

**KADIN MERKEZLERİNE BAŞVURAN KADINLARDA  
KİŞİLERARASI TARZLAR, DEPRESYON ve ÖZNEL İYİ  
OLMA (DİYARBAKIR İLİ ÖRNEĞİ)**

**Interpersonal Style, Depression and Subjective Well-being among  
Women Applying to a Women Center (Diyarbakir case)**

**Özlem TOLAN<sup>1</sup>**

**Baki DUY<sup>2</sup>**

**Öz**

*Araştırmanın amacı, hem psikolojik danışmanlık hizmetlerinden yararlanmak hem de farklı eğitimler almak üzere bir kadın merkezine başvuran kadınların kişilerarası ilişki tarzları, öznel iyi olma düzeyleri ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırmanın örneklemini 154 kadın katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmada, katılımcıların kişisel bilgileri ile ilgili özelliklerinin belirlenebilmesi için "Kişisel Bilgi Formu", kişilerarası ilişki tarzlarının belirlenmesi için Kişilerarası Tarz Ölçeği, depresyon düzeylerinin belirlenmesi için Beck Depresyon Ölçeği, öznel iyi olmanın belirlenmesi için ise Olumlu-Olumsuz Duygular Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, olumlu ve olumsuz duygular, baskın kişilerarası tarz, eğitim düzeyi ve bir işte çalışma yaşam doyumunun yordayıcıları olarak bulunmuştur. Depresyonun yordayıcılarının ise baskın ve manipülatif ilişki tarzları ile olumsuz duygular olduğu belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar ilgili alanyazının bulguları ışığında tartışılmıştır.*

**Anahtar kelimeler:** Kişilerarası tarz, depresyon, öznel iyi olma, kadın merkezleri

**Abstract**

*The aim of this study was to investigate the relationship among interpersonal style, depression and subjective well-being among the women who applied to a*

<sup>1</sup> Öğr. Gör.; Dicle Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Diyarbakır, ozlemtolan@gmail.com

<sup>2</sup> Yrd. Doç. Dr.; Anadolu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, PDR Anabilim Dalı, Eskişehir, bakiduy@anadolu.edu.tr

women's center either to have psychological counselling or courses offered with various purposes. The sample of the study was composed of 154 women. The assessment instruments were the Interpersonal Style Scale, Beck Depression Inventory, Satisfaction with Life Scale, Positive and Negative Affect Scale and Demographic Data Form. Multiple regression analyses yielded that positive and negative emotions, dominant interpersonal style, educational level and job status were significant predictors of life satisfaction. Dominant and manipulative relationship styles as well as negative emotions were significant predictors of depressive symptoms. The results were discussed in the light of the relevant literature.

**Key words:** Interpersonal style, depression, subjective well-being, women's center

## GİRİŞ

Yaşamımızın erken dönemlerinden itibaren kurduğumuz tüm kişilerarası ilişkiler kişisel yaşamımızda önemli ve anlamlı bir yere sahiptir. Kişilerarası ilişkilerin başlatılması ve sürdürülmesi bağlamında ilişkilerin algılanma, yorumlanma ve değerlendirilme biçimlerinin de önemli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda her bireyin sahip olduğu bir kişilerarası ilişki kurma tarzının olduğu ve bu tarzın oluşumu üzerinde etkili olan pek çok değişken olduğu görüşü öne çıkmaktadır.

Kişilerin nasıl, kiminle ve hangi koşullar altında iletişim kurdukları, genel anlamda iletişim tarzları, iletişim içindeki kişilerin birbirlerini nasıl algıladıkları ve kişilerin kendi iletişim tarzlarını nasıl algıladıkları etkileşim süreci üzerinde önemli bir yere sahiptir. Bütün bu etkilerin sonucunda bireyden bireye değişebilen etkileşim şekilleri, yani kişilerarası tarzlar oluşmaktadır ve bütün bunların ruhsal sağlık açısından önemli etkileri bulunmaktadır (Buren ve Nowicki, 1997).

Sahip olduğumuz kişilerarası ilişki tarzları üzerinde benlik algısı, bağlanma biçimleri, iletişim becerileri, problem çözme becerileri, olumlu-olumsuz duygular, psikolojik sorunlar gibi farklı bileşenlerin

etkili olduğu düşünülmektedir. Bu noktadan hareketle kişiden kişiye değişebilen etkileşim biçimleri, yani kişilerarası ilişki tarzları oluşmakta ve bu tarzların ruh sağlığı açısından önemli doğurguları bulunmaktadır. İlgili alanyazında depresyon, kaygı, bağlanma biçimleri, öfke, kendilik algısı ve kişilerarası ilişki tarzları arasında yakın ilişkilerin bulunduğunu gösteren çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Barrett ve Barber, 2007; Burwell ve Shirk, 2006; Carmody, Crossen ve Wens, 1987; Daffern ve diğ., 2010; Grant, Beck, Farrow, ve Davila, 2007; Smith, Traupman, Uchino ve Berg, 2010; Shean ve Uchenwa, 2001).

Aktarılan bilgiler dikkate alındığında kişilerarası tarz, depresif belirtiler ve öznel iyi olma değişkenlerinin birbirleriyle yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. İlgili literatürde depresif belirtiler yaşayan bireylerin daha az kişilerarası becerilere sahip oldukları, daha fazla iletişim sorunu yaşadıkları ve kendilerine ilişkin daha olumsuz bir bakış açılarının olduğu vurgulanmaktadır (Barrett ve Barber, 2007; Eberhart ve Hammen, 2010; Libet ve Lewinsohn, 1973). Bu bağlamda mevcut çalışmada depresif belirtiler ve öznel iyi olma ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Freud ve onu izleyen nesne ilişkileri kuramcıları için kişilerarası ilişkiler her zaman temel bir nokta olmuştur. Bununla birlikte kişilerarası ilişkilere yönelik kuramsal yaklaşımlar üzerinde Sullivan, Bowlby ve Safran'ın görüşlerinin açıklanmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte kişilerarası ilişkilere yönelik ilk sistematik çalışmaların Sullivan (1953) ile başladığı söylenebilir. Sullivan (1953) kişiliğin kişilerarası ilişkilerin bir ürünü olarak ortaya çıktığını belirterek, tüm ruhsal süreçlerin insan ilişkilerini yansıttığını belirtmektedir. Benzer bir şekilde psikopatolojide, kişilerarası

etkileşimler ile bağlantılı algı ve beklentilerin çarpıtılması sonucu ortaya çıkmaktadır.

Sullivan (1953), kişilik alanı içinde etkinlik gösteren önemli bir süreç olarak kişileştirme (personifikasyon) kavramını tanımlamıştır. Yazara göre kişileştirme, kişinin kendisine ya da bir diğer insana ilişkin olarak geliştirdiği imgedir. Sullivan (1953) anılan kavramı, daha belirgin olarak, iyi ben (good me) ve kötü ben (bad me) olarak ikiye ayırmış; birincisinin, ödülleyici özelliğe sahip kişilerarası yaşantılardan kaynaklandığını; ikincisinin ise kaygı verici kişilerarası yaşantılarla geliştiğini belirtmiştir. İlk kez Sullivan tarafından oluşturulan bu çerçevede, psikolojik belirtilerle kişilerarası ilişkilerin önemli olduğu dikkat çekmektedir. Bu bağlamda Horowitz'e (1986) göre, her kişilerarası davranış iki değişkenin birlikte işlev görmeleriyle tanımlanmaktadır. Bu görüşe göre kişilerarası ilişkiler; birlikte olma, sevgi, dostluk X düşmanlık ya da kontrol; güç, statü X pasiflik boyutlarında ele alınmaktadır. Diğer yandan kuramcılar, etkileşimde bulunan kişilerin birbirlerinin davranışlarını karşılıklı olarak etkiledikleri gözleminde hareket ederek, kişilerarası ilişkilerde tamamlayıcılık (complementarity) ilkesine dikkat çekmişlerdir. Kuramcılara göre, bir kişinin eylemi diğer kişide belirli türde tepkiler ortaya çıkarmakta ve bu tepkilerin rastlantısal olmaktan çok belirli bir davranış aralığında yordanabilir olduğu belirtilmektedir. Genel olarak kişilerarası kuramcılar, tamamlayıcılık ilkesinden hareketle, uyumsuz davranışların uzun dönemde kalıcılığının olduğunu öne sürmektedirler. Kişilerarası ilişkileri açıklamada en çok başvurulan kuramlardan birisi bağlanma kuramıdır. Bağlanma kuramının temel sayıltılarından biri, kişinin diğer insanlara ve kendi benliğine ilişkin bir takım içsel

temsilleri olduğu ve bu temsillerin erken dönem boyunca etkileşimde olduğu ebeveyni (bakım vereni) ile arasındaki ilişki temelinde oluştuğudur. Bu ilişki sonucu oluşan temsiller bireyin hem çocukluk hem yetişkinlik dönemindeki yakın ilişkilerini şekillendirmektedir. Bowlby (1980, 1982) bağlanma tarzının görece olarak kişiliğin durağan bir parçası olduğunu ve bu stilin bireyin birincil bakım vereni ile tekrarlı etkileşimine ve kişinin bu etkileşime dayalı olarak geliştirdiği beklentilerine dayandığını ileri sürmektedir. Bowlby (1985, 1989) erken dönemde oluşturulan bu modellerin aynı zamanda bireyin ileriki dönemlerdeki ilişkilerini de şekillendirdiğini ve yetişkinlikteki ilişkiler için temel oluşturduğunu vurgulamaktadır. Bu bağlamda bağlanma kuramının açıklamaya çalıştığı temel konulardan birinin kişilerarası ilişki tarzlarında görülen farklılıklar olduğu düşünülmektedir.

Kişilerarası ilişkiler alanında son dönemlerde öne çıkan bir isim olan Safran (1990), insanı gelişim psikolojisi, bağlanma kuramı, duygu kuramı ve kişilerarası kuram çerçevesinde ele alarak, onu bu bağlamda işlev gören bir varlık olarak tanımlamıştır. Diğer taraftan Safran (1990), bilişsel-kişilerarası yaklaşım kapsamında psikopatolojinin ortaya çıkışı üzerinde hem bilişsel hem de kişilerarası etkenlerin önemini vurgulayarak, iki etken arasındaki döngü çerçevesinde bütünleştirici bir bakış açısı oluşturmaya çalışmaktadır. Yazar bu doğrultuda, bilişsel kuram ve kişilerarası ilişkilerin temel sayıltılarını bütünleştirerek, bilişsel süreçleri benlik ve diğerleri açısından ele almakta; benlik ve diğerleri algısının etkileşimsel olduğunu belirtmektedir. Örneğin, kendisini sevilmeye değer görmeyen bir kişi, diğerlerini reddedici ya da düşmanca davranışlara sahip kişiler olarak algılayabilir.

### **Kişilerarası ilişkiler ve depresyon**

Depresyon; üzüntü, aktivitelere ilgi kaybı ve azalmış enerji ile eşlik eden bazı belirtilerle tanımlanmaktadır. Ayrıca tipik bir depresif dönemde bunlara ek olarak haz alma ile ilgi ve konsantrasyon kapasitesinde azalma, yorgunluk, bitkinlik gibi belirtiler yaygın bir şekilde görülebilir. Uyku düzeninde bozulmalar, iştahta azalma, düşük kendilik saygısı ve azalmış kendine güven, suçluluk ve değersizlik duyguları diğer belirtiler arasında yer almaktadır. Belirtilerin sayısı ve şiddetine göre bir depresif dönemin düzeyi hafif, orta ya da ağır olarak tanımlanabilmektedir (Öztürk, 2002).

Depresyonu açıklayan farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Libet ve Lewinsohn (1973), “Sosyal Beceri Eksikliği Teorisi’ne yönelik çalışmalarında sosyal beceriyi ele alırken, beceriye davranışın sosyal sonuçları bağlamında (çevreden aldığı tepki) yaklaşmışlardır. Bu bağlamdan yola çıkarak Libet ve Lewinsohn sosyal beceriyi, davranışın olumlu veya olumsuz ödüllendirilmesine neden olma ve davranışın ceza ile sonuçlanmasını engelleyebilme becerisi olarak tanımlamaktadır. Bu çerçevede, düşük sosyal beceriye sahip bir kişinin düşük sosyal pekiştirme alması beklenmektedir. Sosyal beceri düzeyinin yüksek olması, doğru durumda doğru davranışı gösterebilme olarak ele alınmaktadır. Sosyal becerilerdeki eksikliğin, düşük pekiştirme ile sonuçlanması durumunda depresyonun ortaya çıkabileceği belirtilmektedir.

Coyne’ye (1976; Akt, Koç, 2008) göre, depresif kişi için başkalarından alacağı geribildirim fazlasıyla önemlidir, ancak geri bildirimleri değerlendiremeyen kişi daha fazla depresif davranışlar göstermektedir. Bunun sonucunda da depresif kişi ile iletişime giren

başkaları, depresif ve kaygılı bir duygu durumuna girmektedir ve bunun sonucunda iletişimi kesme eğilimi de görülebilmektedir. Bu sürece ek olarak birey kendi sosyal alanında bir bozulma yaşadığında, depresif sureci engellemek, bireyin sosyal alanının yapısına ve kişilerarası becerilerine bağlıdır. Ancak sosyal alanında bozulma yaşayan birey, değişken bir çevreyle karşı karşıya olduğu için durağan bir çevre için gerekli becerilerden daha fazlasına sahip olmalıdır. Daha önce yaşam olaylarıyla baş edebilen birey, bu durum ile baş edemeyebilir ve depresyon sürecini engellemek için yeterli direnci gösteremeyebilir.

Yaşam doyumu genel olarak hayattan, işten, evlilikten, okuldan ya da diğer alanlardan alınan doyuma ilişkin kişisel yargılara dayanır (Biswas, Diener ve Tamir, 2004). İyi oluş kavramı, psikoloji alan yazınında genel ruh sağlığı terimi olarak kullanılmaktadır (Diener, Oishi ve Lucas, 2003; Diener, Sapyta ve Suh, 1998; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Ancak iyi oluşu temel alan olumlu ruh sağlığı ile ilgili kavramların kullanımında alan yazında bir karmaşa bulunmaktadır. Çeşitli yayınlarda “psikolojik iyi oluş”, “öznel iyi oluş”, “mutluluk”, “yaşam doyumu” kavramlarının birbirlerinin yerine kullanıldığı görülmektedir. Bu kavramlar aynı anlamı taşımamakla birlikte olumlu psikolojik sağlığı vurgulamaları bakımından birbirleriyle ilişkilidirler.

Öznel iyi olma kavramı ilk defa Bradburn (1969) tarafından ortaya atılmıştır. Bradburn (1969) öznel iyi oluşu, olumsuz duygu ile olumlu duygu arasındaki denge olarak tanımlamıştır (Akt; Diener ve diğ. 2003). Bu yaklaşımda olumlu duygu isteklilik, enerjik olma, ruhsal uyarılmışlık ve kararlılık gibi terimleri içerirken, olumsuz duygu; üzüntü, kaygı, korku, öfke, suçluluk ve küçümseme gibi hoş olmayan duygu terimlerinden oluşmaktadır (Watson, 1988). Araştırmalar,

kişiliğin öznel iyi olmanın en güçlü ve en tutarlı belirleyicisi olduğunu ortaya koymaktadır (Diener ve diğ.,1998).

Öznel iyi olma, üç boyuttan oluşmaktadır: Olumlu duygu, olumsuz duygu ve yaşam doyumu. Olumlu duygu boyutu, yaşanan sevinçli anlar, mutluluklar ve hazları temsil ederken; olumsuz duygu boyutu, üzüntülü anlar, acı veren zamanlar ve mutsuzlukları temsil etmektedir. Yaşam doyumu ise öznel iyi olmanın bilişsel boyutunu oluşturmakta ve yaşama dair bilişsel değerlendirmelerin tamamını kapsamaktadır. Olumlu ya da olumsuz duygular boyutunda, verilen tepkiler daha anlık olabilirken; konu, öznel iyi olmanın bilişsel boyutu olan yaşam doyumu olunca, bireyin genel yaşam doyumu tepkisi; bireyin kendi hakkındaki fikri, yaşam biçimi ve kendiyile ilgili yargıları ile tutarlıdır. Dolayısıyla, yaşam doyumu tepkileri göreceli de olsa tutarlıdır. Öznel iyi olmanın olumlu ve olumsuz duygu boyutlarından farklı olarak yaşam doyumu tepkisi genel olarak bir süreç değerlendirmesini içermektedir (Yetim, 2001).

Öznel iyi olma ve olumsuz yaşam olaylarının depresyonunun en güçlü yordayıcıları oldukları yönünde görüşler bulunmaktadır (Cramer, Torgersen ve Kringlen, 2010; Koivumaa, Kaprio, Honkanen, Viinamaki ve Koskenvuo, 2004; Lyness, Caine, Conwell, King, 1993). Diğer taraftan, bireyin yaşamdan ve kişilerarası ilişkilerden doyum almamasının depresyon için önemli bir belirleyici olduğu görülmektedir. Yaşamdan doyum almamayı, ister bilişsel yaklaşımın vurguladığı olumsuz bir düşünce olarak, ister davranışçı yaklaşımın vurguladığı olumlu pekiştireç eksikliği olarak ele alalım, bireyin ruhsal iyilik hali için temel nitelikte olduğu unutulmamalıdır.



Kişilerarası tarzlarla diğer değişkenler arasındaki ilişkileri sorgulayan araştırmalardan elde edilen bulgular incelendiğinde, kişilerarası tarz, depresif belirtiler ve öznel iyi olma değişkenlerinin birbirleriyle yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. İlgili alan yazında depresif belirtiler yaşayan bireylerin daha az kişilerarası becerilere sahip oldukları, daha fazla iletişim sorunu yaşadıkları ve kendilerine ilişkin daha olumsuz bir bakış açılarının olduğu vurgulanmaktadır (Barrett ve Barber, 2007; Eberhart ve Hammen, 2010; Libet ve Lewinsohn, 1973). Bu bağlamda mevcut araştırmanın amacı, bazı kadın merkezlerine hem psikolojik danışmanlık hizmetlerinden yararlanmak hem de farklı eğitimler almak için başvuran kadınların kişilerarası ilişki tarzları, öznel iyi olma düzeyleri ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkileri incelemektir.

## **YÖNTEM**

### **Evren ve Örneklem**

Bu araştırmanın evreni, 01/10/2012-30/12/2012 tarihleri arasında Diyarbakır il merkezinde bulunan kadın merkezlerine başvuran kadınlardan oluşmaktadır. Örneklem belirlenirken, amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygulama yapılan merkezler Kadın Eğitim ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi (EPİDEM), Kardelen Kadın Merkezi ve Diyarbakır Kadın Sorunlarını Araştırma ve Uygulama Merkezidir (DİKASUM). Kadınlar bu merkezlere gerek psikolojik danışmanlık hizmeti almak gerekse, merkezler tarafından açılan farklı kurslara – çocuk bakımı ve çocuk yetiştirme, İngilizce, bilgisayar, aşçılık gibi- katılmak amacıyla başvurumaktadırlar. Çalışmanın veri toplama süreci yaklaşık olarak 2 ay sürmüştür. Araştırmaya toplam 154 kadın katılmıştır. Katılımcıların %60'ı evli, %40'ı bekârdır. Katılımcıların

%30'u, 20-25 yaş arasında, %24'ü, 25-30 yaş arasında, %38'i 30-35 yaş arasında, %4'ü 40-45 yaş arasında, %4'ü 45-50 yaş arasındadır.

Katılımcıların eğitim düzeyi incelendiğinde %24'ünün ilköğretim, %42'sinin ortaokul, %23'ünün lise ve %10'unun üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Katılımcıların %65'i bir işte çalışmamakta, %35'i çalışmaktadır. Çalışanların %40'ı memur, %45'i işçi olarak çalışmakta, diğerleri emeklidir. Evli olan katılımcıların, %45'inin çocuk sayısı 1-3 arasında, %40'ının çocuk sayısı 3-5 arasında, %15'inin çocuk sayısı 5'ten fazladır.

### **Veri Toplama Araçları**

#### *Kişilerarası İletişim Tarzı Ölçeği*

Katılımcıların kişilerarası iletişim tarzlarını belirlemek amacıyla Şahin ve arkadaşları (2010) tarafından geliştirilen “Kişilerarası İletişim Tarzı Ölçeği” (KTÖ) kullanılmıştır. KTÖ 60 maddelik, 1-5 arası Likert tipi puanlanan kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Ölçek kişilerin kişilerarası iletişim tarzlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Puan aralığı 60-300'dür, Ölçekten alınan yüksek puanlar olumsuz iletişim tarzına, düşük puanlar olumlu iletişim tarzına işaret etmektedir. Maddeler “Sizi ne kadar tanımlıyor” sorusuna göre cevaplanmaktadır ve %0, %25, %50, %75 ve %100 şeklinde 5'li Likert tipinde cevaplanmaktadır. Bu çalışma örneklemini için elde edilen Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı toplam puan için .94; “baskın kişilerarası iletişim tarzı” alt ölçeği için .86, “kaçınan kişilerarası iletişim tarzı” alt ölçeği için .76, “öfkeli kişilerarası iletişim tarzı” alt ölçeği için .80, “duygudan kaçınan kişilerarası iletişim tarzı” alt ölçeği için .72, “manipülatif kişilerarası iletişim tarzı” alt ölçeği için .75 ve “küçümseyici kişilerarası iletişim tarzı” alt ölçeği için ise .65'tir.

### *Yaşam Doyumu Ölçeği*

Araştırmada, bireylerin yaşamdan aldıkları doyumu belirlemek amacıyla Deiner, Emmons, Larsen ve Griffin (1983) tarafından geliştirilmiş olan Yaşam Doyumu Ölçeği-The Satisfaction with Life Scale (SWLS)- kullanılmıştır. Yaşam Doyumu Ölçeği hiç uygun değil (1) ile tamamiyle uygun (7) arasında değişen Likert tipinde 5 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Diener ve arkadaşları (1983) ilk çalışmada ölçeğin güvenirliğini Cronbach Alpha= .87 olarak bulmuşlardır. Ölçüt bağımlı geçerliğini ise .82 olarak elde etmişlerdir. Ölçeğin Türk popülasyonuna uygulamasını yapan Yetim (2001) tarafından ölçeğin güvenirliği yüksek bulunmuştur (Alpha= .86) ve test-tekrar test güvenirliği ise .73 olarak elde edilmiştir (Akt. Yetim, 2002). Bu çalışma kapsamında ölçeğin iç tutarlık katsayısı .79 olarak bulunmuştur.

### *Olumlu ve Olumsuz Duygu Ölçeği (PANAS)*

Öznel iyi oluş halinin ilk boyutu olan mutluluğu ölçmek amacı ile Olumlu ve Olumsuz Duygu Ölçeği kullanılmıştır. Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından duygu yapısının olumlu duygu ve olumsuz duygu olmak üzere iki temel boyutunu ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek, 10' u olumlu, 10' u olumsuz olmak üzere 20 duygu sıfatından oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Olumlu ve Olumsuz Duygu Ölçeğinden elde edilen puanlar ile "Hopkins Semptom Listesi", "Beck Depresyon Envanteri" ve "Durumluluk-Süreklilik Kaygı Envanteri" nden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Olumsuz duygu ile bu ölçekten elde edilen puanlar arasında pozitif ilişki belirlenirken (.51 ile .74 arası); olumlu duygu ile olumsuz ilişki gösterdiği (-19 ile -36 arası) saptanmıştır (Watson ve diğerleri, 1988). Ölçeğin Türkçe'ye

uyarlama çalışması Sümer (1999; Akt. Aydın, 1999) tarafından yapılmıştır. Aydın (1999) birinci uygulamada olumlu duygunun iç tutarlık katsayısını .80, olumsuz duygunun iç tutarlık katsayısını .82 olarak belirlemiştir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin iç tutarlık katsayısı .77 olarak bulunmuştur.

#### *Beck Depresyon Envanteri*

Beck Depresyon Envanteri (BDE), depresyondaki duygusal, bilişsel ve motivasyona yönelik belirtileri ve depresyonun şiddetini değerlendirmeyi amaçlayan 21 maddeden oluşan kendini değerlendirme türünde bir ölçektir (Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erbaugh, 1961). Ölçekte değerlendirilen belirtiler depresif ruh durumu, karamsarlık, başarısızlık duygusu, doyum alamama, suçluluk duyguları, ağlama nöbetleri, tedirginlik, sosyal çekilme, kararsızlık, bedensel imajın çarpıtılması, uyku bozukluğu, yorgunluk, iştah azalması, kilo kaybı, somatik meşguliyetler ve libido kaybıdır (Hisli, 1988). Ülkemizde Beck Depresyon Envanterinin farklı zamanda yapılmış iki uyarlama çalışması bulunmaktadır; Tegin 1980'de ve Hisli 1988'de (Savaşır ve Şahin, 1997). Mevcut çalışmada Hisli (1988) tarafından uyarlaması yapılmış olan envanter kullanılmıştır. Envanterin test-tekrar test güvenirliği .65 ile .73 arasında, ölçüt bağımlı geçerliği ise, .65 ile .68 arasında bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında ölçeğin iç tutarlık katsayısı .72 olarak bulunmuştur.

#### *Kişisel Bilgi Formu*

Kişisel Bilgi Formu katılımcıların sosyo-demografik özellikleri ile ilgili bilgi edinmek üzere hazırlanmıştır.

## **İşlem**

Araştırmada yer alan ölçekler, alışkanlık ve yorgunluk etkisinin önüne geçmek amacıyla, ölçek seti içinde farklı sıralarda verilmiştir. Demografik bilgi formu, bütün katılımcılarda ilk sayfada yer almıştır. Araştırmada yer alan katılımcılar, araştırmaya gönüllü olarak katılmışlardır. Araştırmada veri toplamak amacıyla kullanılan ölçekler, kurumlarda çalışan eğitimciler tarafından uygulanmış ve ölçeklerin doldurulması yaklaşık olarak 20 dk. sürmüştür. Araştırmadan elde edilen veriler, SPSS 15.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. İlk olarak araştırmada uygulanan ölçeklerden elde edilen ölçek puanlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri verilmiş, sonrasında kişilerarası tarz, depresyon belirtileri, olumlu/olumsuz duygular ve yaşam doyumu arasındaki korelasyon değerlerine bakılmıştır. Daha sonra kişilerarası tarzların yaşam doyumu, depresyon belirtileri ve olumlu/olumsuz duyguları yordama gücünü belirlemek amacıyla standart çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır. Son olarak yaş, eğitim düzeyi, çocuk sayısı ve çalışma durumu değişkenlerinin yaşam doyumunu yordama gücü test edilmiştir.

## **BULGULAR**

Tablo 1’de katılımcıların tüm ölçeklerden almış oldukları puanların normal dağılım özelliği gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Elde edilen değerler Tablo 1’de verilmiştir. Tablo1 incelendiğinde, her ne kadar puanlar bir parça sivrilik gösterse de, elde edilen dağılımın normal dağılıma oldukça yakın olduğu görülmektedir.

**Tablo1. Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler**

	Değişkenler	N	Art. Ort.	Ss	En Düş.	En Yük.	Çar.	Siv.
<b>KTÖ</b>	Baskın Tarz	148	24.58	7.04	14.00	42.00	1.018	-.048
	Kaçınan Tarz	148	29.68	11.73	12.00	55.00	1.126	.0396
	Öfkeli Tarz	148	20.05	8.06	10.00	46.00	1.064	.082
	Duygu. Kaçın. Tarz	148	33.15	13.63	13.00	53.00	.437	-1.283
	Manipülatif Tarz	148	23.49	6.04	12.00	42.00	.202	-.367
	Küçümseyici Tarz	148	7.56	3.01	5.00	17.00	1.272	.461
<b>BDE</b>	Depresyon	148	32.99	16.37	7.00	61.00	-.329	-1.111
<b>PANAS</b>	Olumlu Duygu	148	26.24	8.15	15.00	47.00	1.076	-.189
	Olumsuz Duygu	148	33.90	11.25	10.00	46.00	-.582	-1.132
<b>YDÖ</b>	Yaşam Doyumu	148	12.79	7.48	6.00	33.00	1.007	-.202

Tablo 2’de ise araştırmanın tüm değişkenlerinin birbirleri ile olan ilişki düzeyini gösteren Pearson korelasyon katsayısı değerleri verilmiştir.

**Tablo 2. Tüm Değişkenlere İlişkin Korelasyon Tablosu**

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Baskın Tarz	----									
Kaçınan Tarz	.26*	----								
Öfkeli Tarz	.78*	-.11	----							
Duygu. Kaçın. Tarz	-.21*	-.00	.31*	----						
Manipülatif Tarz	.58*	-.19*	.56*	.28*	----					
Küçümseyici Tarz	.56*	-.06	.67*	-.34*	.30*	----				
Depresyon	.36*	.54*	-.01	.41*	.15	-.19*	----			
Olumlu duygu	.05	-.29*	.30*	-.39*	.15	.42*	.63*	----		
Olumsuz duygu	.06	.57*	.31*	.59*	.03	.40*	.84*	.70*	----	
Yaşam doyumunu	.03	.43*	.30*	.52*	.00	.44*	.72*	.74*	.83*	----

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

Tablo 2’de görüldüğü gibi, kişilerarası ilişki tarzları, depresyon belirtileri, olumlu/olumsuz duygular ve yaşam doyumu arasında anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Depresif belirtiler ile baskın tarz ( $r=.36, p<.01$ ), kaçınan tarz ( $r=.54, p<.01$ ) arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunurken, öfkeli tarz ile olumlu duygu ( $r=.30, p<.01$ ) ve yaşam doyumu arasında ( $r=.30, p<.01$ ) pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca kaçınan tarz ile olumlu duygu ( $r=-.29, p<.01$ ) ve yaşam doyum arasında ( $r=-.43, p<.01$ ) negatif ve anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Yine duygudan kaçınan tarz ile depresyon ( $r=.41, p<.01$ ) ve olumsuz duygu arasında ( $r=.59, p<.01$ ) pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunurken, duygudan kaçınan tarz ile olumlu duygu ( $r=-.39, p<.01$ ) ve yaşam doyumu arasında ( $r=-.51, p<.01$ ) ise negatif ve anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Benzer biçimde küçümseyici tarz ile depresyon ( $r=-.19, p<.01$ ) ve olumsuz duygu arasında ( $r=-.40, p<.01$ ) negatif ve anlamlı ilişkiler bulunurken, olumlu duygu ile ( $r=.42, p<.01$ ) ve yaşam doyumu ile ( $r=.45, p<.01$ ) pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

Diğer taraftan depresyon ile olumlu duygu ( $r=-.63, p<.01$ ) ve yaşam doyumu arasında ( $r=-.72, p<.01$ ) negatif ve anlamlı, olumsuz duygu ile arasında ( $r=.85, p<.01$ ) pozitif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Olumlu duygu ile olumsuz duygu arasında ( $r=-.69, p<.01$ ) negatif ve anlamlı ilişki bulunurken, yaşam doyumu ile arasında ( $r=.74, p<.01$ ) pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Olumsuz duygu ile yaşam doyumu arasında ise ( $r=-.83, p<.01$ ) negatif ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

Araştırmanın temel sorularından birisi, yaşam doyumunun anlamlı yordayıcılarının belirlenmesidir. Bu amaçla kişilerarası ilişki

tarzlarının, depresyonun ve olumlu/olumsuz duyguların yaşam doyumunu yordama güçleri çoklu regresyonla test edilmiştir (Tablo 3).

**Tablo 3.** Yaşam Doyumunun Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öznel İyi Olma Bağlamında Yordanması

Değişkenler	B	SHB	$\beta$	T	Kısmi r
Baskın Tarz	.29	.118	.27	-2.46***	.10
Kaçınan Tarz	-.06	.044	-.09	-1.43	-.06
Öfkeli Tarz	-.12	.082	-.13	-1.49	-.06
Duy. kaç. tarz	.01	.041	.03	.45	.01
Manipülatif tarz	-.17	.098	-.13	-1.76	-.07
Küçümseyici tarz	.17	.159	.06	1.07	.04
Depresyon	-.05	.047	-.12	-1.19	-.05
Olumlu duygu	.28	.060	.31	4.77**	.19
Olumsuz duygu	-.33	.083	-.50	-4.02 *	-.16

R=.87, Adjusted R<sup>2</sup>= .74

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ ,  $F_{(9,136)}=49.02$

Kişilerarası ilişki tarzları, depresyon ve olumlu/olumsuz duyguları birlikte modele alındığında modelin anlamlı olduğu görülmüştür. Tüm değişkenler yaşam doyumunu puanlarındaki varyans değişiminin .74'ünü açıklamaktadır. Her bir değişkenin ayrı ayrı katkılarına bakıldığında, baskın tarz ( $\beta=.27$ ,  $p<.001$ ), olumlu duygu ( $\beta=.31$ ,  $p<.01$ ) ve olumsuz duygunun ( $\beta=.50$ ,  $p<.05$ ) yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Yine kısmi korelasyon değerleri incelendiğinde, baskın tarzın ve olumlu duyguların yaşam doyumunu pozitif yönde, olumsuz duyguların ise negatif yönde anlamlı olarak yordadığı görülmektedir.

Tablo 4'te ise depresyonu kişilerarası ilişki tarzları ve olumlu/olumsuz duyguların ne derece yordadığını belirlemek amacıyla standart çoklu regresyon tekniğinden yararlanılmıştır.



**Tablo 4.** Depresyonun Kişilerarası İlişki Tarzları ve Olumlu/olumsuz Duygular Bağlamında Yordanması

Değişkenler	B	SHB	$\beta$	t	Kısmi r
Baskın Tarz	.97	.197	.41	4.93*	.16
Kaçınan Tarz	-.05	.078	-.04	-.74	-.02
Öfkeli Tarz	.20	.147	.10	1.41	.04
Duygu. Kaçın. Tarz	.08	.074	.07	1.14	.03
Manipülatif Tarz	-.44	.172	-.16	-2.61*	-.08
Küçümseyici Tarz	-.46	.284	-.08	-1.64	-.05
Olumlu duygu	-.18	.107	-.09	-1.76	-.06
Olumsuz duygu	1.08	.117	.74	9.21*	.31

R= .91, Adjusted R<sup>2</sup>= .83\*p<.001 F<sub>(8,137)</sub>= 89.33

Kişilerarası ilişki tarzları ve olumlu/olumsuz duyguları birlikte modele alındığında, modelin anlamlı olduğu görülmüştür. Tüm değişkenler depresyon puanlarındaki varyans değişiminin .83'ünü açıklamaktadır. Her bir değişkenin ayrı ayrı katkılarına bakıldığında, baskın tarz ( $\beta=.41$ ,  $p<.001$ ), manipülatif tarz ( $\beta=-.16$ ,  $p<.001$ ) ve olumsuz duygunun ( $\beta=.74$ ,  $p<.001$ ) depresyonu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Yine kısmi korelasyon değerleri incelendiğinde, baskın tarzın ve olumsuz duyguların depresyonu pozitif yönde, manipülatif tarzın ise negatif anlamlı olarak yordadığı görülmektedir.

Son olarak yaşam doyumunu demografik değişkenlerin ne derece yordadığını belirlemek amacıyla standart çoklu regresyon tekniğinden yararlanılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 5'te sunulmuştur.

**Tablo 5.** Demografik değişkenler ve yaşam doyumu

Değişkenler	B	SHB	$\beta$	t	Kısmi r
Yaş	.44	.92	.05	.47	.03
Medeni durum	-.62	2.08	-.04	-.29	-.02
Eğitim düzeyi	2.51	.76	.31	3.30*	.25
Çalışma durumu	3.70	1.15	.24	3.21*	.24
Çocuk sayısı	-.80	1.35	-.06	-.59	-.04

R= .42, Adjusted R<sup>2</sup>= .14

\* $p < .001$ ,  $F_{(5,142)} = 6.15$

Demografik değişkenler modele alındığında modelin anlamlı olduğu görülmüştür. Tüm değişkenler yaşam doyumu puanlarındaki varyans değişiminin .17'sini açıklamaktadır. Her bir demografik değişkenin ayrı ayrı katkılarına bakıldığında, eğitim düzeyi ( $\beta = .31$ ,  $p < .001$ ) ve bir işte çalışmanın ( $\beta = .24$ ,  $p < .001$ ) yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Yine kısmi korelasyon değerleri incelendiğinde, eğitim düzeyi ile bir işte çalışmanın yaşam doyumunu pozitif yönde anlamlı olarak yordadığı görülmektedir.

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, kişilerarası ilişkilerle yaşam doyumu, depresif belirtiler ve olumlu/olumsuz duygular arasındaki ilişkilerin test edilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yapılan analizlerden elde edilen bulgular kişiler arası ilişki tarzları ile depresif belirtiler, olumlu/olumsuz duygulanım ve yaşam doyumu arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Depresif belirtiler ile olumlu duygu ve yaşam doyumu arasında negatif ve anlamlı, olumsuz duygu ile arasında ise arasında pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Diğer taraftan olumlu duygular ve yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı, olumsuz duygular ve yaşam doyumunu arasında ise negatif ve anlamlı yönde ilişki bulunmaktadır. Ayrıca olumlu ve olumsuz duygular yaşam doyumunun en güçlü

yordayıcıları olarak bulunmuştur. Elde edilen bu bulgular ilgili alan yazın bulgularıyla uyumluluk göstermektedir (Cramer ve diğ., 2010; Koivumaa ve diğ., 2004; Lyness ve diğ.,1993). Bireyin yaşamdan ve kişilerarası ilişkilerden doyum almamasının depresyon için önemli bir belirleyici olduğu görülmektedir. Genel anlamda olumlu bir duygusal alt yapıya sahip olma halinin gerek yaşam doyumunu gerekse ruh sağlığı anlamında koruyucu bir gücünün olduğu düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre, baskın tarz ve kaçınan tarz ile depresyon arasında pozitif ve anlamlı, kaçınan tarz ile olumlu duygu ve yaşam doyumunu arasında negatif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Baskın ve kaçınan kişilerarası tarzlar gibi olumsuz kişilerarası tarzların genel anlamda kurduğumuz tüm ilişkiler üzerindeki bozulmalarla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Kişilerarası ilişkilerde baskın tarzın küçük düşürücü ifadeleri sıklıkla kullanan, karşıdaki kişide üstünlük kurmaya çalışan bir ilişki tarzı olduğu görülmektedir. Bu anlamda baskın tarzla ilgili bazı örnek maddeler incelendiğinde, (istediklerimi yapmaları için gerektiğinde insanlara gözdağı veririm, kendi düşüncelerimi savunmak için gerekirse karşımdakini kırarım, vb.) karşı tarafın düşüncelerini ve isteklerini önemsemeyen, diğerlerine değer vermeyen bir kişilerarası ilişki tarzı karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda tamamlanmayan ilişki tepkilerinin ve diğerleri tarafından sevilme ve gerçek anlamda değer görmemenin kişinin yaşayacağı depresyon belirtileri üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir.

Bir diğer açıdan kaçınan tarz ile depresyon arasındaki pozitif ve anlamlı yöndeki ilişki farklı araştırma sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir. Kaçınan ilişki tarzına sahip bireylerin etkili ve empatik iletişimden kaçınması, sözlü iletişime odaklanamamaları, sözel iletişimi

kendilerini anlatmanın bir yolu olarak görmemeleri durumu söz konusudur (Kaya, 2010). Bu kişilerarası ilişki tarzına sahip bireylerin sorumluluktan, çatışmalardan kaçınma eğilimlerinin olduğu belirtilmektedir (Young ve diğ., 2003). Bu alt boyuta ait ölçek maddeleri incelendiğinde (birisiyle konuşurken göz teması kurmaktan rahatsız olurum, birini dinlemek istemezsem ilgisiz sorularla geçiştirmeye çalışırım, karşımdaki kişi ile aynı düşünceleri paylaşmadığımda söylediklerini sonuna kadar dinleyemem vb.) iletişim alanında yaşadıkları sorunlar dikkat çekmektedir. Depresyonun belirtileri genel olarak ele alındığında dikkat dağınıklığı karar vermeye ilgili sorunlar gibi bilişsel belirtiler de önem kazanmaktadır. Bu tür bir kişilerarası ilişki tarzına sahip bireylerin eşlik edebilen kaygı duygusu ile birlikte olumsuz bir ilişki tarzına sahip olmaları, genel anlamda kaçınma örüntülerinin kişilerarası ilişkilerine olumsuz yansımalarının olabileceği ve bu bağlamda yaşadıkları olumlu duyguların ve yaşam doyumlarının azalacağı düşünülmektedir. Bir diğer açıdan, kaçınan ilişki tarzındaki gibi sosyal becerileri daha düşük olan bir bireyle ilişki içinde olan kişilerde giderek bireyden uzaklaşma eğilimi olabilir. Bu bağlamda kendine yönelik değerlendirmeleri olumsuz olan bireyin bu algısı pekişmekte ve kısır bir döngü şeklinde kaçınmaları devam etmektedir (Eberhart ve Hammen, 2010).

Araştırmadan elde edilen bulgulardan birisi de depresyonun anlamlı yordayıcıları olarak baskın ve manipülatif ilişki tarzları ve olumsuz duyguların bulunmuş olmasıdır. Diğer bir anlatımla, kişilerarası ilişki tarzlarından baskın tarzı kullanma eğilimi ve olumsuz duyguların yaşanması arttıkça depresyon düzeyi yükselmekte, manipülatif tarzı kullanma eğilimi arttıkça depresyon belirtileri

azalmaktadır. Bu bağlamda olumsuz kişilerarası tarzlar -baskın ve manipülatif- depresyon ile ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçları bulunmaktadır (Koç, 2008). İlgili alanyazında depresyon düzeyi yüksek kişilerin, daha içe kapanık, olumsuz, kötümser bir bakış açısıyla hareket etme eğiliminde oldukları, sosyal durumlardan kaçındıkları ve bununla bağlantılı olarak bazı zorlayıcı kişilik özelliklerine sahip oldukları ileri sürülmektedir (Nezlek, Hampton, Shean, 2000). Bu noktadan hareketle, yaşanan olumsuz duyguların ve olumsuz kişilerarası tarzların -baskın, kaçınan tarz gibi- depresyon belirtilerinin gerek ortaya çıkışı gerekse sürdürülmesi üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir. Diğer taraftan, depresyon belirtileri yüksek olan kişilerin incinme, reddedilme duygularını daha yoğun yaşamaları sonucunda kaçınma ve öfke duygularını daha fazla yaşayacakları ve bu durum sonucunda yaşadıkları depresyon belirtilerinin artacağı belirtilmektedir (Barrett ve Barber, 2007).

Bir diğer araştırma sonucuna göre, eğitim düzeyinin yükselmesi ile bir işte çalışmanın yaşam doyumunun güçlü yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Elde edilen bu sonuç ilgili alan yazındaki bulgularla benzerlik göstermektedir. Eğitim düzeyinin yükselmesi ve çalışma yaşamında sahip olma ile kişilerin daha fazla kendilerini ifade etmeleri, olumlu duygulara sahip olmaları ve yaşam doyumunun yükselmesi arasında anlamlı ilişkilerin olduğunu gösteren pek çok araştırma bulgusu mevcuttur (Diener ve diğ., 2003; Diener ve diğ., 1998; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Psikolojik danışma sürecinde olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarının düzenlenmesinin daha kalıcı bir değişim sürecine olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda, kişilerarası ilişkilere

yönelik öfke yönetimi, iletişim becerileri, girişkenlik eğitimi gibi konularda eğitim verilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte sosyal etkileşimlerimizin yaşamımız için son derece önemli olduğu düşünüldüğünde, gerek depresyon açısından gerekse diğer ruhsal sorunlar açısından, sağlıklı kişilerarası ilişkiler geliştirmeye yönelik programların geliştirilmesi büyük önem taşımaktadır.

Her araştırmada olduğu gibi, bu araştırmanın da bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmada incelenen değişkenlerin daha geniş bir örneklem üzerinde ele alınmasının daha kapsamlı bilgiler sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, ele alınan değişkenler öz bildirim ölçekleri ile değerlendirilmişlerdir. İncelenen değişkenlerin farklı biçimlerde gözlem ve görüşme teknikleri ile değerlendirildikleri çalışmaların yapılmasının yararlı sonuçlarının olacağı beklenmektedir.

Özetle, tüm sonuçlara genel olarak bakıldığında öznel iyi olma, depresyon ve kişilerarası ilişki tarzları arasında anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Psikolojik danışma alanında bireylerin olumlu kişilerarası tarzlara sahip olmalarının koruyucu ruh sağlığı anlamında büyük önem taşıdığı düşünülmektedir. Olumlu geri bildirim sağlayan etkileşimlerin bireyin ruhsal iyilik hali üzerinde olumlu yansımalarının olacağı ve kişinin yaşam kalitesini ve doyumunu yükselteceği düşünülmektedir. Bu bağlamda okullarda açılacak grupla psikolojik danışma programlarında arkadaş ilişkilerini düzenleme, sağlıklı arkadaş ilişkileri geliştirme, sosyal beceri eğitimi, problem çözme becerileri gibi konulara ağırlık verilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Okul rehberlik servislerinde ebeveynlerle yapılan çalışmalarda çocuk yetiştirme tutumları ve ilişki tarzları üzerinde çalışılabilir. Herkesin bir kişilerarası ilişki tarzının olduğu bilgisinden hareketle, ilköğretim, lise

öğrencileri ya da yetişkin grupla yapılan psikolojik danışma uygulamalarında bu tarzları kullanmanın olası sonuçları üzerinde durulmasının olumlu sonuçlarının olacağı beklenmektedir.

#### **KAYNAKLAR**

- Aydın, D. (1999). *Social network composition, social support and psychological well-being in first year METU students: A longitudinal investigation*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Barrett, M. S. & Barber J. (2007). Interpersonal profiles in major depressive disorder. *Journal of Clinical Psychology, 63*, 247-266.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression *Arch. Gen. Psychiatry, 4*(6) 561-571.
- Biswas-Diener, R., Diener, E. & Tamir, M., (2004). The psychology of subjective well-being. *daedalus, 133*, 18-25
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine
- Buren, V. A. & Nowicki, S. Jr. (1997). Awareness of interpersonal style and self evaluation. *Journal of Social Psychology, 137*, 23-34.
- Burwell, R. A. & Shirk, S. R. (2006). Self-processes in adolescent depression: the role of self-worth contingencies. *Journal of Research on Adolescence, 16* (3), 479-490.
- Carmody, C. P., Crossen, J. R. & Wens, A. H. (1987). Hostility as a health risk factor: relationships with neuroticism, type a behavior, attentional focus, and interpersonal style. *Journal of Clinical Psychology, 45*(5), 754-762.
- Cramer, V., Torgersen, S. & Kringlen, E. (2010). Mood disorders and quality of life. a community study. *Nord. J. Psychiatry, 64*, 58-62.
- Daffern, M., Thomas, S., Ferguson, M. & Podubinski, T. (2010). The impact of psychiatric symptoms, interpersonal style, and coercion an aggression and self-harm during psychiatric hospitalization. *Psychiatry, 73*(4), 365-381.

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective wellbeing: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Eberhart, N. K. & Hammen, C. (2010). Interpersonal Style, stress, and depression: an examination of transactional and diathesis-stress models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(1), 23-38.
- Grant, D., Beck, G., Farrow, S. M. & Davila, J. (2007). Do interpersonal features of social anxiety influence the development of depressive symptoms? *Cognition and Emotion*. 21(3), 646-663.
- Hisli, N. (1988). Beck Depresyon Envanterinin geçerliği üzerine bir çalışma, *Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118-122.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E. & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 549-560.
- Koç, V. (2008). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon, *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Koç, V. (2011). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(1). 17-25.
- Koivumaa, H., Kaprio, J., Honkanen, R., Viinamaki, H. & Koskenvuo, M. (2004). Life satisfaction and depression in a 15 year follow-up of Healthy Adults. *Soc. Psychiatry Psychiatr. Epidemiology*, 39, 994-999.
- Libet, J. M. & Lewinsohn, P. M. (1973). Concept of social skill with special reference to the behaviour of depressed persons. *Journal of Consult. Clin. Psychol.*, 40, 304-312.
- Lyness, J. M., Caine, E. D., Conwell, Y., King, D. A. & Cox, L. (1993). Depressive symptoms, medical illness and functional status in depressed psychiatric inpatients. *Am. J. Psychiatry*, 150, 910-915.
- Nezlek, J. B., Hampton, C. P. & Shean, G. D. (2000). Clinical depression and day-to-day social interaction in a community sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 11-19.



- Öztürk, M. O. (2002). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Ankara: Nobel Tıp Kitabevi.
- Safran, J. D. & Segal, Z. V. (1990). *Interpersonal process in cognitive therapy*. New York: Basic Books.
- Savaşır, I. ve N. H. Şahin (Ed.). (1997). *Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: sık kullanılan ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Shean, G. & Uchenwa, U. (2001). Interpersonal style and anxiety. *The Journal of Psychology*, 124(4), 403-408.
- Smith, T. W., Traupman, E. K., Uchino, B. N. & Berg, C. A. (2010). Interpersonal circumplex descriptions of psychosocial risk factors for physical illness: application to hostility, neuroticism, and marital adjustment. *Journal of Personality*, 78(3), 1010-1022.
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: Norton.
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D. & Koç, V. (2010). kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(1), 17-25.
- Tegin, B. (1980). *Depresyonda bilişsel şemalar*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.
- Watson, D., Clark, L. A. & 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.
- Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri* (1. Bas.). İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Yetim, Ü. (2002). The impacts of individualism/collectivism, self-esteem and feeling of mastery on life satisfaction among the Turkish university students and academician. *Social Indicators Research*, 61, 297-317.
- Young, J. E., Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.