydetmekte ve sonraki zamanlarda bilinçli bir farkındalık olmadan bu mesajı geri getirerek çeşitli davranışlarında kullanmaktadır. Ancak örtük belleğe atılan bu mesajın benzer veya aynı tip bir uyarıcı olmadan davranış değişikliğine sebep olabileceğini iddia etmek, gerçekçi olmayacaktır. Hatta benzer veya aynı tip bir uyarıcı ile karşılaşıldığında dahi söz konusu mesajın bireyin davranışını tamamen etkileyeceği de gerçekçi değildir. Birey, öncülleme yöntemiyle örtük belleğine kaydedilen bir mesaj, mevcut karakterine uymayan bir davranışı pek tabii ki sergilemeyecektir.

7. Eşikaltı (Subliminal) Uyarıların Nörobilimsel Temelleri

Herhangi bir duygu ya da davranış, beyindeki elektriksel sinyaller aracılığıyla duylara ulaşmakta ve elektro-kimyasal sinyaller olarak beyne iletilmektedir. Bu nedenle insan duygu ve davranışlarının nöral işleyişini anlamak için beyin elektriksel sinyallerinin gözlenmesi oldukça önemlidir (Sadedil, 2018). Ancak subliminal uyarıların bilinçli algılanan eşik uyarılara oranla daha düşük ve zayıf düzeyde olmasından dolayı nöral süreçlerinin de daha az karmaşık ve düşük işlev düzeyinde olduğu düşünülmektedir (Bargh ve Morsella, 2008). Subliminal uyarıların ne şekilde işlendiği, bu uyarılara beyin nasıl tepki verdiği, uyarıların gösterimi sırasında gerçekleşen beyin aktivitesinin normal aktiviteden farklı olup olmadığı, bilimsel araştırmaların konusu haline gelmiştir (Jacobs ve Sack, 2012). Bu tip soruların araştırılmasında, subliminal uyarıların etkilerinin incelenmesinde beyin görüntüleme çalışmaları ile ilgili süreçlerin incelenerek ölçülebileceği düşünülmektedir (Shalgi ve Deouell, 2013).

Subliminal uyarıcı ve subliminal algı konusunda gerçekleştirilen çalışmaların çoğu, hangi beyin bölgelerinin uyarım sırasında aktive olduğunu belirlemeye yöneliktir. Bu amaçla da fMRI (Functional Magnetic Resonance Imaging), EEG (Electroencephalogram), EEG'den biraz daha gelişmiş bir teknik olan SST (Steady State Typography), PET (Positron Emission Tomography Device), Galvanometre ve Göz İzleme Tekniği (Eye Tracking Technique) gibi araçlar sıkça kullanılan teknikler olmaktadır (Neuroscience, 2017). Örneğin; Manyetik rezonans görüntüleme tekniği kullanılarak yapılan bir çalışmada subliminal uyarıcıların kişinin bilinç seviyesinin düzeyi fark etmeksizin beyin belirli bölgelerini aktive ettiği bulunmuştur (Loftus ve Klinger, 1992). Belirtilen tekniklerle gerçekleştirilen başka bir çalışmada subliminal uyarıların hem duysal işlemeye ilgili beyin bölgelerindeki hem de tepkilerin motor programlanması ile ilişkili alanlardaki nöral aktiviteyi artırdığını göstermektedir. Bundan hareketle de algısal, anlamsal ve motor süreçlerin bilinçli farkındalık olmadan da gerçekleşebileceğinin kanıtlandığı düşünülmeye başlanmıştır (Dehaene ve ark., 1998).

Yapılan çalışmalar ile subliminal uyarıların sıklıkla, tipik olarak duygusal işlemeye ilişkili olan sağ yarımkürenin bölgelerini harekete geçirdiğini; bilinç düzeyindeki uyarıların ise dil işleme ve büyük ölçüde bilinçli olarak algılanan daha yüksek seviyeli duygusal işleme ile bağlantılı sol yarımküreyi harekete geçirdiği tespit edilmiştir. Bu durum, bilinçli işlemenin sol yarımküre ve bilişsel etiketleme gibi dil temelli işlemeye bağlantılı olduğunu, sağ yarımkürenin ise daha çok içgüdülerin bilinçsiz işlenmesiyle ilişkili olduğunu düşündürmektedir (Bauer ve ark., 2014; Darıcı, 2015; Meneguzzo ve ark., 2014). Söz konusu uyarıcıların dolaylı olarak Prefrontal ve Singulat korteksi etkilediği, bunu da dürtüsellik ve bilinçli olmayan algılamadan sorumlu prefrontal ve singulat korteksle bağlantılı subkortikal beyin bölgelerini uyararak başardığı düşünülmektedir (Ochsner ve ark., 2012). Neticede prefrontal korteksle ilişkili olan çalışan bellek, karar verme gibi bilişsel süreçlerin subliminal uyarıcılar yoluyla etkilendiği iddia edilebilir.

Buna ek olarak yapılan başka çalışmalarda subliminal uyarılara maruz kalmanın, tepki ve duygu işlevlerinden sorumlu hipokampus; beyindeki duygusal hafıza oluşumu ve duygusal tepkilerin ortaya çıkmasından sorumlu amigdala; tat ve koku almadan sorumlu insular korteks ve birincil görsel korteks, prefrontal korteks gibi farklı beyin bölgelerinde de güçlü aktivasyona

yol açtığı, bu bölgeleri tetiklediği ve kan akışını arttırdığı görülmüştür (Brooks ve ark., 2012; Du ve ark., 2015; Luo ve ark., 2004; Nomura ve ark., 2004). Bu etkinin bireylerde farklı duygudurum oluşturduğu vurgulanmaktadır (Costafreda ve ark., 2008; Slipp, 2000). Pozitron Emisyon Tomografisi (PET) ve fMRI yöntemi kullanılarak yürütülen bir çalışmaya göre eşikaltı düzeyde verilen subliminal yüz görüntülerinin amigdalanın sağ tarafını, hipokampusun sol tarafını ve fusiformgyrusun sol tarafını aktive ettiği bulunmuştur (Costafreda ve ark., 2008). Söz konusu bulgulara ek olarak katılımcılara subliminal yüzlerin gösterildiği farklı fMRI çalışmalarında, orta oksipital lobun bir parçası olan ve yüzlerin bilinçli olarak algılanmasından sorumlu fusiform yüz alanındaki (fusiformgyrus) aktivasyonda artış olduğu görülmüştür. Bu noktada subliminal uyarıların sağ fusiformgyrusta önemli ölçüde artmış aktivasyon ile bağlantılı olduğu belirtilmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda uyarıların bilinçli olarak işlenmese de beyin yüz tanımayla ilişkili fusiformgyrusu aktive ettiği belirtilmiştir (Kreifelts ve ark., 2013; Meneguzzo ve ark., 2014).

Subliminal işitsel uyarılar üzerine yeterince çalışma yapılmasa da literatürde yer alan çalışmalarda bireylerin subliminal işitsel uyarılar karşısında iki taraflı işitsel alanlar, alt parietal, prefrontal ve singulat korteks bölgelerinde artan ve yayılan bir aktivasyon olduğu gösterilmiştir. Elektroensefalografi (EEG) çalışmasının Transkraniyal Doğru Akım Uyarımı (tDCS) uygulamasıyla birleştirilerek kullanıldığı bir çalışmada da subliminal görsel uyarıların oksipital ve temporal alanlardaki süreçlerle sınırlı kalmayabileceği, prefrontal kortekste işlenen semantik süreçler üzerinde de etkili olabileceği gösterilmiştir (Kongthong ve ark., 2013). Bulgular, işitsel subliminal uyarıların beyindeki ilgili erken duyuşal korteks, talamus, anteriorsingulat ve insuladan oluşan bir sistemde yüksek aktivite düzeyiyle ilişkili olduğunu da göstermiştir (Boly ve ark., 2007; Sadaghiani ve ark., 2009). Bu doğrultuda yapılan bir çalışmada, subliminal uyarılarla katılımcılara verilen kelimeler sonucunda birincil görsel korteks ve görsel kelime formu alanı olan sol oksipital-temporal alanının aktivasyonunda artış olduğu görülmüştür. Buna ek olarak prefrontal ile anteriorsingulat korteks bölgelerinde de sınırlı bir aktivasyon yaşandığı gözlenmiştir (Dehaene ve ark., 2001).

D'Ostilio ve Garraux (2012) tarafından yapılan çalışmada bilinç dışı düzeyde işlenen motor yanıtların, precuneus ve süplemanter motor alanlarıyla ilişkili olduğu bulunurken, isteğe bağlı motor hareketlerin frontoparietal aktivasyonu ile ilişkisine dikkat çekilmiştir. Shalgi ve Deouell tarafından yapılan çalışmada (2013) psikofizyolojik bir süreç olan hata tespitinin anteriorsingulat korteks ile ilişkili olduğu ve bilinç dışı düzeyde işlendiği bulunmuştur. Bu çalışmalardan yola çıkarak bilinçli ve bilinç dışı düzeydeki süreçlerin bir şekilde örtüştüğünü ancak kökenlerinin birbirinden bağımsız olduğunu ve beyindeki belirli bölgelerdeki aktivasyon ile ilişkili olduğu söylenebilir. Ancak bireyin subliminal uyarıcıya verdiği yanıt, subliminal uyarıcının şiddetine ve bireylerin bilinç düzeyindeki algılamalarında geçerli olan mutlak eşik değerlerine bağlı olarak değişmektedir.

8. Eşikaltı (Subliminal) Uyarıların Duygudurum Etkisi

Sinir sisteminin temel birimi olan nöronlar, her türlü davranış ve insan bilincinin doğasıyla ilgili sırları taşımakta ve hafıza, anlama, algılama gibi zihinsel aktivitelerimizin de temelini oluşturmaktadır (Atkinson ve ark., 2010). Duygu, düşünce ve davranışların oluşumunda nöronların aralarındaki elektriksel sinyal iletimi ile haberleşmeleri yer almaktadır. Duyusal

eşiğin altında kalan subliminal uyarılmaların, duygular ve ruh halini etkileyip etkilemediği ve bilinçli farkındalığın olmadığı subliminal uyarılarla duyuşsal uyarımın oluşup oluşmayacağı uzun yıllar tartışma konusu olmuştur (Morris, 2002; Zajonc, 1980). Ancak araştırmacılar genellikle, duygular da dâhil olmak üzere bilgilerin, farkındalığın dışında da işlenebileceğini kabul etmektedir (Brooks ve ark., 2012; Costafreda ve ark., 2008; Du ve ark., 2015; Smith, 1993). Çalışmanın bu bölümünde bu konuda gerçekleştirilmiş araştırmalara yer verilmektedir.

Yapılan çalışmalar, bilinç düzeyindeki bilginin o konuda verilen subliminal uyarıcı etkisi ile daha kolay işlendiğini (Van den Bussche ve ark., 2009), motivasyonun arttırılabileceğini (Aarts ve ark., 2008), mevcut duygu durumunu değiştirilebileceğini (Monahan ve ark., 2000) ve hatta bireyin politik tutumunun ve oy verme davranışının değiştirilebileceğini (Hassin ve ark., 2007; Weinberger ve Westen, 2008) iddia etmektedir.

Evrimsel psikoloji açısından yüz ifadeleri ile iletilen belirli duyguların biyolojik kökenlerinden dolayı kültürler üstü ve evrensel olduğu, bütün insanların bu yüzleri aynı şekilde kodlayıp oluşturduğu; kodları aynı şekilde çözdüğü ve yorumladığı belirtilmektedir (Aronson ve ark., 2012; Ekman, 2018; Ekman ve ark., 1969; Jack ve ark., 2012). Darwin (1872), duygu sürecinin parçası olan bazı temel yüz ifadelerinin, başlangıçta organizmayı harekete hazırlayıcı ya da koruyucu yani biyolojik bir işleve hizmet ettiğini ortaya koymuştur (Susskind ve ark., 2008). Duygulara ait tüm yüz ifadeleri ve mimiklerin evrensel olduğu görüşünden hareketle fonksiyonel nörogörüntüleme ile yapılan birçok çalışmada bilinçli farkındalık yokluğunda bile yüz ifadelerinin subkortikal yapıları aktive edebileceği ve duyguların işlenebileceği yönünde önemli kanıtlar ortaya konmuştur (Huang ve ark., 2019; Morris ve ark., 1999; Tamietto ve Gelder, 2010; Whalen ve ark., 1998).

Zajonc (1980 ve 1984), duygu oluşumunun bilinçli bir farkındalık olmadan subliminal uyarılarla ortaya çıkabileceğini savunmuştur. Sonraki çalışmada Murphy ve Zajonc (Akt., Öztürk, 2014) belirli eşik düzeyinin altında ve üstünde sunulan mutlu ve kızgın insan yüzlerinin, organizma için nötr uyarıcı olduğu düşünülen uyarılarla hoşlanma değerlendirmeleri üzerine etkisine bakmış; eşikaltı ve üstü verilen duyuşsal uyarıcıların diğer uyarılara göre anlamlı bir fark oluşturduğunu vurgulamıştır. Son yıllarda ortaya konulan beyin görüntüleme kanıtları da subliminal uyarıların bilinç dışı süreçler yoluyla bireylerin duygularını ve mevcut ruh hallerini (duygudurum) değiştirebileceğini ortaya koymaktadır (Eimer ve Schlaghecken, 2003; Monahan ve ark., 2000; Öztürk, 2014). Bu görüşler doğrultusunda duyuşsal tepkilerin bilinçli bir farkındalık olmaksızın subliminal duyuşsal hazırlama tekniği kullanılarak subliminal uyarılarla ortaya koyulacağı düşünülmektedir (Öztürk, 2014). Subliminal duyuşsal hazırlama etkisi çerçevesinde yapılan bu çalışmalarda, hazırlayıcı uyarıcı olarak seçilen duygu içerikli uyarılar, bireylerin bilinç düzeyinde farkında olamayacakları kısıklıkta sunulmakta ve bu uyarılara ilişkin duyguların oluşup oluşmadığı gösterilmeye çalışılmaktadır. Genellikle bu çalışmalarda subliminal uyarıların duygular üzerindeki etkisini araştırmak için yüz ifadelerinin sunumları kullanılmıştır. Buna göre bireylere olumsuz ya da olumlu bir duyguyu betimleyen subliminal bir yüz ifadesi gösterilmiştir. Bireylerin farkında olmadığı bu yüz ve duygu ifadelerine maruz kalmasının, beyindeki duyuşsal durumlara yanıt veren alanlardaki aktivasyonları için farklı duygu durumlarına yol açtığı görülmüştür (Eastwood ve Smilek, 2005; Huang ve ark., 2019; Sweeny ve ark., 2009; Whalen ve ark., 1998).

Beynin belirli alanlarının, duygusal işlevlerle ilişkilendirmesinde son 20 yılda önemli ilerlemeler kaydedilmiştir. Bunların bir kısmı nötr uyarıları, duygusal tepki ağlarıyla eşleştirmek için kullanılan, davranışsal kuramlardan olan Pavlovian ya da klasik korku koşullandırma çalışmalarını içermektedir (LeDoux, 2014). LeDoux (1998) duygular ve duygusal tepkilerin algılama düzeyinin altında sunulan uyarana yönelik subliminal uyarılar ile tetiklenmesini korku koşullandırması üzerinden ele almıştır. Beynin duygu ve duygusal deneyimlerle ilgili anılar oluşturmak için kullandığı iki ayrı sistem bulunmaktadır. Bu noktada bilinçli ve açık belleğe hipokampus ve ilgili kortikal alanlar aracılık ederken, dikkat ya da farkındalık olmadan meydana gelen çeşitli bilinç dışı ile örtük bellek biçimlerine farklı sistemler aracılık etmektedir. Örtük bellek sistemi de amigdala ve ilgili alanları içeren bir duygusal (korku) bellek sistemini içermektedir (LeDoux, 2008). Bu çerçevede LeDoux, bilgi kortekse ulaşmadan önce, dış uyarıları savunma tepkilerine bağlamada kritik bir rol oynayan amigdala duygunun ortaya çıktığını ve bu yüzden subliminal uyarılarla duyguların ortaya çıkabileceğini ifade etmiştir (LeDoux, 2003). Bilişsel süreçler ve durumların bilinç dışı ya da örtük olabileceği yaygın olarak kabul edilmiştir (Winkielman ve Berridge, 2004). Bu doğrultuda Winkielman ve Berridge bazı koşullar altında, bireyin duygularını doğru biçimde tanımlamak için özenli ve motive olsa bile duygusal bir sürecin tamamen bilinç dışı kalabileceğini savunmuştur (Berridge ve Winkielman, 2003).

9. Eşikaltı (Subliminal) Uyarıların Davranışlara ve Karar Vermeye Etkisi

2000 senesinin Eylül ayında ABD’deki başkanlık seçimlerine yönelik kampanyalarda George W. Bush, reçeteli ilaçlarla ilgili politikalarını anlatan bir televizyon ilanı yayımladı. Spiker “Al Gore’un ilaç politikası: Bürokratlar karar verecek.” derken ekranda SIÇANLAR sözcüğü saniyenin otuzda biri kadar bir süre boyunca yanıp sönüyordu (bkz. Şekil 2). Buna benzer eşikaltı mesajların insanların tutumlarını etkileyebilmesi hususu oldukça dikkat çekicidir. Aslında eşikaltı etkilerin elde edilebilmesi için dışsal koşulların kontrollü bir ortamda sağlanması zorundadır. Örneğin ışık, televizyona uzaklık vb. Hatta laboratuvar da bile araştırmacılar eşikaltı mesajların insanların kendi iradeleri, kişilikleri, değerleri ile ters düşecek şeyleri yapmaya yöneltebildiğini gösteren herhangi bir nesnel veriye ulaşamamıştır. Yapılan çalışmalara göre laboratuvar ortamında subliminal uyarılar, hoş bir içecek seçiminde bireyin tercihini etkileyebilir veya bazı davranışsal repertuar oluşturarak çeşitli edimlerde bulunmada hazırlayıcı etki oluşturabilir ya da kısa süreli duygu etkilenmeleri oluşturabilmektedir. Bunun yanında insanların ilgi, istek, inançları ile çatışan bir davranışı eşikaltı mesajlarla yapma ihtimalleri düşük bir olasılık olarak ifade edilmektedir (Aronson ve ark., 2012). Ancak alanyazında bu konu ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır.



Şekil 2. Eşikaltı Mesaj

Becker (1979), ABD ve Kanada'daki elli mağazanın hırsızları caydırmak için mağazanın arka plan müziğinde bilinç dışı işitsel mesajlar yayınlamaya başladığını ve bu mesajların uygulanmasının mağaza hırsızlığını %37 oranında azalttığını ve toplamda 600.000 \$ tasarruf sağlandığı bildirmektedir (Akt., Takahashi, 2008). Başka bir çalışmada Bargh ve Chartrand (2000) subliminal uyarıların başkaları hakkındaki yargılarımızı etkileyebileceğini göstermiştir. Çalışmada başta deneklere ilgisiz bir işle meşgulken %0, %20 ve %80 oranlarında saldırganlık özelliği ile ilişkili subliminal kelimeler gösterilmiş; bunun sonrasında denekler belirsiz bir şekilde düşmanca davranan hayali bir kişi hakkında bir paragraf okumuşlardır. Deneklere kişiyle ilgili izlenimleri sorulduğunda subliminal kelime miktarı arttıkça deneklerin hayali kişiyi daha agresif değerlendirdikleri ortaya çıkmıştır. Buraya kadar bahsedilen çalışmalar laboratuvar ortamında gerçekleştirilmiştir ve subliminal mesajların etkisi oldukça kısa bir süre devam etmektedir. Çalışmalarda davranış üzerinde uzun süreli etki ise yalnızca örneğin çok bilindik bir kelimenin subliminal olarak üst üste gösterildiği durumlarda gözlemlenmiştir; kişiye tamamen yeni olan bir uyaranda ise aynı etki gerçekleşmemiştir. Örneğin Ruch ve ark. (2016)'nın iki aşamalı olarak gerçekleştirdikleri deneysel çalışmalarında subliminal mesajların mesajın sunulmasından 25 dakika sonrasına kadar karar vermeyi etkileyebileceğini göstermiştir. Bu süre, araştırmacıların daha önceki gözlemlerinden çok daha uzun olmakla beraber subliminal mesajların davranışlar üzerinde uzun süreli etkisine dair daha çok araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

12 Eylül 1957'de bir araştırmacı olan Packard, yeni bir anlayış ile reklamecılık stratejisi kullandıklarını belirtmiş, subliminal mesajların film izleyicilerini patlamış mısır ve kola satın almaya motive ettiğini açıklamıştır. Araştırmada "Piknik" adlı filmin sunumu sırasında takistoskop kullanarak "Coca-Cola iç" ve "Aç" "Patlamış mısır ye" kelimelerini beş saniye aralıklarla 1/3000 saniye boyunca yansıtılmıştır. Test bir tiyatrodaki patlamış mısır ve kola satışlarının sırasıyla %57,8 ve %18,1 arttığı görülmüştür (Packard, 1957). Coca-Cola araştırmasının yayımlanmasından kısa bir süre sonra bilinç dışı mesajlar iş dünyasının dikkatini çekmiş ve subliminal uyarılar alanındaki araştırmalar için yeni bir alan ortaya çıkmıştır (Russel ve ark., 1991). Bu alanı potansiyel bir kâr fırsatı gören işletmeler, subliminal mesajları reklamlara dâhil etmeye başlamışlardır (Takahashi, 2008). Diğer taraftan bu çalışmanın tekrarının yapıldığı dönemlerde sonuçlar hep başarısız olduğu için Packard'ın iddialarının abartılı olduğu vurgulanmıştır (Darıcı, 2012; Vokey, 2002). Sonradan yapılan baskılarla araştırmacı, bu çalışmanın hiç yapılmadığını itiraf etmiştir. (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2016). Bu durum müzik veya TV reklamlarındaki bilinç dışı mesajları tartışmalı hale getirmiştir (Block ve Bergh, 1985; Egermann ve ark., 2006). Ancak birçok ilginç sonuçların elde edildiği çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin Zajonc (1968) daha önce subliminal bir uyarana (şekiller) maruz kalan deneklerin daha sonra aynı uyarılarla karşılaştıklarında onları tercih etme olasılığının arttığını göstermiştir. Hatta bu etki, uyarıların deneklere öncesinde algı düzeyinde gösterilmesinden daha büyüktür. Aslında bu çalışmalarda eşikaltı algılamanın davranışa etkisinde hazırlayıcı etki faktörü vurgulanmıştır. Eşikaltı algılama bilişsel şemaları harekete geçirmekte böylece kişinin davranışsal repertuarının ortaya çıkma olasılığını artırmaktadır (Çoksan, 2019). Duruma doğrudan etki etmese bile olası davranış ve duygu potansiyeline hazırlayıcı bir etki oluşturduğu çalışmalardan hareketle söylenebilir (Karremans ve ark., 2006; Murph ve Zajonc, 1993; Strahan, 2002; Zajonc, 1968).

Örneğin; Strahan ve ark. (2002)'nin yılında yürüttüğü çalışmada subliminal mesajların susuzluk üzerindeki etkisine bakılmıştır. Çalışmada, kişilerin ekranın merkezine odaklanması istenmiş; ekrana susuzluk, kuruluk ve dehidrasyon ile ilgili kelimeler çok kısa sürelerle yansıtılmıştır. Çalışma sonucunda halihazırda susuzluk hissetmeyen grubun üyeleri üzerinde subliminal mesajların hiçbir etkisi olmazken çalışmaya birazcık susamış gelen ve 3 saat boyunca hiçbir sıvı tüketmemesi istenen grubun üzerinde subliminal mesajların etkili olduğu bulunmuştur. Buna göre bu kişilerin susuzluğu subliminal mesajlar yoluyla daha da artmış ve yoğunlaşmıştır. Neticede çalışma sonucunda varılan fikir, subliminal mesajların bireyde özel bir motivasyon veya davranış değişikliği yaratması mümkün olmamakla beraber bireyin subliminal mesajla ilişkili halihazırda bir duygu veya motivasyonu varsa o zaman subliminal mesajların etkili olabileceğidir. 2006 yılının sonlarında, Strahan ve ark. (2002) tarafından yürütülen çalışmanın bir benzeri Karremans ve arkadaşları tarafından tekrarlanmıştır. İki gruptan oluşan bu çalışmada gene gruplardan birinin üyeleri susuzluk hissederken diğerleri susuzluk hissetmeyecek şekilde sıvı ihtiyaçlarını karşılayıp gelmeleri yönünde uyarılmıştır. Çalışmada, soğuk çay markası olan Lipton'un logosu ve soğuk çayına ait görüntü bilinç düzeyinde algılanamayacak kadar kısa saniyenin 1/1000'i kadar bir sürede gönderilmiştir. Bu işlemlerden sonra kullanıcılara Lipton markalı ve başka bir soğuk çay markalı iki içecek teklif edilmiştir. Neticede susuz hisseden grubun üyeleri Lipton'u tercih ederken sıvı ihtiyacı karşılanmış halde çalışmaya katılan grubun üyeleri ise iki marka arasında özel bir tercihte bulunmamıştır. Yani organizmada yoksunluk oluşturan ihtiyaçların birey tarafından giderilmesi gerektiğinde subliminal mesajların bireyi yönlendirebileceği söylenebilir (Taylor, 2012; Zekan, 2021).

TARTIŞMA

Yapılan çalışmalar ile subliminal uyaranların sıklıkla, tipik olarak duygusal işlemeyle ilişkili olan sağ yarım kürenin bölgelerini harekete geçirdiği, prefrontal ve singulat korteksle bağlantılı subkortikal beyin bölgelerini uyarak çalışan bellek, duygular, karar vermeyi etkilediği ayrıca duygusal tepkiden sorumlu amigdalayı ve birinci görsel korteks ve farklı duygusal alanları etkilediği bulunmuştur (Bauer ve ark., 2014; Brooks ve ark., 2012; Darıcı, 2015; Du ve ark., 2015; Luo ve ark., 2004; Meneguzzo ve ark., 2014; Moore, 1982; Nomura ve ark., 2004; Ochsner ve ark., 2012). Bu bulgulardan hareketle subliminal uyarıcıların duygudurumu etkilediği ve duyguları etkilediği için seçim, karar verme davranışını da etkileyebileceği varsayılmaktadır. Fakat bu etkinin süresi ne kadar olacaktır ve bireyi istemediği bir davranışa da motive edebilecek midir soruları hakkında daha birçok çalışma yapılması gerektiği düşünülmektedir. Buna karşın sadece etkilediği varsayımı üzerinden bile hareket etsek davranışçı yaklaşımda koşullanma, uyaran tepki bağı, korku, kaygı ve fobik tepkiler çoğu kez biz hiç fark etmeden ya da bilinçli olarak irdelemeden öğrendiğimiz şeylerdir (Pavlov, Watson ve Skinner'den aktaran, Karahan ve Sardoğan, 2012). Bu yaklaşım farkında olmadan öğrendiğimizi doğrular niteliktedir. Benzer bir biçimde S. Freud, psikanalitik yaklaşımında da bilincin insan aklının ince bir dilimi olduğu günlük edimlerimizin çoğunun bilinçli farkındalık alanı dışında biçimlendiği vurgulamıştır (Corey, 2008). Ayrıca nörobilimdeki son bulgularla da insanın bilinçli tepkilerinin bilinç dışı farkında olmadığımız tepkilere kıyasla hayatımızı daha fazla yönlendirdiği vurgulanmıştır (Tarlacı, 2021). Kısaca farklı yönlerden de olsa birçok yaklaşım bilinçli olmadan da farklı kanallardan öğrendiğimizi ve bizden bağımsız otomatik çalışan bir "ben"i vurgulamaktadır.

Ülkemizde gerçekleştirilen örtük bellek çalışmaları da son zamanlarda giderek artmaktadır (Cangöz, 2002; Cangöz ve Ateşkan, 2003; Özkol ve Pakyürek, 2021). Örtük belleğin bilinçli yönelim olmadan alınan bilgilerin depolandığı bellek alanı olduğu bu nedenle hatırlamaktan ziyade “hazırlamak (priming)” ve davranışı, seçimi öncüllemek gibi bir işlev üstlendiği vurgulanmıştır (Akdemir ve ark., 2007). Manelis ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan bir araştırmada parietal ve oksipital bölgelerin yeniden aktif hale getirilmesi örtük bellekle ilişkilendirilmiştir. Bu bölgeler kortekste aynı zamanda duyuşal ve görsel alanlardır ve subliminal uyarıcıların da benzer bölgelerde etkileri olduğu yukarıda bahsettiğimiz çalışmalarla vurgulanmıştır. Subliminal uyarıcılar örtük bellek depo alanında saklanmakta ve bilinçli olmadan çeşitli uyanlarla geriye getirilmektedir.

Subliminal kelimelere ve görüntülere maruz kalanların beyin aktivitesinin ve farklı beyin bölgelerinin birçok düzeyde etkilendiği görülmüştür (Van den Bussche ve ark., 2009). Maskelenmiş kelimeler aracılığıyla yürütülen çalışmalarda, söz konusu kelimeler bilinç düzeyinde algılanmasa bile sol hemisferdeki dil bölgesi olan broca alanında ilgili kelimelerin aktivasyona sebep olabileceği ortaya konmuştur (Kouider ve Dehaene, 2007; Shobe, 2014). Nörobilim, psikoloji, bilişsel dilbilim alanında ilerlemelerle birlikte dil öğrenim/yatkınlık ile örtük bellek arasındaki ilişki ve hatta dil öğrenimde yeni dönüşüm olarak örtük bellek yaklaşımları daha fazla tartışma konusu haline gelmektedir. Bu tartışmaların birçoğunun temelinde insan beyninin örtük bellekteki bilgiye erişiminin daha kolay olduğu fikri yatmaktadır (Tiryakiol, 2021; Yalçın ve ark., 2015). Ancak örtük bellek ölçümlerin yöntemsel açıdan geliştirilmesi gerektiği ve açık bellek ölçümlerinden ayrıştırılmasının önemli bir nokta olduğu vurgulanmaktadır. Diğer taraftan eğer bu tür bir etkiye sahipse de örtük reklamlar diye tabir edebileceğimiz eşikaltı uyarıcılar kullanılarak yapılan reklamlar aracılığıyla toplum üzerinde çok ciddi davranış değişiklikleri yaratılabileceği düşünülmektedir (Brooks ve ark., 2012).

Weber’in (2010) bilinç dışı algılatma kavramı özellikle çocuklarla ve ergenlerle yapılan çalışmalarda ön plana çıkmaktadır. Örneğin, belirli bir sahnedeki görsel uyarıcıyı tüm detaylarıyla takip eden bir çocuk ile bir yetişkin arasındaki fark incelendiğinde, sahnenin arka planında bir değişiklik yapıldığında, çocuk değişikliği genelde sadece bilinç dışı düzeyde fark edebilirken yetişkin bireyin söz konusu değişikliği bilinç düzeyinde fark etmesi daha olasıdır (Miliša ve Nikolić, 2013). Bilinç dışı uyarıcıların ve örtük belleğin işlenmesi, geriye getirilmesinin yaş veya öğrenme şekline göre farklı değişkenler açısından incelenmesi yönünde ülkemizde de bazı çalışmalar yapılmıştır (Cangöz, 2002; Cangöz ve Ateşkan, 2003; Yazıhan ve Yetkin, 2018). Örtük bellekteki bilgilerin geriye getirilmesindeki kolaylık, özellikle erken dönemlerde farklı öğrenme türlerinde etkisi açısından düşünüldüğünde dil öğrenme, sosyal beceri ve eğilimlerin oluşumunda kullanılabileceği düşünülmektedir. Mudrik ve arkadaşları (2011) tarafından ortaya konulan “Semantik İşleme Bütünleştirme Aralık” çalışmasında (SİBA) eğer öncül ve hedef arasında düşük seviye semantik ilişki varsa yani doğrudan hazırlama yöntemi kullanılırsa beyinde bilinç dışı değerlendirme mekanizmalarını devreye girerken, öncül ve hedef arasında yüksek seviye semantik ilişki varsa, beynin bilinçli değerlendirme mekanizmalarının devreye girdiği belirtilmiştir (Mudrik ve ark., 2011). Chien ve arkadaşları (2022) tarafından yapılan çalışmada ise yüksek düzey semantik ilişkiye sahip uyarıcıların bilinçli düzeyde değerlendirmeye tabi olduğu görülürken, düşük düzey semantik ilişkiye sahip

uyaranların hem bilinçli düzeyde hem de bilinç dışı düzeyde değerlendirmeye tabi olduğu görülmüştür (Chien ve ark., 2022). Bu çalışmalardan hareketle öğrenilen konular arasında anlamsal ilişki kurmanın bilinçli değerlendirme süreçlerini, ilişkisiz öğrenme malzemelerinin ise bilinç dışı değerlendirme süreçlerini hareketlendirdiği söylenebilmektedir. Subliminal uyarıcıların subliminal öğrenme üzerindeki etkisinin tekrar ya da ilişkililik gibi öğrenme yolları açısından ölçüldüğu başka bir çalışmada görev tekrarının yaratacağı etki ortadan kaldırılarak sadece subliminal uyarının öğrenme üzerinde etkisine bakılmaya çalışılmıştır. Buna göre subliminal öğrenme sadece görevin arka arkaya tekrarından dolayı gerçekleşmemiş; bilginin seçimi ve bütünleştirilmesi noktalarında da fark yaratmıştır. Ancak örtük bilgi, kişinin verebileceği yanıtlarla bağlantısız olduğunda bu sefer subliminal öğrenme gerçekleşmemiştir (Vlassova ve Pearson, 2018). Bu çalışmanın aksine Dai ve arkadaşları (2022) tarafından yapılan çalışmada ise örtük uyarıcı, kişinin verebileceği yanıtlarla doğrudan benzerlik göstermese de yeteri kadar tekrar yapıldığı takdirde subliminal öğrenmeye sebep olmuştur (Dai ve ark., 2022). Sonuç olarak subliminal uyarıcılar ile öğrenme arasındaki ilişki birçok çalışmada vurgulanmıştır. Her ne kadar bu öğrenmelerin farklı öğrenme alanları ve öğrenme stratejilerinin etki düzeyleri ile ilgili daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulsa da tespit edilen sonuçların eğitim kurumlarında alternatif öğrenme yolları oluşturmak veya eğitsel süreci desteklemek amacıyla kullanılabilceği düşünülmektedir.

Duygularla ve özellikle de korkuların kaydolmasıyla ilişkili olan amigdalanın (Hamann ve ark., 2002), pek çok beyin görüntüleme çalışmasında bilinç dışı duyguların işlenmesinde de aktive olduğu ve bu aktivasyonun bilateral yani çift yönlü olduğu görülmüştür (Rauch ve ark., 2000; Whalen ve ark., 1998). Bireylerin anılarıyla ilişkili olan hipokampüsün ise eşikaltı uyarıcı çiftlerinin kodlanmasında ve geri getirilmesiyle ilişkili olduğunu iddia eden çalışmalar bulunmaktadır (Duss ve ark., 2014; Zust ve ark., 2015). Subliminal uyarıcıların bu etkilerinin sağlık sektöründe ilaçlı veya ilaçsız tedaviye ek olarak olumlu duygu oluşturma için kullanılabilceğine yönelik çalışmalarda mevcuttur (Havare ve Antalyalı, 2019; Norbury ve ark., 2007). Yapılan başka bir çalışmada eşikaltı/üstü farklı duygusal uyarıcılarla kelime kökü tanımlama görevinde hoş olmayan görsellerde en fazla doğru cevap elde edilmiştir (Baran ve ark., 2016). Bu çalışmalarla aslında kaygı bozuklukları, depresyon gibi ruhsal bozukluklarda subliminal uyarıcıların etkili olduğu, dolayısıyla destekleyici tedavi olarak da kullanılabilceği önerilebilir.

SONUÇ

Subliminal uyarıların nöral mekanizmayı aktive ederek bilinçli algıyı oluşturmaya da bilinç dışı algılamayı etkilediği ayrıca sadece duygudurumunu etkilemekle kalmadığı davranışları, düşünceleri ve karar verme mekanizmalarını da çeşitli şekil ve oranlarda etkiledikleri çalışmalarda vurgulanmıştır (Ferguson ve Bargh, 2004; Hassin, 2013; Van Gaal ve ark., 2012). Ancak bu etkinin oluşabilmesi için kontrollü ortamların olması gerektiği günlük yaşamın rutin koşullarında bu etkinin oluşmasının zor olduğu ve etki derecesinin bireysel farklılıklara göre değişebileceği yönünde bulgular da vardır (Aronson ve ark., 2012; Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2016). Son yıllarda gelişen tıbbi teknolojilerle birlikte subliminal uyarıların nöral mekanizmalarla ilişkisi ve duygular üzerindeki etkisi günden güne daha belirgin biçimde anlaşılmıştır. Bu doğrultuda subliminal uyarılar tarafından ortaya çıkan bu tür etkileri,

bireylerin günlük sosyal davranışları üzerinde de bir etkiye sahip olduğu söylenebilmektedir. Özellikle reklamcılık, işletme ve pazarlama alanlarında bilinç dışı algılamaya yönelik subliminal uyaranlardan olan ve duyguları harekete geçiren yazılar, resimler ve sözcükler kullanılmaktadır. Geçmişteki bazı çalışmalar bilinç dışı uyaranların etkisini ve terapötik veya akademik alanlarda kullanım olanaklarını kanıtlamaya çalışmıştır. Örneğin Cheesman ve Merikle (1986), Psikodinamik Aktivasyon Teorisinden alıntı yaparak bilinç dışı mesajların bireylerde nasıl çalıştığını teorileştirmişlerdir. Bu teoride uyarının bireylerin bilinçsiz savunma mekanizmaları ile ilgili olması gerektiği vurgulanmıştır. Bu çalışmaların devamı niteliğindeki araştırmalarda son zamanlarda subliminal uyarıcılar ve örtük bellek konularını eğitim, öğrenme, sağlık, psikoloji gibi alanlarda destek ve tamamlayıcı unsurlar olarak kullanılabileceği yönünde yeni eğilimler oluşmaktadır. Ancak bu konuda alanda daha çok ve kanıt odaklı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu anlamda subliminal uyaranların kuramsal açıdan yapılandırılmasında sinirbilim çalışmaları ve görüntüleme çalışmaları ile desteklenerek nöral mekanizmaları ve etkisinin disiplinler arası bir yaklaşımla incelenmesi psikoloji ve nörobilim verileri ile kaynaştırılmış deneysel çalışmaların gerçekleştirilmesinin bu konuda tartışmalı pek çok konunun açıklanmasında önemli olduğu düşünülmektedir.

Bütün bunlara ek olarak subliminal uyarıcılar yoluyla kişileri etkilemenin ve bilinç dışı algılatma çalışmaları ile duygu, davranış ve kararları yönlendirmenin bireylerin özgür irade, seçim yapma, karar verme alanlarına müdahale etmek olduğu etik açıdan dikkat edilmesi gereken bir nokta olarak düşünülmelidir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Yazar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

KAYNAKLAR

- Aarts, H., Custers, R. ve Marien, H. (2008). Preparing and motivating behavior outside of awareness. *Science*, 319, 1639-1639. <http://doi.org/10.1126/science.1150432>
- Abric, J. P. (2002). *Communication psychology*. Polirom Publishing House.
- Akdemir, A., Cangöz, B., Örsel, S. ve Selekler, K. (2007). Hafif kognitif bozukluğu olan hastalarla alzheimer tipi demans hastalarının örtük bellek performansı açısından karşılaştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 118-128.
- American Psychological Association Dictionary of Psychology. (2022). *Subliminal perception*, [Dictionary]. <https://dictionary.apa.org/subliminal-perception>
- Arkonaç, S. A. (1998). *Psikoloji. Zihin süreçleri bilimi*. Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- Aronson, E., Wilson, T. ve Akert, R. M. (2012). *Sosyal psikoloji* (O. Gündüz, Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. ve Hoeksema, S. N. (2010). *Psikolojiye giriş* (6. Baskı) (Y. Alogan, Çev.). Arkadaş Yayınevi.
- Baran, Z., Cangoz, B. ve Salman, F. (2016). Duygusal bağlam eşikaltı ve eşiküstü hazırlamayı etkiler mi? *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(1), 23-30.

- Bargh, J. A. ve Chartrand, T. L. (2000). The mind in the middle: A practical guide to priming and automaticity research. In H. T. Reis ve C. M. Judd (Eds.), *Handbook of research methods in social and personality psychology* (pp. 253-285). Cambridge University Press.
- Bargh, J. A. ve Morsella, E. (2008). The unconscious mind. *Perspectives on Psychological Science*, 3(1), 73-79.
- Bauer, P. R., Reitsma, J. B., Houweling, B. M., Ferrier, C. H. ve Ramsey, N. F. (2013). Can fMRI safely replace the wada test for preoperative assessment of language lateralisation? A meta-Analysis and systematic review. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 85(5), 581-588.
- Beatty, S. E. ve Hawkins, D. I. (1989). Subliminal stimulation: Some new data and interpretation. *Journal of Advertising*, 18(3), 4-8.
- Berridge, K. C. ve Winkielman, P. (2003). What is an unconscious emotion: The case for unconscious "liking." *Cognition and Emotion*, 17, 181-211.
- Block, M. P. ve Bergh, B. O. V. (1985). Can you sell subliminal messages to consumers? *Journal of Advertising*, 14, 59-62.
- Boly, M., Balteau, E., Schnakers, C., Degueldre, C., Moonen, G., ... Laureys, S. (2007). Baseline brain activity fluctuations predict somatosensory perception in humans. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 104(29), 12187-12192.
- Brooks, S. J., Savov, V., Allzen, E., Benedict, C., Fredriksson, R. ve Schioth, H. B. (2012). Exposure to subliminal arousing stimuli induces robust activation in the amygdala, hippocampus, anterior cingulate, insular cortex and primary visual cortex: A systematic meta-analysis of fMRI studies. *NeuroImage*, 59(3), 2962-2973.
- Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü*. Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (D. E. Sarıoğlu-Erguvan, Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Burns, N. ve Grove, S. K. (2009). *The practice of nursing research: Appraisal, synthesis, and generation of evidence* (6. Baskı). Saunders.
- Buzan, T. ve Buzan, B. (2011). *Zihin haritaları* (G. Tercanlı, Çev.). Alfa Yayınları.
- Cangöz, B. (2002). İleri yaşlılar ile genç yetişkinlerde kodlama düzeyinin örtük ve açık bellek üzerindeki etkisi. *Geriatrics*, 5(4), 125-131.
- Cangöz, B. ve Ateşkan, Ü. (2003). Örtük bellek ve yaşlanma: Örtük okunabilir eskiye dayanabilir mi? [Örtülü bellek ve yaşlanma: Yaşlanmaya rağmen örtülü bellek sağlam mı?]. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 11(3), 197-206.
- Cheesman, J. ve Merikle, P. M. (1986). Distinguishing conscious from unconscious perceptual processes. *Canadian Journal of Psychology/Revue Canadienne de Psychologie*, 40(4), 343.
- Chien, S.-E., Chang, W.-C., Chen, Y.-C., Huang, S.-L. ve Yeh, S.-L. (2022). The limits of unconscious semantic priming. *Current Psychology*, 1-12. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03590-1>
- Churchland, P. M. (2012). *Madde ve bilinç*. Alfa Yayınları.
- Churchland, P. M. (2020). *Nörofelsefe* (2. Baskı) (Ö. Yılmaz, Çev.). Alfa Yayınları.

- Çoksan, S. (2019). Aman tanrım! Beynimizi ele geçiriyorlar: Eşikaltı uyarılar nedir, ne değildir? *Pivolka*, 9(31).
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çev.). Mentis Yayıncılık.
- Costafreda, S. G., Brammer, M. J., David, A. S. ve Fu, C. H. (2008). Predictors of amygdala activation during the processing of emotional stimuli: A meta-analysis of 385 PET and fMRI studies. *Brain Research Reviews*, 58(1), 57-70. <https://doi.org/10.1016/j.brainresrev.2007.10.012>
- Cüceloğlu, D. (1991). *İnsan ve davranışı*. Remzi Kitabevi.
- D'ostilio, K. ve Garraux, G. (2012). Dissociation between unconscious motor response facilitation and conflict in medial frontal areas. *European Journal of Neuroscience*, 35(2), 332-340.
- Dai, Q., Yao, L., Wu, Q., Yu, Y., Li, W., ... Wu, J. (2022). Enhancing free choice masked priming via switch trials during repeated practice. *Frontiers in Psychology*, 13, 927234. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.927234>
- Darıcı, S. (2012). *Subliminal işgal*. Destek Yayınevi.
- Darıcı, S. (2015). A study to find out the effects of subliminal messages using in digital games on perception of reality: The concept of threshold of reality. *International periodical for the languages. Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(14), 181-202.
- Darıcı, S. (2019). *Tüketici marka tercihinin eşikaltı görsel uyarılar ile manipülasyonu* [Yayımlanmamış doktora tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Dehaene, S. ve Changeux, J. P. (2011). Experimental and theoretical approaches to conscious processing. *Neuron*, 70(2), 200-227.
- Dehaene, S., Naccache, L., Cohen, L., Bihan, D.L., Mangin, J.F., ... Rivière, D. (2001). Cerebral mechanisms of word masking and unconscious repetition priming. *Nature Neuroscience*, 4(7), 752-758.
- Dehaene, S., Naccache, L., Le Clec'h, G., Koechlin, E., Mueller, M., ... Le Bihan, D. (1998). Imaging unconscious semantic priming. *Nature*, 395(6702), 597-600.
- Du, X., Wei, D., Ganzel, B. L., Kim, P., Zhang, Q. ve Qiu, J. (2015). Adolescent earthquake survivors' Show increased prefrontal cortex activation to masked earthquake images as adults. *International Journal of Psychophysiology*, 95(3), 292-298.
- Duss, S. B., Reber, T. P., Hänggi, J., Schwab, S., Wiest, R., ... Henke, K. (2014), Unconscious relational encoding depends on hippocampus. *Brain: A Journal of Neurology*, 137(12), 3355-3370. <https://doi.org/10.1093/brain/awu270>
- Eastwood, J. D. ve Smilek, D. (2005). Functional consequences of perceiving facial expressions of emotion without awareness. *Consciousness and Cognition: An International Journal*, 14(3), 565-584.
- Egermann, H., Kopiez, R. ve Reuter, C. (2006). Is there an effect of subliminal messages in music on choice behavior? *Journal of Article in Support of the Null Hypothesis*, 4(2), 29-45.

- Eimer, M. ve Schlaghecken, F. (2003). Response facilitation and inhibition in subliminal priming. *Biological Psychology*, 64(1-2), 7-26.
- Ekman, P. (2018). *Yalan söylediğimi nasıl anladın?* (E. İ. Akter, Çev.). Okuyan Us Yayın.
- Ekman, P., Sorenson, E. R. ve Friesen, W.V. (1969). Pan-culture elements in facial displays of emotion. *Science*, 164(3875), 86-88.
- Eraslan, L. (2020). *Sosyal medya ve algı yönetimi: Sosyal medya istihbaratına giriş* (2. Baskı). Anı Yayınları.
- Erdelyi, M. H. (2004). Subliminal perception and its cognates: Theory, indeterminacy, and time. *Consciousness and Cognition*, 13(1), 73-91.
- Evrin Ağacı. (2019). *Subliminal mesaj nedir? Bilinçaltı telkin mesajları davranışlarımızı değiştirebilir mi?* [Çevirim içi form yorumu]. <https://evrimagaci.org/subliminal-mesaj-nedir-bilinçaltı-telkin-mesajları-davranışlarımızı-değiştirebilir-mi-7744>
- Eyüboğlu, H. ve Zorlu, T. (2021). İç mekânda mekânsal davranış üzerine bir değerlendirme: Kütüphane örneği. *Sanat ve Tasarım Dergisi*, 27, 223-241.
- Ferguson, M. J. ve Bargh, J. A. (2004). Liking is for doing: The effects of goal pursuit on automatic evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(5), 557-572.
- Gerrish, K. ve Lacey, A. (2010). *The research process in nursing* (6. Baskı). Wiley-Blackwell.
- Graf, P. ve Schacter, D. L. (1985). Implicit and explicit memory for new associations in normal and amnesic subjects. *Journal of experimental psychology. Learning, Memory, and Cognition*, 11(3), 501-518. <https://doi.org/10.1037//0278-7393.11.3.501>
- Hamann, S. B., Ely, T. D., Hoffman, J. M. ve Kilts, C. D. (2002). Ecstasy and agony: Activation of the human amygdala in positive and negative emotion. *Psychological Science*, 13(2), 135-141. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00425>
- Hassin, R. R. (2013). Yes, it can. *Perspectives on Psychological Science*, 8(2), 195-207.
- Hassin, R., Ferguson, M., Shidlovski, D. ve Gross, T. (2008). Subliminal exposure to national flags affects political thought and behavior. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 104, 19757-19761.
- Havare, S. ve Antalyalı, Ö. (2019). Sağlık sektöründe tanıtım veya tedavi amaçlı bilinç dışı yöntemlerin kullanılabilirliği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(12), 161-180.
- Hicks, R., Alexander, V. ve Bahr, M. (2018). Explicit and implicit memory loss in aging. *International Journal of Psychological Studies*, 10(3), 40-52. <https://doi.org/10.5539/ijps.v10n3p40>
- Huang, A. M., Sun, M. H. ve Vaina, M. L. (2019). Visual attributes of subliminal priming images impact conscious perception of facial expressions. *Journal of Behavioral and Brain Science*, 9(3), 108-120.
- İnanç, Y. B. ve Yerlikaya, E. E. (2012). *Kişilik kuramları* (6. Baskı). Pegem Akademi.

- Jack, R. E., Garrod, O. G. B., Yu, H., Caldara, R. ve Schyns, P. G. (2012). Facial expressions of emotion are not culturally universal. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 109(19), 7241-7244.
- Jacobs, C. ve Sack, A. T. (2012). Behavior in oblivion: The neurobiology of subliminal priming. *Brain Sciences*, 2(2), 225-241.
- Jacoby, L. L. ve Witherspoon, D. (1982). Remembering without awareness. *Canadian Journal of Psychology*, 36(2), 300-324. <https://doi.org/10.1037/h0080638>
- Jones, R. N. (1982). *Danışma psikolojisi kuramları* (F. Akkoyun, Çev.). *Casell Educational Limited*, 20(21), 146-150.
- Kağıtçıbaşı, Ç. ve Cemalcılar, Z. (2016). *Dünden bugüne insan ve insanlar: Sosyal psikolojiye giriş* (18. Baskı). Evrim Yayınevi.
- Karabekiroğlu, K., Gımsal, A. ve Berkem, M. (2005). Psikiyatrik bozukluklarda bellek sorunları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6(3), 188-196.
- Karaca, H. E. (2010). *Resimde bilinç dışı anlatımın rastlantısal ve deneysel süreci* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Karahan, F. ve Sardoğan, M. E. (2012). *Psikolojik danışma ve psikoterapide kuramlar* (3. Baskı). Nobel Yayınları.
- Karamustafaoğlu, O. Aydoğdu, Ü. R. ve Bülbül, M. Ş. (2017). Akademik araştırmalarda araştırma yöntemleri ile örneklem ilişkisi: Doğrulayıcı doküman analizi örneği. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 556-565.
- Karremans, J. C., Stroebe, W. ve Claus, J. (2006). Beyond Vicary's fantasies: The impact of subliminal priming and brand choice. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42(6), 792-798. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2005.12.002>
- Kongthong, N., Minami, T. ve Nakauchi, S. (2013). Semantic processing in subliminal face stimuli: An EEG and tDCS study. *Neuroscience Letters*, 544, 141-146.
- Kouider, S. ve Dehaene, S. (2007). Levels of processing during non-conscious perception: A critical review of visual masking. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 362(1481), 857-875.
- Köylüoğlu, S., Çerçi, S. H. ve Acar, E. Ö. (2018). Reklamlarda subliminal mesajların araştırılmasına yönelik deneysel bir çalışma. F. Çankaya ve S. Kayıkcı (Ed.) *Sosyal, beşerî ve idari bilimlerde akademik araştırmalar-IV* (s. 61-72) içinde. Gece Kitaplığı.
- Kreifelts, B., Jacob, H., Brück, C., Erb, M., Ethofer, T. ve Wildgruber, D. (2013). Non-verbal emotion communication training induces specific changes in brain function and structure. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7, 1-14.
- Küçükbezirci, Y. (2013). Bilinç dışı mesaj gönderme teknikleri ve bilinç dışı mesajların topluma etkileri. *Electronic Turkish Studies*, 8(9), 1879-1894.

- Ledoux, J. (2003). The emotional brain, fear, and the amygdala. *Cellular and Molecular Neurobiology*, 23(4-5), 727-738.
- Ledoux, J. (2008). Remembrance of emotions past. In K. Fisher ve M.H. Immordino-Yang (Eds.), *The jossey-bass reader on the brain and learning* (pp. 151-179). Jossey-Bass/Wiley.
- Ledoux, J. E. (2014). Coming to terms with fear. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(8), 2871-2878.
- Loftus, E. F. ve Klinger, M. R. (1992). Is the unconscious smart or dumb? *American Psychologist*, 47(6), 761-765. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.47.6.761>
- Luo, Q., Peng, D., Jin, Z., Xu, D., Xiao, L. ve Ding, G. (2004). Emotional valence of words modulate a test the subliminal repetition priming effect in the left fusiform gyrus: An event-related fMRI study. *Neuro Image*, 21(1), 414-421.
- Manelis, A., Hanson, C. ve Hanson, S. J. (2011). Implicit memory for object locations depends on reactivation of encoding-related brain regions. *Human Brain Mapping*, 32(1), 32-50.
- Mcculloch, K. C. ve Smith, P. K. (2012). Subliminal perception. In *Encyclopaedia of human behavior* (pp. 551-557). Elsevier.
- Meneguzzo, P., Tsakiris, M., Schioth, H. B., Stein, D. J. ve Brooks, S. J. (2014). Subliminal versus supraliminal stimuli activate neural responses in anterior cingulate cortex, fusiform gyrus and insula: A meta-analysis of fMRI studies. *BMC Psychology*, 2(1), 52. <https://doi.org/10.1186/s40359-014-0052-1>
- Miliša, Z. ve Nikolić, G. (2013). Subliminalne poruke i tehnike u medijima. *Nova Prisutnost: Časopis za Intelektualna i Duhovna Pitanja*, 11(2), 293-312.
- Monahan, J. L., Murphy, S. T. ve Zajonc, R. B. (2000). Subliminal mere exposure: Specific, general, and diffuse effects. *Psychological Science*, 11(6), 462-466. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00289>
- Moore, T. E. (1982). Subliminal advertising: What you see is what you get. *Journal of Marketing*, 46, 38-47.
- Morgan, C. T. (2009). *Psikolojiye giriş*. Eğitim Kitabevi.
- Morris, G. C. (2002). *Psikolojiyi anlamak: Psikolojiye giriş* (B. H. Ayvaşık ve M. Sayıl, Çev.). Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Morris, J. S., Ohman, A. ve Dolan, R. J. (1999). A subcortical pathway to the right amygdala mediating “unseen” fear. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 96(4), 1680-1685.
- Mudrik, L., Breska, A., Lamy, D. ve Deouell, L. Y. (2011). Integration without awareness: Expanding the limits of unconscious processing. *Psychological Science*, 22(6), 764-770. <https://doi.org/10.1177/0956797611408736>
- Mumcu, S. (2002). *Açık mekanlardaki yer tercihlerinin mekânsal özellikler açısından incelenmesi: Trabzon, Atapark örneği* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Murphy, J. (1963). *The power of your subconscious mind*. Prentice Hall Inc.

- Murphy, S.T. ve Zajonc, R.B. (1993). Affect, cognition, and awareness: Affective priming with optimal and suboptimal stimulus exposures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(5), 723-739.
- Neuroscience Academic and Business Solutions. (2019). *Contributing tools to neuro marketing studies*, [Araştırmalar]. <https://www.neuroscience.org.uk/contributing-tools-neuromarketing-studies/Neuroscience>
- Nomura, M., Ohira, H., Haneda, K., Iidaka, T., Sadato, N., ... Yonekura, Y. (2004). Functional association of the amygdala and ventral prefrontal cortex during cognitive evaluation of facial expression primed by masked angry faces: An event-related fMRI study. *Neuroimage*, 21(1), 352-363.
- Norbury, R. M., Clare, E., Cowen P. J., Goodwin, G. M. ve Harmer, C. J. (2007). Short-term antidepressant treatment and facial processing functional magnetic resonance imaging study. *British Journal of Psychiatry*, 190(6), 531-532.
- Ochsner, K. N., Silvers, J. A. ve Buhle, J. T. (2012). Functional imaging studies of emotion regulation: A synthetic review and evolving model of the cognitive control of emotion. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1251, 1-24.
- Ögel, K. (2020). *Bağımlılık ve tedavisi temel kitabı* (3. Baskı). IQ Kültür Sanat Yayıncılık.
- Öktem, Ö. (2013). *Davranışsal nörofiziolojiye giriş*. Nobel Kitabevi.
- Oulasvirta, A. (2004). Task demands and memory in web interaction: A levels of processing approach. *Interacting with Computers*, 16(2), 217-241. <http://dx.doi.org/10.1016/j.intcom.2003.12.004>
- Özkol, G. ve Pakyürek, G. (2021). Aleksitimi düzeyi farklılaşan üniversite öğrencilerinde duygu yüklü kelimelerin açık ve örtük bellek üzerindeki etkileri. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(1), 27-38.
- Öztürk, G. (2014). *Eşikaltı ve eşiküstü sunum düzeyi ile hazırlayıcı ve hedef uyarılar arasındaki süre değişimlerinin duygusal hazırlama üzerindeki etkileri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Packard, V. (1957). *The hidden persuaders*. Cardinal.
- Popneuro. (2021). *The evolution of subliminal messaging and product placement*. <https://www.popneuro.com/neuromarketing-blog/evolution-of-subliminal-messaging-and-product-placement-consumer-behavior>
- Potter, M. C., Wyble, B., Haggmann, C. E. ve Mccourt, E. S. (2014). Detecting meaning in RSVP at 13 ms per Picture. *Attention, Perception & Psychophysics*, 76(2), 270-279. <https://doi.org/10.3758/s13414-013-0605-z>
- Rauch, S. L., Whalen, P. J., Shin, L. M., Mcinerney, S. C., Macklin, M. L., ... Pitman, R. K. (2000). Exaggerated amygdala response to masked facial stimuli in post-traumatic stress disorder: A functional MRI study. *Biological Psychiatry*, 47(9), 769-776. [https://doi.org/10.1016/S0006-3223\(00\)00828-3](https://doi.org/10.1016/S0006-3223(00)00828-3)
- Ruch, S., Zu, M. A. ve Henke, K. (2016). Subliminal messages exert long-term effects on decision-making. *Neuroscience of Consciousness*, 2016(1), 1-9.

- Russell, T. G., Rowe, W. ve Smouse, A. D. (1991). Subliminal self-help tapes and academic achievement: An evaluation. *Journal of Counselling & Development*, 69, 359-362.
- Sadaghiani, S., Hesselmann, G. ve Kleinschmidt, A. (2009). Distributed and antagonistic contributions of ongoing activity fluctuation to auditory stimulus detection. *Journal of Neuroscience*, 29(42), 13410-13417.
- Sadedil, S. (2018). Nöropazarlama literatürüne etki eden nörobilim alanlarının ve kavramlarının nöropazarlama bakış açısı ile incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(2), 187-201.
- Sağlam, M. (1997). *Beynin kimliği*. Denge Yayınları.
- Sayar, F. (2011). *Açık, örtük ve otobiyografik bellek: Ergen, erken yetişkin ve yaşlı gruplar açısından karşılaştırılması* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Shalgi, S. ve Deouell, L. Y. (2013). Is there any electro physiological evidence for subliminal error processing?. *Frontiers in Neuroscience*, 7, 150.
- Shobe, E. R. (2014). Independent and collaborative contributions of the cerebral hemispheres to emotional processing. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 230.
- Sığınç, H. ve Koç, B. (2017). Subliminal mesajlar ve gıda tüketimi üzerine bir değerlendirme. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(14), 83-96.
- Slipp, S. (2000). Subliminal stimulation research and its implications for psychoanalytic theory and treatment. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 28(2), 305-320.
- Smith, T. B. (1993). Effects of subliminal stimuli on unconscious processing of anxiety: An examination of implicit perception. *Perceptual and Motor Skills*, 77(3), 899-904.
- Strahan, E. J., Spencer, S. J. ve Zanna, M. P. (2002). Subliminal priming and persuasion: Striking while the iron is hot. *Journal of Experimental Social Psychology*, 38(6), 556.
- Sur, R. (2015). Impact of subliminal messages on consumer behavior: A fresh look into the future. *International Journal of Interdisciplinary and Multidisciplinary Studies*, 2, 56-59.
- Susskind, J. M., Lee, D. H., Cusi, A., Feiman, R., Grabski, W. ve Anderson, A. K. (2008). Expressing fear enhances sensory acquisition. *Nature Neuroscience*, 11(7), 843-850.
- Sweeny, T. D., Grabowecy, M., Suzuki, S. ve Paller, K. A. (2009). Long-lasting effects of subliminal affective priming from facial expressions. *Consciousness and Cognition*, 18, 929-938.
- Takahashi, K. (2008). *Effect of subliminal messages and suggestions on memory: Isolating the placebo effect* [Unpublished master's thesis]. Florida State University.
- Tamietto, M. ve De Gelder, B. (2010). Neural bases of the non-conscious perception of emotional signals. *Nature Reviews Neuroscience*, 11(10), 697-709.
- Tarlacı, S. (2021). *Bilinç: Beyin, zihin ve benliğin keşfi* (4. Baskı). Destek Yayınları.
- Tavat, B. (1991). Örtük bellek görevleri. *Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi*, 3(4), 270-277.
- Taylor, E. (2012). *Self-hypnosis and subliminal technology*. Hay House Inc.

- Tiryakikol, S. (2021). Bellek tasnifleri ve dil eğitimine yansımaları: Dil bilmek ne(yi) bilmektir?. *Dil ve Edebiyat Araştırmaları*, 24, 65-84.
- Tulving, E. ve Schacter, D. L. (1990). Priming and human memory systems. *Science (New York, N.Y.)*, 247(4940), 301-306. <https://doi.org/10.1126/science.2296719>
- Tuna, P. (2007). Beyin: Elektromanyetik sistem [Türkçe derleme]. *Neuro Quantology*, 5(3).
- Van Den Bussche, E., Van Den Noortgate, W. ve Reynvoet, B. (2009). Mechanisms of masked priming: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 135(3), 452-477. <https://doi.org/10.1037/a0015329>
- Van Gaal, S., De Lange, F. P. ve Cohen, M. X. (2012). The role of consciousness in cognitive control and decision making. *Frontiers in Human Neuroscience*, 6, 1-15.
- Vlassova, A. ve Pearson, J. (2018). Unconscious decisional learning improves unconscious information processing. *Cognition*, 176, 131-139. <https://doi:10.1016/j.cognition.2018.02.018>
- Vokey, J. R. (2002). *Subliminal messages*. In J. Vokey, R. ve S. W. Allen (Eds.), *Psychological sketches*. Psyence Ink.
- Weber, R. (2010). Implement purchase choice into the customer. *Retrieved February, 12, 2014*.
- Weinberger, J. ve Westen, D. (2008). RATS, we should have used Clinton: Subliminal priming in political campaigns. *Political Psychology*, 29(5), 631-651.
- Whalen, P. J., Rauch, S. L., Etkoff, N. L., Mcinerney, S. C., Lee, M. B. ve Jenike, M. A. (1998). Masked presentations of emotional facial expressions modulate amygdala activity without explicit knowledge. *The Journal of Neuroscience: The Official Journal of The Society for Neuroscience*, 18(1), 411-418. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.18-01-00411.1998>
- Winkielman, P. ve Berridge, K. C. (2004). Unconscious motion. *Current Directions in Psychological Science*, 13(3), 120-123.
- Yalçın, Ş., Çeçen, S. ve Erçetin, G. (2015). Dil öğrenme yatkınlığının tanımlanmasında işler bellek ve açık/örtük bilgi türlerinin rolü. *Boğaziçi Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 32(2), 1-17.
- Yazıhan, N. T. ve Yetkin, S. (2018). Uyku ve açık bellek arasındaki ilişki. *Journal of Turkish Sleep Medicine*, 5, 54-57.
- Yıldırım, K., Hidayetoğlu, M. L. ve Şen, A. (2007). Farklı mimari biçimlerdeki kafe/pastane mekânlarının kullanıcıların algı-davranışsal performansı üzerine etkisi. *Politeknik Dergisi*, 10(3), 295-301.
- Zajonc, R. B. (1968). Attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9(2, Pt.2), 1-27. <https://doi.org/10.1037/h0025848>
- Zajonc, R. B. (1980). Feeling and thinking: Preferences need no inferences. *American Psychologist*, 35(2), 151-175.
- Zajonc, R. B. (1984). On the primacy of affect. *American Psychologist*, 39(2), 117-123.
- Zekan, S. B. ve Zekan, I. (2021). Subliminal messages in advertising: Do they really work? *Dubrovnik International Economic Meeting (DIEM)*, 7(1), 102-113.
- Zeman, A. (2006). *Bilinç kullanım kılavuzu* (G. Koca, Çev.). Metis Yayıncılık.

Zust, M. A., Colella, P., Reber, T. P., Vuilleumier, P., Hauf, M., ... Henke, K. (2015). Hippocampus is place of interaction between unconscious and conscious memories. *PloSOne*, 10(3), e0122459. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0122459>



CRRPP

