



POLİS ADAYLARININ ÖZ ANLAYIŞ VE KİŞİLERARASI İLİŞKİLERDE FARKINDALI K DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-COMPASSION AND
AWARENESS IN INTERPERSONAL RELATION OF POLICE CADETS

Ruhi YİĞİT*

Öz

Bu araştırmanın amacı, Polis meslek yüksekokulunda öğrenim gören, Polis adaylarının öz anlayış ve kişilerarası ilişkilerde farkındalık düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Araştırma verileri Öz anlayış ölçeği ve Kişilerarası ilişkilerde farkındalık Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Araştırma genel tarama modeline uygun olarak desenlenmiştir. Araştırmanın evreni Konya ili Ereğli Polis Meslek Yüksekokulunda okuyan öğrencilerdir. Bu evrenden tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 249 polis okulu öğrencisi bu araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara bakıldığında; polis adaylarının, kişilerarası ilişkilerde farkındalıklarının sahip oldukları öz anlayış düzeylerinden etkilendiği görülmüştür. Ayrıca polis adaylarının öz anlayışları ile kişilerarası ilişkilerde farkındalıkları arasında pozitif yönlü ve bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Polis adaylarının öz anlayışları kişilerarası ilişkilerde farkındalık düzeylerinden olumlu yönde etkilenmektedir..

Anahtar Kelimeler: Polis Adayları, Öz anlayış, Kişilerarası ilişkilerde Farkındalık.

Abstract

Main objective of this study is to reveal relationship between levels of awareness of police cadets in terms of interpersonal relations and their self-compassion .Research data has been obtained by using self-insight scale and scale of awareness in interpersonal relations. Research has been made in accordance with general scanning model. Research group consists of police cadets studying in police vocational high school located in Ereğli town of Konya.249 police cadets chosen by using random group sampling method make up the sampling of this research. Given the findings as a result of the research,17 percent of awareness in interpersonal relations of police cadets participated in this research has been resulted from their self-compassion. Moreover a significant relationship between self-insight of police cadets and their awareness in interpersonal relations has been found. As the levels of interpersonal relations of police cadets increases, their self- compassion level increases positively as well.

Key Words: Police cadets, Self-Compassion, Awareness in interpersonal relation.

* Dr., Konya Emniyet Müdürlüğü, KONYA, dr.ruhi-yigit@hotmail.com

1. GİRİŞ

İnsan, ilişkileri içinde sürekli yeniden tanımlanan bir varlıktır; diğer insanlarla hiç ilişkisi olmayan bir insan düşünülemez (Cüceloğlu, 2000). İnsanlar iletişimi kendilerini anlayabilmek, başkalarına anlatabilmek, başkalarını tanımak ve etkilemek amacıyla kullanırlar. Birey kendi deneyimleri kadar, iletişim yoluyla başkalarının deneyimlerinden de yararlanarak yeni bilgi ve becerilere ulaşır (Tabak, 1999). Bir davranışın ortaya çıkmasında birbirleriyle ilişkili olan çeşitli unsurlar söz konusudur. Bu unsurların temelinde başkalarıyla ve dış çevreyle ilişki kurma ihtiyacı yatmaktadır (Akkoyun, 1995). Kendini tanıyan, duygu ve düşüncelerinin farkında olan, güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerini bilen bir kişi kendi duygu, düşünce ve davranışlarını yönetebilir ve kişiler arası olumlu ve yapıcı ilişkileri kurabilir. Etkin bir iletişim için ön koşul kişinin kendi algılarını iyi tanıyabilmesidir. Bireyin kendisine, başkalarına ve iletişimlerine ilişkin değer yargılarını da iyi bilmek iletişim sürecini doğru değerlendirmeyi sağlayacaktır (Özer, 2000). Kendinin ve diğerlerinin duygularının farkında olma, sosyal ve kişisel iyi oluşun önemli bir parçasıdır. Dökmen (1995, 2004). kişiler arası iletişim çatışmalarına yol açabilecek faktörlerden birisinin, kişilerin duygularını tanıyamama olduğunu ve duygularını tanıyan insanların kendileriyle ve diğer insanlarla çatışmalarının büyük ölçüde azalacağını belirtmektedir. Bireylerin düzenli ve tutarlı sosyal etkileşimlere girebilmeleri ve girdikleri etkileşimleri sürdürebilmeleri için, hem izlenimlerini etkili bir şekilde düzenlemeleri, hem de karşılarındakilerin izlenimlerini ortaya koyuşlarını doğru bir şekilde algılamaları gereklidir. Bu bir sosyal beceridir. Smith ve Mckee'ye (2005) göre duygusal olarak sağlıklı ve iyi olma durumu, bireyin farkındalık ve anlama kapasitesi, duygularını ifade edebilme ve yönetebilme yeteneği ile destekleyici bir çevrede karşılıklı olarak başkalarının da duygularını gözetebilmektir. Diğer taraftan kişilerarası ilişkiler bireye benlik algısını, kendine verdiği değeri, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme fırsatı verdiği için bireyin yaşamının çok önemli unsurlarından biri olma özelliğini de taşımaktadır. Kişilerarası ilişkileri başlatma, geliştirme ve sürdürme, diğer bireyleri anlama ve diğerleri tarafından anlaşılma istemenin bireylerin özellikle psikolojik durumları üzerinde oldukça önemli ve olumlu katkıları olduğu ifade edilmektedir. Downey ve Feldman (1996), Erözkan (2004; 2007) ve Rohner (1999) kişilerarası ilişkilerde kabul görmenin, en temel güdülerden biri olarak tüm insanların doğasında yerini aldığı ve bunun da etkili iletişim becerileri ve kişilerarası ilişkiler sayesinde sağlanabildiğini vurgulamışlardır.

Bireylerin psikolojik yaşamında öne çıkan kavramlardan bir diğeri de öz anlayıştır. Öz-anlayış, bireyin acı ve başarısızlık durumlarında kendini eleştirmekten ziyade kendine özenli ve anlayışlı davranması, yaşadığı olumsuz deneyimleri insanoğlunun yaşamının bir parçası olarak görmesi, olumsuz duygu ve düşüncelerin üstünde fazlaca durmaktansa mantıklı bir bilinçle tutması olarak tanımlanabilir (Neff, 2003). Acı veren ya da olumsuz olan durumlarla karşılaştığımızda öz-anlayışın üç temel bileşeni ortaya çıkar: (a) Kendine-şefkat kişinin kendine karşı eleştirel olmaktan çok anlayışlı olması, (b) Ortak paydaşım-kişinin kendi deneyimlerini bireysel olmak yerine tüm

insanların yaşadığı tecrübeler olarak görmesi ve (c) Düşüncelilik–aşırı özdeşleşmeden kaçarak olumsuz duyguların dengede tutulması. Bireyde öz-anlayış geliştiği zaman kendisi ile ilgili olumlu düşüncelerin geliştiği ve olumsuz düşüncelerin etkisini hafiflettiği ve karşılaştığı olumsuz durumlardan kendisine tecrübe edindiği ifade edilmektedir (Deniz, Kesici ve Sümer. 2008). Öz-anlayış kavramının geliştirilmesi, bireylerin aşırı eleştirici ve yıkıcı olmasını engelleyerek, diğerleri ile olan bağlarını daha rahat görmelerini ve kendi duygularına daha net yaklaşımlarını sağlar. Öz-anlayış kavramının değerini önemseyen kültürel bir değişim de topluma faydalı olabilir (Neff, 2003). Araştırmalar öz anlayışla aynı anlamda kullanılabilen öz-duyarlılığın kendini kabul, yaşam doyumu, sosyal ilgi, bilinçlilik, özerklik, kişisel gelişim, mutluluk ve iyimserlik gibi birçok kavramla pozitif ilişkili olduğunu belirtmektedir. Aynı zamanda öz-duyarlık anksiyete, depresyon, öz-eleştiri, nörotizm, düşünce baskısı ve nörotik mükemmeliyetçilikle negatif ilişkili bulunmuştur (Neff, 2003; Neff ve diğerleri, 2005). Öz anlayış, diğerlerinin ıstıraplarına duyarlı olmayı, diğerlerinin acılarının farkında olmayı, bu ıstırap ve acılardan bağlantısız olmamayı ve sakinmemeyi, diğerlerine şefkatli olmayı, diğerlerinin ortaya çıkan ıstıraplarını hafifletme arzusunu ve başarısız olan veya yanlış yapan kimseleri yargılamadan anlamayı içerdiği belirtilmektedir.(Deniz, Kesici & Sümer, 2008).

İnsanların yaşamında rolü olan mesleklerden biriside polisliktir. Ülkemizde polis yetiştiren birden fazla kurum bulunmaktadır. Bunlardan biri, lisans düzeyinde komiser muavini mezun veren Polis Akademisi, diğeri ise polis memuru yetiştiren Polis Meslek Yüksek Okulları ile Polis Meslek Eğitim Merkezleri'dir. Ayrıca Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı liselerin fen bilimleri alanı müfredatına uygun olarak lise derecesinde eğitim ve öğretim yapan, Emniyet Genel Müdürlüğü'ne bağlı olarak kurulan Polis Kolejlere de bulunmaktadır. Polis Meslek Yüksekokulları, Polis Akademisi'ne bağlı iki yıllık ön lisans düzeyinde eğitim-öğretim veren parasız, yatılı ve üniformalı eğitim-öğretim kurumlarıdır. Genel olarak kişilerin karşılaştığı problemlerin büyük çoğunluğunun, çevresiyle etkili bir iletişim kuramamaktan; kendini iyi bir şekilde ifade edememekten ve birbirlerini anlamamaktan kaynaklandığı ifade edilmektedir. Bu bağlamda kişilerarası ilişkilerde farkındalık düzeyi yüksek bireylerin iletişim çatışmalarını daha az yaşayacağı düşünülmektedir. Polislik mesleği ve uygulaması büyük ölçüde, kişilerarası ilişkilere dayanmaktadır. İleride ki mesleki yaşantılarında kendi meslektaşları ve diğer kişilerle ilişkilerinde farkındalık düzeyi yüksek olan polis adaylarının daha başarılı ve etkili olacağı açıktır. Yukarıdaki açıklamalar ışığında bu araştırmanın amacı Polis meslek yüksekokulunda öğrenim gören, Polis adayı öğrencilerin öz anlayışları ile kişilerarası ilişkilerde farkındalıkları arasındaki ilişkinin ortaya konmasıdır.

2. YÖNTEM

Araştırma genel tarama modeline uygun olarak desenlenmiştir. Araştırmanın evreni Konya ili Ereğli ilçesi Polis meslek yüksekokulunda okuyan 480 öğrencidir. Bu evrenden tesadüfî örnekleme yöntemiyle seçilen 249'u bu araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Konya ili Ereğli İlçesinde Polis Meslek Yüksekokulunda okuyan öğrencileri kapsamaktadır. Bu evrenden tesadüfî örnekleme yöntemiyle seçilen 249 polis meslek yüksekokulu öğrencisi bu araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırma için gerekli olan veriler 2011 yılı Eylül-Aralık aylarında toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada Öz-Anlayış Ölçeği (SCS; Self-Compassion Scale), Kişilerarası İlişkilerde Farkındalık Ölçeği (The Relationship Awareness Scale) (RAS) kullanılmıştır. Ayrıca çalışmaya katılan katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla, araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu da deneklere verilmiştir.

Öz-Anlayış Ölçeği

(Self Compassion Scala) Self Compassion Scala (SCS) 26 maddelik 6 alt ölçekten oluşmaktadır. **Ölçekte**, cevaplayanlardan belirtilen durumla ilgili olarak ne kadar sıklıkla hareket ettiklerini, “Hemen hemen hiçbir zaman=1” ve “Hemen hemen her zaman=5” arasında değişen 5'li likert tipi bir ölçekte derecelendirmeleri istenmektedir. Neff (2003) tarafından geliştirilen SCS'nin Türkçe güvenilirlik ve geçerlik çalışması Deniz, Kesici & Sümer (2008) tarafından yapılmıştır. Türkçe Öz-Anlayış Ölçeği (ÖAÖ)'nin orijinalinde farklı olarak ölçeğin tek boyutlu bir yapı gösterdiği ve aynı zamanda madde toplam korelasyonunda 0.30' altında olan 2 tane madde ölçekten çıkartılarak toplam 24 maddelik bir ölçek elde edilmiştir. Ayrıca iç tutarlılık katsayısı 0.89 ve test-tekrar test korelasyon 0.83 olarak hesaplanmıştır. Öz-anlayış ölçeğinin ölçüt-bağıntılı geçerliği ise, SCS ile RSES arasında $r=.62$; SWLS arasında $r=.45$; pozitif duygu arasında $r=.41$ ve negatif duygu arasında $r=-.48$ düzeyinde ilişkiler saptanmıştır.

Kişilerarası İlişkide Farkındalık Ölçeği

Kişiler arası ilişkilerde farkındalık ölçeği, bireylerin kendi başlarına işaretleyebileceği bir ölçme aracıdır. Bireysel ya da grup olarak uygulanabilir. Tek sayfalık form 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçek ilk defa Southeast Missouri State Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden Dr. William E. Snell tarafından Relationship Awareness Scale (RAS) başlığı altında geliştirilerek kullanılmıştır. Bu araştırmada ölçeğin İngilizce aslı olan RAS esas alınmış ve ölçekteki İngilizce ifadeler araştırmacılar tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Söz konusu ifadelere ilişkin seçenekler (1) Kesinlikle Katılıyorum, (2) Kısmen Katılıyorum, (3) Kararsızım, (4) Kısmen Katılmıyorum ve (5) Kesinlikle Katılmıyorum şeklinde puanlanmıştır.

Verilerin Analizi

Polis adaylarının öz anlayışları ile kişilerarası ilişkilerde farkındalıkları arasındaki ilişkinin analizinde pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı tekniği kullanılmış, ayrıca basit regresyon analizi yapılmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Polis Adaylarının Öz-anlayışları ile kişilerarası ilişkilerde farkındalık düzeyi arasındaki regresyon Sonuçları

| R | R ² | B | ss | β | F |
|------|----------------|--------|-------|---------|--------|
| ,410 | ,168 | 76,243 | 4,945 | | 49,904 |
| | | ,421 | ,060 | ,410 | |

Yapılan regresyon analizi sonucunda çalışmaya katılan polis adayı-polis meslek yüksekokulu öğrencilerinin, kişiler arası ilişkilerde farkındalıklarının %17'si öz anlayıştan kaynaklandığı görülmektedir.

Tablo 2. Polis Adaylarının Öz anlayışları ile kişilerarası ilişkilerde farkındalık düzeyi arasındaki korelasyon Sonuçları

| | Kişilerarası ilişkilerde farkındalık | Öz anlayışları |
|---------------------|--------------------------------------|----------------|
| Pearson Correlation | 1 | ,410 |

**p<0.00

Yapılan korelasyon analizi sonucunda polis adaylarının öz anlayışları ile kişisel ilişkilerde farkındalıkları arasında pozitif yönlü ve manidar bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Polis adaylarının kişiler arası ilişki düzeyleri arttıkça öz anlayışları olumlu yönde artmaktadır.

4.TARTIŞMA

Araştırmadan elde edilen birinci bulguya bakıldığında, polis adaylarının, kişilerarası ilişkilerde farkındalıklarının sahip oldukları öz anlayış düzeylerinden etkilendiği anlaşılmaktadır. Böylece öz anlayışın polis adaylarının kişiler arası ilişkilerde farkındalıkları üzerinde etkisinin önemli olduğu ifade edilebilir. Araştırmadan elde edilen bulgu beklentiler yönünde gerçekleşmiştir. Zira

bireyin başkalarıyla olan ilişkilerinde kendine ait psikolojik özelliklerin etkili olması beklenmektedir. Kasatura (1991).çevresindeki insanlarla başarılı iletişim kuran yetişkinlerin kişilik özellikleri incelendiğinde; bu kişilerin kendilerine güven duyan, duygusal ve düşünsel yönden olgunlaşmış kişiler olduğunu ifade etmektedir. Araştırmamızdan elde edilen bulguya benzer bir sonuca, Bozgeyikli (2001). öğretmen adaylarının kişilik özellikleri ve kişiler arası ilişkilerde farkındalık düzeylerini incelediği araştırmasında ulaşmıştır. Adı geçen çalışmada, Kişilik özelliklerinin, kişiler arası ilişkide farkında olma durumunu etkilediği sonucu bulunmuştur. Elde edilen bulgularla ilgili olarak yapılan literatür çalışmasında da benzeri sonuçlara ulaşılmıştır; Armsden ve Greenberg (1987). tarafından yapılan çalışmada anne, baba, arkadaş ilişkileri ile ergenin psikolojik sağlığı arasında anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Koçdağ (2002). ise, kendileri hakkında olumlu düşünceleri ve kendilerine güven duyguları uygun düzeyde olan çocukların sağlıklı arkadaşlık ilişkileri kurma ve başarılı olma şanslarının daha fazla olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca, Burke ve Hunt'un (1985). üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir çalışma da kendisine saygısı düşük ve kendini gerçekleştirememiş öğrencilerin yakın ilişkilerinde, oldukça yetersiz ve kaygılı olduğu bulunmuştur. Üre'nin (1996). yapmış olduğu "Psikolojik danışmada ve kişilerarası ilişkilerde kendini açmanın yeri" isimli çalışmada; kendini açmanın kişilerarası iletişimi kolaylaştırdığını ve empati düzeyini artırdığını bulgusu elde edilmiştir. Ayrıca Neff (2003). tarafından yapılan çalışmada da öz-anlayışlı katılımcıların daha yüksek öz güven sahibi oldukları görülmüştür. Erozkın'ın (2009). lise öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzlarını etkileyen faktörler üzerine çalışmasında; bağlanma stilleri, iletişim becerileri ve problem çözme becerilerinin kişilerarası ilişki tarzlarının önemli yordayıcıları olduğu tespit edilmiştir. Davis (1990). ise, ilişkide farkındalık düzeyinin her ne kadar bir kişilik potansiyeli olarak görülse de, çevre faktörlerinden, özellikle bireyin etkileşime girdiği çevresinden olumlu ya da olumsuz bir şekilde etkilendiğini belirtmektedir. Ayrıca çevreyle olan ilişkinin çeşitliliği ve sayısının kişilerarası ilişkilerde farkındalığı geliştirtirdiği ifade edilmektedir. Elde edilen bulgudan hareketle öz anlayış seviyeleri yüksek olan polis adaylarının kişilerarası ilişkilerde fazla farkındalık düzeylerinin de daha fazla olacağı ifade edilebilir.

Araştırmanın bir diğer sonucu ise, polis adaylarının öz anlayışları ile kişisel ilişkilerde farkındalık düzeyleri arasında pozitif yönlü ve manidar bir ilişkinin olduğudur. Polis adaylarının kişilerarası ilişkilerde farkındalıkları arttıkça öz anlayışları da artmaktadır. Elde edilen bulgu beklentiler yönünde bir bulgudur. Zira kişilerarası ilişkiler bireye benlik algısını, kendine verdiği değeri, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme fırsatı verdiği için bireyin yaşamının çok önemli unsurlarından biri olma özelliğini de taşımaktadır. Yani bireyin başkaları ile olan ilişkilerinin niteliği bize bireyin psikolojik özellikleri hakkında bilgi vermektedir. Başka bir ifadeyle, kişilerarası ilişkileri başlatma, geliştirme ve sürdürme, diğer bireyleri anlama ve diğerleri tarafından anlaşılma istemenin bireylerin özellikle psikolojik durumları üzerinde oldukça önemli ve olumlu katkıları olacağı açıktır. Araştırmamızdan elde edilen bulguya paralel bulgunun elde edildiği Özyeşil (2011). tarafından yapılan

çalışmada Üniversite öğrencilerinin öz-anlayış puanları ile bilinçli-farkındalık puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuş ve bilinçli farkındalığın öz-anlayışı anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Ayrıca Jones'ın (1981). çalışmasında, kişinin karakterinin, iletişimi kurma, ilişkiye geçmeyi engellemek, sosyal olarak çekiciliği azaltmak gibi özelliklerinden dolayı etkilediğini belirtmişlerdir. Odacı (1994). çalışmasında, Yalnızlıkla, benlik saygıları arasında negatif bir ilişkinin olduğu yani benlik saygısı arttıkça yalnızlık düzeyinin azaldığını, öğrencilerin benlik saygısı ile yakın ilişki düzeylerinin pozitif yönlü olduğunu ve benlik saygısı puanları attıkça yakın ilişki düzeyinin de arttığını vurgulamıştır. (Baumeister ve ark. 2003). ise kişilerarası ilişkilerde, benlik saygıları yüksek kişilerin, ne düşündüklerini açıkça söyleme konusunda daha çok istekli olduklarını ve sonuçta daha girişken davrandıkları vurgulamaktadır. Bunun yanında, olumlu kendilik algısına sahip kişilerin kendilerini daha fazla açtıkları, kendilik algısı konularında daha esnek davrandıkları ve daha iyi arkadaşlık ilişkileri yaşadıkları ileri sürülmektedir (Shapiro ve Swensen 1977, Swensen 1973). Anılan tüm bu çalışma bulguları, mevcut çalışmada elde edilen bulgularla tutarlılık göstermektedir. Diğer insanlarla daha çok iletişim kurabilen kişiler arası ilişkilerinde daha seviyeli farkındalık yaşayan kişilerin öz anlayışlarının bundan olumlu etkileneceği sonucunun çıkartılması mümkündür. Polis adaylarının kişilerarası ilişkilerde farkındalıklarındaki artışın onların öz anlayışlarını artıracığı ve kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlayacağı bulgusu bize polis adaylarının etkili ve verimli ilişkiler kurabilmeleri için verilmesi gereken eğitimlerin mutlaka önemsenmesi gerektiğini ifade etmektedir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında, polis adaylarının öz anlayışlarının kişiler arası ilişkilerde farkındalıkları üzerinde etkili olduğu, ayrıca kişiler arası ilişkilerde farkındalıklarını ile öz anlayışları arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Buradan hareketle toplum içerisinde, zor bir görevi yerine getirecek polis adaylarının daha okula seçim ve kabullerinden itibaren öz anlayış ve kişilerarası ilişkilerde farkındalık düzeylerinin ölçülmesi ve geliştirilmesi yönünde gerekli adımlar atılmalıdır. Polis adaylarına daha okuldayken Psikolojik danışma merkezlerinde gerekirse profesyonel yardım hizmeti verilerek öğrencilerin kişilerarası iletişim becerileri hakkında farkındalık kazanmaları sağlanmalıdır. Sağlıklı kişiler arası ilişki kurmalarını sağlayacak kişisel gelişimlerine yönelik seminer çalışmaları ve psiko-eğitsel programlar düzenlenebilir. Sürekli olarak suç ve suçlularla yüz yüze gelecek olan aday polislerin buna karşı hazırlıklı olarak göreve başlamaları önemsenmelidir. Ayrıca, mesleğin ilerleyen yıllarında verilecek hizmet içi eğitimlerde bu konulara yer verilmelidir. Öz anlayıştan yoksun ve kendisine karşı acımasız olan ayrıca kişilerarası ilişkilerde farkındalık düzeyleri düşük olan polislerin halka karşı özellikle suçlulara yaklaşımında problemlerin ortaya çıkması olasılığı gözden uzak tutulmamalıdır. Polis birimlerinde görevlendirilecek uzman psikologlarca konunun takibi sağlanmalı ve ihtiyaç duyulan personele bireysel ve grup terapileri yapılmalıdır.

KAYNAKÇA

- Akkoyun, F. (1995). Transaksiyonel analize giriş, Ankara:72 TDFO Ltd. Şti.Yayımları, 6.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment:Individual differences and their relationships to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 427-454.
- Baumeister, RF., Campbell JD., Krueger JI ve ark. (2003). Does High Self-Esteem Cause Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychol Sci in The Public Interest*, 4(1): 1-44.
- Bozgeyikli, H. (2001). Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri İle Kişiler Arası İlişkilerde Farkında Olma Düzeyleri" Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, EğitimBilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Burke, j.P. and Hunt,J.P. (1985). Causal internalization of academic performance as a function of self esteem and performance satisfaction .*Journal of Research inPersonality*,19,321-329.
- Cüceloğlu, D. (2000). İnsan İnsana. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Davis, C.M. (1990). What is empathy and can be thought? *Physical Therapy*, 70 (11), 707- 11.
- Deniz, E., Kesici Ş., Sümer A.S. (2008) . The Validity and Reliability Study of the Turkish Version of Self-Compassion Scale. *An International Journal of Social Behavior and Personality*. C.37 S.1.
- Downey, G., Feldman, S. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1327-1343.
- Dökmen, Ü. (1995). Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen,Ü. (2004). İletişim Yayınları Ve Empati.Sistem Yayınları,İstanbul.
- Erözkan, A. (2004). Romantik ilişkilerde reddedilmeye dayalı incinebilirlik bilişsel değerlendirme ve başa çıkma, Basılmamış Doktora Tezi, KTÜ- SBE, Trabzon.
- Erözkan, A. (2007). Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile sosyal kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 225-240.
- Erözkan, A. (2009). Lise Öğrencilerinde Kişilerarası İlişki tarzlarının yordayıcıları, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi □ 21 / 2009.
- Jones WH.,F.,JE and Goswick RA. (1981). "The persistance of loneliness: Self and other determinants." *Journal of Personality* 49: 27-29.
- Kasatura, I. (1991). Okul Başarisından Hayat Başarisına, İstanbul Altın Kitaplar Yayınevi.
- Koçdağ, N. (2002). O Halde... İşte Dünya!, Çoluk Çocuk (Aylık Anne Baba Eğitimi Dergisi),Sayı:12, Kök Yayıncılık, Ankara.
- Neff, K.D. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude to ward Oneself. *Self and Identity*, 2 (2), 85-102.
- Neff, K. D., Hseih, Y., & Dejithirat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4, 263-287.
- Odacı, H. (1994). "Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Yalnızlık, Benlik Saygısı ve Yakın İlişkiler Kurabilme Düzeylerinin ve Bu Düzeyler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özer, A. K. (2000). *İletişimsizlik Becerisi*, İstanbul Sistem Yayıncılık.

- Özyeşil, Z. (2011). Üniversite öğrencilerinin öz-anlayış düzeylerinin bilinçli farkındalık kişilik özellikleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Rohner, R. P. (1999). Acceptance and Rejection. In D. Levinson, J. Ponzetti, & P. Jorgensen(Eds.), *Encyclopedia of Human Emotions* (pp. 6–14). New York: Macmillan.
- Shapiro, A., Swensen, CH. (1977). Self-Disclosure as a Function of Self- Concept and Sex. *J Pers Assessment*, 41(2): 144–149.
- Smith, C., McKee, S. (2005). *Becoming An Emotionally Healthy School-Auditing and Developing The National Healthy School Standard*. Paul Chapman Publishing.
- Swensen, CH. (1973). *Introduction to Interpersonal Relations*. Glenview, IL: Scott and Foresman Co, s.474.
- Tabak, R.S. (1999). *Sağlık İletişimi*. İstanbul: Literatür Yayınları.
- Üre, Ö. (1996). *Psikolojik Danışmada ve Kişilerarası İlişkilerde Kendini açmanın Yeri (İki kuramsal Açıklamanın test edilmesi)*. Konya.