

DEPRESYONDA BİLİŞSEL-DAVRANIŞÇI YAKLAŞIMLAR: BECK'İN BİLİŞSEL KURAMI*

(Cognitive-Behaviorist Approach at Depression Treatment: Beck's Cognitive Theory)

Yrd. Doç. Dr. Nergüz BOZKURT**

ÖZET

Bu çalışmada, son yıllarda dünyada ve ülkemizde önem kazanmaya başlayan bilişsel-davranışçı yaklaşımlar ele alınmıştır. Bu amaçla önce depresyonun ne olduğu açıklanmış ve depresyonda bilişsel-davranışçı yaklaşımlardan, Ellis, Rehm, Seligman'ın kuramları üzerinde kısaca durulmuştur. Daha sonra da depresyonun oluşumu ve tedavisine ilişkin olarak geliştirilmiş olan Beck' in bilişsel kuramı detaylı olarak ele alınmıştır.

Anahtar Sözcükler: Depresyon, bilişsel-davranışçı yaklaşımlar, Beck'in bilişsel kuramı

ABSTRACT

In this study, the cognitive-behaviorist approach are examined which have important in the world and our country in recent years. For this purpose, first the depression concept and cognitive-behaviorist approach are defined and then Ellis, Rehm and Seligman's theories are explained. Finally the formation of depression and its treatment which was developed by Beck's cognitive theory are revealed.

Key Words: Depression, cognitive-behaviorist approach, Beck's cognitive theory

GİRİŞ

Son yıllarda tüm toplumlarda yaygın olarak görülen ve psikiyatri dilinde "soğuk algınlığı" olarak tanımlanan depresyon, günümüzde intiharlarla bağlantılı çok önemli bilişsel bir rahatsızlık olarak ele alınmakta ve depresyona toplumun her kesiminde rastlanmaktadır (Durak, 1994).

Günümüzde psikoloji alanında önem kazanmaya başlayan bilişsel yaklaşımda depresyon ve kaygı duygularının kişinin olaylara verdiği anlamlarla yakından ilişkili olduğu kabul edilmektedir. Olaylara verilen anlamların ise bireylerin çocukluk döneminden edindiği deneyimlerle belirlenmiş şemalardan yaptığı düşünme hatalarından ve yaşadığı olumsuz düşüncelerin sıklığından etkilendiği kabul edilmektedir (Beck, 1976). Depresyonla ilişkili rahatsızlıkların, özellikle çocuk ve ergenlerde çok sık olarak gözlemlendiği, depresyona bağlı intihar oranlarının gençler arasında artış gösterdiğine ilişkin sonuçlar verilmektedir (Aytar, 1985; Yüksel, 1987; Blackburn,

1993). Psikolojide 1960'larda ortaya çıkan bilişsel devrim ile depresyona bir çok yeni açıklamalar getirilmiştir. Depresyon terimi, psikiyatri ve akıl hastalığı alanında oldukça sık karşılaşılan bir kavramdır. Duygudurum (mood) hali ve karamsar düşünce olarak tanımlanmaktadır. Depresyon, ilginin kaybolması ve azalmış enerji düzeyi ile açıklanmaktadır. Depresyon arttıkça olumsuz otomatik düşüncelerin yoğunluğu da artmaktadır. Bu tür düşüncelerin yoğunluğunun artması ise amaçlı ve mantıklı düşüncenin azalması ile paralel olarak depresif durumun artmasına neden olduğu varsayılmaktadır (Twaddle ve Scoot, 1991).

Depresyonda Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımlar:

Bu bölümde, depresyonla ilgili çağdaş kuramlar içerisinde, depresyonun oluşumu ve tedavisine ilişkin olarak geliştirilmiş olan bilişsel kuramlardan, Ellis, Rehm, Seligman ve Beck'in bilişsel kuramları yer almaktadır.

* Bu Çalışma, yazarın Doktora tezinin kuramsal bölümünden özetlenmiştir.

** D.E.Ü. Buca Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, E.P.H. Anabilim Dalı Öğretim Üyesi.
e-mail: nerguz.bozkurt@deu.edu.tr

Akılcı-Duygusal Yaklaşım (Rational-Emotive Theory (RET)):

Ellis'in (1970) Akılcı-Duygusal Yaklaşımı'na göre depresyonun oluşumuna mantıksız düşünceler, duygular ve davranışlar neden olmaktadır. Mantıksız düşünceler daha çok temel varsayımlara ve inançlara dayanmaktadır. Bu modelde duygusal değişimler irrasyonel inançlardan kaynaklanmaktadır. İlk psikolojik rahatsızlık, algılanan olayların tamamen içten gelen bir duyguyla yorumlanması eğilimi olarak göz önüne alınmıştır. Bu değerlendirmede dogmatik, "gerekir", "şarttır" gibi formlarda yönlendirilmektedir. Bu şartlar psikolojik rahatsızlıkların özünü oluşturmaktadır. Ellis bazı RET fikirlerini şöyle belirlemiştir: (Corey, 1982, s:171).

İnsanlar kendilerini rahatsız edilmiş hisseder; İnsanlarda biyolojik ve kültürel olarak yanlış düşünme eğilimi vardır; İnsanlar kendilerini rahatsız edecek düşüncelerini muhafaza etme eğilimindedirler; İnsanlarda kendi bilişsel, duygusal ve davranışsal yöntemlerini değiştirebilme kapasitesi vardır.

RET'in diğer bir temel varsayımı da insanlar düşünür, duygulanır ve aynı zamanda davranırlar şeklindedir. RET süreci içerisinde tedavi amacıyla ABC modelinden yararlanılmaktadır. Bu kuram, kişinin yaşantıları, inanç sistemi ve duyguları arasındaki etkileşimi açıklamaktadır. Akılcı-Duygusal yaklaşıma göre, rahatsız edici duygu ve davranışların nedeni, olaylar değil olaylara yönelik geliştirilen düşüncelerdir. (Corey, 1982, s:172).

Depresyonda öz-denetim modeli (Self-control model)

Rehm (1977-1981), depresyonu öz denetim kuramı ile ele almaktadır. Bu noktada depresyon, öz denetimde, bilişsel-davranışsal yetersizlik olarak görülmektedir. Bireyin sahip olduğu; yani, kendi davranışlarındaki denetim üç ayrı süreçle açıklanabilir. Bunlar "kendini izleme", "kendini değerlendirme" ve "kendini pekiştirme" şeklindedir. Aşağı-

daki yetersizliklerin depresyonda etkili olduğu varsayılmıştır (Twaddle ve Scoot, 1991, s:62):

1. Kendini izleme (Self-monitoring):
 - a) Depresif bireyler kendi çevrelerinde olumlu olaylar dışında, seçici olarak olumsuz olanları seçme eğilimindedirler;
 - b) Depresif bireyler seçici olarak olumsuz olanları seçme eğilimindedirler.
2. Kendini değerlendirme (Self-evaluation):
 - a) Depresif bireyler kendilerini değerlendirirken uygulanması gereken sıkı kurallar koyma eğilimindedirler;
 - b) Depresif bireyler kendi davranışları için olumsuz bağlantılar kurmaktadır;
 - c) Buna göre dışsal faktörler için olumlu sonuçlar, içsel faktörler için olumsuz sonuçlar bağlantısı kurmaktadır.
3. Kendini Pekiştirme (Self-reinforcement):
 - a) Yukarıdakilerin sonucu olarak depresif bireyler kendilerini yetersiz pekiştirme eğilimindedirler;
 - b) Depresif bireyler kendilerini cezalandırma eğilimindedirler.

Öğrenilmiş-Çaresizlik Modeli (The Learned-Helplessness Model)

Seligman'ın (1981) modeli ana hatları, Rehm'in modelinde olduğu gibi, depresyonun önemli bir psikolojik süreç olduğu ve bireyin beklentilerini etkilediği şeklinde açıklanmıştır. Bu modele göre kontrol yaşantısına ulaşmayan organizma motivasyonel, bilişsel (gelecek hakkında karamsar beklentiler) ve depresif duygu durumunda bozukluk göstermektedir. Abramson ve arkadaşları, yetersiz olan modeli yeniden gözden geçirmişler ve böylece dört varsayımı yeniden ele almışlardır (Twaddle ve Scoot, 1991).

1. *Hoşnutsuzluk Beklentisi, Nefret (Expected Oversiveness)*: Burada bireyin hoşnutsuzluk beklentisinin yüksek olduğu görül-

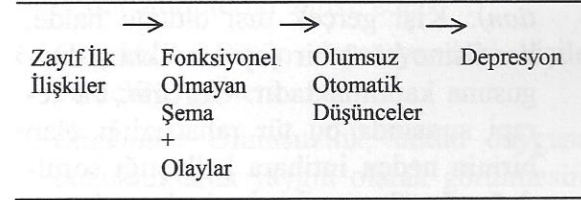
mekte veya kişinin bir çok beklentisi gerçekleşmemektedir.

2. *Kontrolsüzlük Beklentisi (Expected Uncontrollability)*: Bu anlamda, birey, olması olanak dahilinde olan olaylar hakkında bir şey yapamamaktadır.
3. *Yükleme Biçimi (Attributional Style)*: Bu anlamda, birey, olumsuz olayları çarpıtılmış bir şekilde içsel sebeplerle, tutarlı ve evrensel olan olumlu olayları da dışsal sebeplerle ilgili görmektedir. Öğrenilmiş çaresizlik modelinde kontrol edilemeyen olayların bağlantısı, bireyin olaya tepkisini belirlemektedir.
4. *Motivasyonel, Bilişsel ve Duygusal Semptomların Önemi (Severity of Motivational, Cognitive and Emotional Symptoms)*: Burada hoşnutsuzluğun büyüklüğü ve deneyimsizlik beklentisi, motivasyonun azalmasına ve bilişsel yetersizliklere sebep olmaktadır.

Beck' in Bilişsel Kuramı

Beck ve meslektaşları (Beck, 1976; Beck, Rush, Shaw ve Emery, 1979) depresyonda ve diğer bozukluklarda bilişsel kuramı geliştirmişlerdir. Beck' in kuramı iki bölümde ele alınabilir. Birincisi kuramın, yapısal parçası olan kişinin kendisi, geleceği ve dünya hakkındaki olumsuz algılamalarıdır; ikincisi ise bilgi işlem stratejilerindeki yöntemlerdir. Bunlar düşünmede yapılan mantıksal hatalar ve düzensizlikleri içermektedir. Kuramda bu iki bölüm birbiriyle bağlantılı oldukları halde birisini, diğeri olmadan da kabul etmek mümkündür. Kuramda bulunan şemanın seçimi, akılcı ve mantıklı düşünme olmalıdır görüşünü desteklemektedir Kuramın yapısal bölümünde, depresif kısım üçlü karakteristiğinde, kişinin kendisini olumsuz olarak değerlendirmesi, geleceğin ulaşılmayan ve başarısızlıklarla dolu, dünyanın ise korkunç bir yer olarak algılanması ile açıklanmaktadır. Bu varsayımlar ilk yıllardaki ilişkilerden kaynaklanmaktadır. Bu durum, devam eden psikolojik zayıflıklara öncülük etmektedir.

Benzeri olayların ve durumların görülmesi ve bilginin olumsuz işlenmesi depresyonun artmasına neden olabilmektedir (Bkz. Şekil 1). Stres yaratıcı faktörlerle karşılaşan bireyin şeması duyarlılık kazanarak, depresif şemayı harekete geçirmektedir (Twaddle ve Scoot, 1991; Sungur, 1994).



Şekil 1: Beck'in Bilişsel Kuramının Basamakları

Beck'e (1967, 1976, 1984) göre depresyonun belirgin psikolojik semptomları, düşünmede üç seviye ortaya çıkarmaktadır. Bunlar bilişsel üçlü ve düşünme süreci olarak açıklanabilir. Bireylerin kendilerini, çevresini ve geleceğini olumsuz olarak görmeleri ve değerlendirmelerinden oluşmaktadır. Beck'e göre bu üçlü, kişinin yanlış algılama ve yorumlarından kaynaklanmaktadır. Depresif kişiler olumlu ve olumsuz durumlar eşit oranda mevcut olsa bile olumsuzlukları algılama eğilimindedirler (Coyne ve Gotlib, 1983). Bu algılamanın otomatik olarak gelişigüzel bir şekilde olduğu ve yönlendirilmiş düşüncelerin sonuçları Beck'in depresyona ilişkin bilişsel modeli Şekil 2'de özetlenmiştir.

Sistematik mantıklı düşünme hataları (Systematic logical thinking errors): Depresif kimseler olayları değerlendirirken alışkanlık haline gelmiş, hatalı sebep bulma davranışları göstermektedirler. Bu hatalar aşağıda listelenmiştir:

1. *Keyfi Çıkarsama (Arbitrary Inference)*: Destekleyici verilerin eksik olduğu durumda olumsuz sonuçlar çıkarma, örneğin; doğum günü için bir arkadaşının tebrik kartı göndermemesini "Arkadaşım beni unuttu" diye değerlendirmesi gibi. Keyfi çıkarsamanın iki türü vardır. Bunlar zihin okuma ve olumsuz tahmindir (Beck, Rush, Shaw ve Every, 1979).

- a) *Zihin okuma (Mind Reading)*: Kişi tarafından, diğer insanların kendisine nasıl baktığı konusunda bir takım fikirler yürütülür ve kendini savunmak için karşı atak yapılır. Bu durum olmayan bir durum karşısında olmuş, olumsuz bir girişimdir.
- b) *Olumsuz Tahmin (Negative Assumption)*: Kişi gerçek dışı olduğu halde, kendisine kötü bir şey olacaktıymış duygusuna kapılmaktadır. Örneğin; bir terapi sırasında bu tür rahatsızlığı olan birinin neden intihara kalkıştığı sorulduğunda “ben sonsuza kadar rahatsız kalacağım, geleceğime baktığımda, bu böyle devam edip gidecek ve hiçbir tedavi başarılı olmayacak” gibi yanıtlaması. Bu tür olumsuz beklentiler, olumsuz tahminden kaynaklanmaktadır.
2. *Seçici Soyutlama (Selective Abstraction)*: Sıklıkla olumsuz detaylar üzerinde yoğunlaşması ve genellikle de bir durumun daha önemli olan yönlerini yadsımasıdır. Örneğin; bir işçinin kendisi hakkındaki raporda kötü yönlerinin gösterilmesinden “onlar benim hakkımda iyi düşünmüyor” sonucunu çıkarması gibi.
3. *Aşırı Genelleme (Overgeneralization)*: Tek bir olaydan hareketle çok geniş durum ve olaylarda gelişen güzel sonuçlar çıkarma. Örneğin; matematik sınavında başarısız bir öğrencinin “hiçbir zaman matematik sınavından geçemeyeceğim” diye düşünmesi.
4. *Büyütme ve Küçültme (Magnification-Minimization)*: Olayların önemine göre yapılan değerlendirme hataları: Örneğin, bir günde elde edilen başarıların göz ardı edilerek bir başarısızlığın abartılması ve başarıların küçümsenmesi ile “ben işimde başarılı değilim” sonucunun çıkarılması.
5. *Kişiselleştirme (Personalization)*: Kişinin olumsuz olayla ilgisi olmadığı halde, olayı kendisiyle ilgili görme eğilimidir. Örneğin; “arkadaşımı sigara içme konusunda uyarsaydım, kalp krizinden ölmezdi” diye düşünme gibi.
6. *Mutlakiyetçi, İkili Düşünme (Absolutistic, Dichotomous Thinking)*: Bu ifade kutsal zıtlıklarda düşünme olarak da açıklanabilir. Bu çeşit düşünme kişisel özelliklerin siyah beyaz gibi aşırı uçlarda değerlendirilmesini içermektedir. Örneğin; “hep” ya da “hiç” düşüncesi mutlakiyetçiliğin bir şekli olarak görülebilir. Bireyin en küçük kusur ya da başarısızlıktan kendini ümitsiz ve hiçbir şey gibi görmesidir. İnsanların kendilerini kötü hissetmelerine neden olduğu varsayılan depresif duygulardan bazıları aşağıdaki gibi verilmiştir (Beck, 1976, s:255):
- a) Mutlu olmak için bütün insanlar tarafından kabul edilmeliyim.
- b) Eğer en tepede değilsem ben yıkılıyorum.
- c) Tanınmamış olmak çok güzeldir, ünlü olmak, sağlıklı olmak harikadır, sağlıklı olmak korkunçtur.
- d) Eğer hata yaparsam bu demektir ki ben beceriksiz biriyim.
- e) Benim kişisel değerim diğerlerinin benim hakkımdaki düşüncelerine bağlıdır.
- f) Sevgisiz yaşayamam, eğer akrabalarım (eşim, annem, babam, çocuklarım) beni sevmezlerse ben değersiz biriyim.
- g) Eğer bir kimse benimle aynı fikirde değilse, o beni sevmiyor demektir.
- h) Eğer elime geçen fırsatları kullanamazsam daha sonra pişmanlık duyurum.

Beck' in (1976) açıkladığı gibi meli-malı cümlelerle dile getirilen tutumlar ve yaşama mutlaklarla yaklaşma insanlarda, depresif tutumlarla yol açabilmektedir. Aşırı mükemmeliyetçi düşünce kişiyi, hata yapmaktan alıkoyduğundan kişi, hata yapmamak için, bu kez hiçbir şey yapmamaya başlamaktadır. Bütün insanlarda gerçekleri saptırma eğilimi vardır. Eğer bu rahatsızlıklar aşırı ise kişi gerçeklerle bağlantısını kaybeder ve psikopatolojik belirtiler ortaya çıkar. Yukarıda belir-

tilen düşünme hataları, bilinçsel çarpıtmalar, temel yaşam şeması ile çocukluk çağında kurulmakta ve bir dış olay bu şemayı uyardığı zaman belirli bir rahatsızlığa yol açtığı belirtilmektedir.

Beck (1969) tarafında geliştirilen depresyon kuramı ve onu temel alan psikoterapisi geniş bir araştırma alanına sahiptir. Depresyonda bilişsel terapinin etkili olduğu genel olarak kabul görmesine karşın bilişsel kuramın geçerliliğine ilişkin daha az noktada uzlaşma olduğu görülmektedir. Eleştirmenlerin yorumları daha çok olumsuzdan daha iyimsere kadar geniş bir yelpazeye yayılmıştır.

Beck'in (1987) bilişsel depresyon kuramında, son önerisinin öncekilerden farklı olduğu görülmektedir. Aşağıda gözlemsel araştırmanın yorumu için önce Beck'in bilişsel kuramı açıklanmış, sınanabilir varsayımlar sıralanarak kuramın nasıl geliştiğine bakılmıştır. (Stiles ve Gotestam, 1989). Beck'in bilişsel kuramındaki biliş teriminin genellikle yanlış anlaşılma olduğu, buna neden olan iki temel nokta bulunduğu belirtilmektedir. Birincisi, Beck'in kullandığı bilişler teriminin kabul edilmemiş olabileceği belirtilmekte ve kuramın temelini işlevsel olmayan inançların oluşturduğu ileri sürülmektedir. İkincisi, Beck'in kullandığı öncelik terimidir. Bu terimin depresyonun ilerlemiş durumlarında oluşmuş bozuklukları işaret etmekte olduğunu belirtmiştir.

Depresif bilişler hakkında test edilebilen birkaç varsayım tanımlanabilir, bunlar aşağıda açıklanmıştır;

1. *Olumsuzluk*: Depresif bireylerin düşünceleri normal insanlarınkine göre daha olumsuzdur.
2. *Dışlanmışlık*: Olumsuz bilişler depresyon sırasında her tarafa yayılırlar, olumlu olanların durumları "otomatik çıkarsamadır". Yani depresif insanlarda olumlu düşüncelerde azalma görülmektedir.
3. *Üçlü*: Depresyondaki insanlar, kendileri,

dünya ve gelecekları hakkında normal insanlara göre daha olumsuz düşünmektedirler.

4. *Otomatiklik*: Bu olumsuz bilişler tekrarlayıcı, istem dışı ve kolayca kontrol edilemeyen algılamaları içermektedir.
5. *Evremsellik*: Bu bilişsel üçlü depresyonun bütün alt tiplerini temsil eder.
6. *Gereklilik*: Bütün depresyondaki kişiler bu üçlüyü gösterir.
7. *Özgünlük*: Olumsuzluk, bütün duygusal bozukluklarda yaygın olarak görülmesine rağmen, depresif bilişler daha kesin ve kötü sonuçlara götürebilir.
8. *Bilişsel olmayan semptomlarda birliklilik*: Olumsuz bilişin derecesi, depresyonun bilişsel olmayan belirtilerdeki şiddetine bağlıdır.
9. *Bilgi sürecinde koşullanma ve bozukluklar*: Depresif bilişler genellikle olumsuz bir durumu ve gerçekleri çarpıtma gibi durumları yansıtır.

Beck, olumsuz bilişin işlevsel olarak depresif durum ile bağlantılı olduğunu ve bunların stres yaratıcı faktörler sonucu ortaya çıktığını açıklamıştır. Örneğin; biri "ben başarılı değilim o zaman hiçbir şeyim" tezine inanır ve gerçekten başarısız olursa, onu bu olumsuz şartlara hazırlayan durumun, daha önceden yaşadığı olumsuz biliş ve depresyon ile yakından ilgili olduğu varsayılmaktadır. İşlevsel olmayan inancı, stres yaratıcı faktörler yoluyla harekete geçiren iki bireysel değişiklik sosyal etki ve otonomidir. Beck'e göre, sosyal etki, bir dereceye kadar başkalarıyla olumlu değişim olarak, otonomi ise bir dereceye kadar bağımsız çalışma, değişkenlik, istek başarı ve doğruluk olarak tanımlanabilir. Bilişsel kurama göre, depresif insanlar, depresif dönemlerinde benzer olumsuz bilişler göstermektedirler.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Özet olarak bilişsel kuram, genetik olmayan ve tek kutuplu depresyonun; fonksiyonel ol-

mayan inançlar, yüksek kişisel değerler ve stres yaratıcı faktörlerin ortaya çıkmasının sonucu olduğunu savunmaktadır (Haaga, Ernst ve Dyck, 1991).

Depresyonla ilgili çalışmalarda, depresyonda bilişsel yaklaşım araştırmaları, psikolojik rahatsızlıkların oluşumu ve tedavisinde önemli bir alternatif oluşturmaktadır. Aynı zamanda depresyonda bilişsel terapinin verimi konusunda önemli gelişmeler görülmektedir. Psi-

koloji alanında bilişin depresyon tedavisinde önemli bir faktör olma özelliği de bulunmaktadır. Çok sayıdaki çalışma bilişsel terapi yönteminin, depresyon için etkili bir tedavi yöntemi olduğuna işaret etmektedir. Ancak, bu konunun daha ayrıntılı olarak incelenmesi bu makalenin sınırlarını aşmaktadır. Bilişsel terapinin depresyon tedavilerindeki etkililiğini ortaya koyacak yeni çalışmaların yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Aytar, G. (1985). Life Events, Depression and Anxiety in a University Population. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Back, B.J., Dobson, K.S. (1998). Cognitive Therapy For Depression: Conceptual and Empirical Issues. **Türk Psikoloji Dergisi**, 13(41), 47-65.
- Beck, A.T. (1969). **Depression: Clinical, Experimental and Theoretical Aspect**. Hoeber Medical Division, London.
- Beck, A.T. (1976). **Cognitive Therapy and The Emotional Disorders**, International University Press, New York.
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F. ve Emery, G. (1979). **Cognitive Therapy of Depression**, A Treatment Manual, Guilford Press, NY.
- Blackburn, I.M. (1993). **Depresyon ve Başaıkma Yolları**, Çevirenler: N.H. Şahin ve R.N. Rugancı. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Corey, G. (1982). **Theory and Sychotherapy**. California Brooks / Cole Publishing Company.
- Coyne, C.J. ve Gotlib, I.H. (1983). The Role of Cognition in Depression: A Criticel Appraisal. **Psychological Bulletin**, 94(3), 472-505.
- Durak, A. (1994). Beck Umutsuzluk Ölçeği Geçerlilik, Güvenirlik Çalışması. **Türk Psikoloji Dergisi**, 9(31), 1-11.
- Haaga, D.A.F., Ernts, D., Dyck, J.M. (1991). Empirical Status of Cognitive Theory of Depression. **Psychological Bulletin**, 1(10), 215-236.
- Stiles, Tore. C. ve Gotestam, K.G. (1989). "The Role of Automatic Negative Thoughts in the Development of Disforiks Mood: An Analogue Experiment", **Cognitive Therapy and Research**. 13(2), 161-170.
- Sungur, M. (1994). Kognitif Görüş Bağlamında Depresyon ve Antisipasyon, **Psikiyatri, Psikoloji ve Psikorfarmakoloji Dergisi**. 2, 15-23.
- Twaddle, V. ve Scoot, J. (1991). **Depression Adult Clinical Problems**, Ed. Windy Dryden ve Robert Rentoul, London and New York.
- Yüksel, N. (1987). Adolesan İntihar Girişimlerinin Psiko-sosyal Nedenleriyle İlgili Araştırma. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.