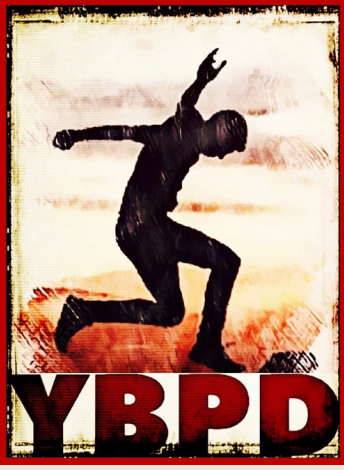


E-ISSN: 2587-1536



YAŞAM BECERİLERİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

LIFE SKILLS JOURNAL OF PSYCHOLOGY

YIL(YEAR): 2019, CİLT(VOLUME): 3, SAYI(ISSUE): 5, HAZİRAN(JUNE)



PSİKIYATRI
PSİKOLOJİ
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK
SOSYAL HİZMET
PSİKIYATRİ HEMŞİRELİĞİ
ÇOCUK GELİŞİMİ
OKULÖNCESİ EĞİTİMİ
ÖZEL EĞİTİM

ISSN 2587-1536

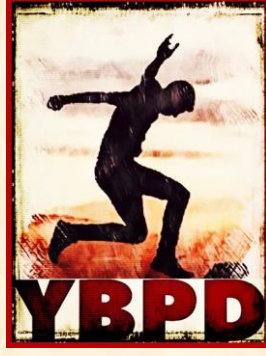


9 772587 153004

PSYCHIATRY
PSYCHOLOGY
PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND GUIDANCE
SOCIAL WORK
PSYCHIATRIC NURSING
CHILD DEVELOPMENT
EARLY CHILDHOOD EDUCATION
SPECIAL EDUCATION



www.dergipark.org.tr/ybpd



Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi
Life Skills Journal of Psychology

ISSN: 2587-1536

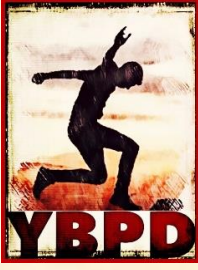
Cilt: 3 • Sayı: 5 • Haziran 2019
Volume: 3 • Issue: 5 • June 2019

Yılda İki Kez Yayınlanan Hakemli Dergi
Biannual Peer-Reviewed Journal

ISSN 2587-1536



9 772587 153004



YAŞAM BECERİLERİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

LIFE SKILLS JOURNAL OF PSYCHOLOGY

Yıl: 2019, Cilt: 3, Sayı: 5, Haziran

Year: 2019, Volume: 3, Issue: 5, June

Başlangıç 2017

Founded

ISSN 2587-1536

Yayın Türü Bilimsel, Süreli ve Hakemli

Publication Type Scientific, Periodical and Peer-Reviewed Publication

Periyot Yılda 2 Sayı (Haziran ve Aralık)

Period Biannually (June and December)

Dili Türkçe-İngilizce

Language Turkish-English

Hakemlik Türü Çift Kör Hakemlik

Peer Review Type Double Blind Peer Review

Sahibi ve Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Muhammed YILDIZ, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Owner and Legal Representative

Editörler Dr. Sevgi NEHİR, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa-TÜRKİYE

Editors Dr. Mehmet ASLAN, Ada Kent Üniversitesi, Gazimağusa-KKTC

Yayın Kurulu Prof. Dr. Ayşegül BİLGE, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE

Editorial Boards Prof. Dr. Esra ENGİN, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE

Prof. Dr. Işıl BULUT, Başkent Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE

Prof. Dr. Kamuran ELBEYOĞLU, Toros Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE

Prof. Dr. Mazlum ÇÖPÜR, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Prof. Dr. Mehmet Erdal VARDAR, Trakya Üniversitesi, Edirne-TÜRKİYE

Prof. Dr. Sefa BULUT, İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Doç. Dr. Fikret GÜLAÇTI, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan-TÜRKİYE

Doç. Dr. Hasan YILMAZ, Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Bişkek-KIRGIZISTAN

Doç. Dr. Kasım TATLILIOĞLU, Bingöl Üniversitesi, Bingöl-TÜRKİYE

Doç. Dr. Pınar GÜRKAŞ, Clayton State University, Morrow, Georgia-ABD

Doç. Dr. Zihniye OKRAY, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC

Dr. Aydın ÇİVİLİDAĞ, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE

Dr. Özge GÜRCANLI, Rice University, Houston, Teksas-ABD

Dr. Yaşar BARUT, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE

Dr. Yunus PINAR, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE

Danışma Kurulu Prof. Dr. Ali Fuat ERSOY, Karabük Üniversitesi, Karabük-TÜRKİYE

Advisory Boards Prof. Dr. Belma TUĞRUL, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Prof. Dr. Emine AHMETOĞLU, Trakya Üniversitesi, Edirne-TÜRKİYE

Prof. Dr. Zekiye ÇETİNKAYA DUMAN, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE

Doç. Dr. Gülseli BAYSU, Queen's University Belfast, Belfast-KUZEY İRLANDA

Dr. Belgin PARLAKYILDIZ, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Dr. Cemaliye DİREKTÖR, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC

Dr. Davut İBRAHİMOĞLU, İstanbul Esenyurt Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Dr. Dudu Melek SABUNCUOĞLU, İstinye Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Dr. Güldener ALBAYRAK, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde-TÜRKİYE

Dr. Sevinç PEKER, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Hakem Kurulu Prof. Dr. Ayşe SEZEN SERPEN, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Referees Boards Prof. Dr. Bedriye ÖNCÜ, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Prof. Dr. Binnur YEŞİLYAPRAK, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Prof. Dr. Nesrin HİSLİ ŞAHİN, Başkent Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Doç. Dr. Arzu YILDIRIM, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan-TÜRKİYE
Doç. Dr. Aslı ASLAN, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE
Doç. Dr. Fahriye OFLAZ, Koç Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Doç. Dr. Leyla BAYSAN ARABACI, İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Doç. Dr. Mualla YILMAZ, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE
Doç. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN, Uludağ Üniversitesi, Bursa-TÜRKİYE
Doç. Dr. Neşide YILDIRIM, Sakarya Üniversitesi, Sakarya-TÜRKİYE
Doç. Dr. Pinar GÜZEL ÖZDEMİR, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE
Doç. Dr. Recep YILDIZ, Yalova Üniversitesi, Yalova-TÜRKİYE
Doç. Dr. Sait ULUÇ, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Doç. Dr. Seda BAYRAKTAR, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE
Dr. Aylin SOP, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur-TÜRKİYE
Dr. Ayşe KAYA GÖKTEPE, İstanbul Şehir Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Azize ATLI ÖZBAŞ, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. Banu ELMATAŞ DİKEÇ, Uludağ Üniversitesi, Bursa-TÜRKİYE
Dr. Cahit NURİ, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa-KKTC
Dr. Didem YÜCEL, Biruni Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Doruk UYSAL IRAK, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Duygu DİNÇER, İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Ertuğrul GÖDELEK, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE
Dr. Fatih KUCUR, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Gün PAKYÜREK, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın-TÜRKİYE
Dr. Halil KAYIKCI, Bingöl Üniversitesi, Bingöl-TÜRKİYE
Dr. Hüdayar CİHAN GÜNGÖR, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. İbrahim AKKAŞ, Erzincan Üniversitesi, Erzincan-TÜRKİYE
Dr. İdris KAYA, Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay-TÜRKİYE
Dr. Mine CİHANOĞLU, Atılım Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. Mine EKİNCİ, Atatürk Üniversitesi, Erzurum-TÜRKİYE
Dr. Ömür GÜREL SELİMOĞLU, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE
Dr. Özlem ÇELİK, İstanbul Okan Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Rıdvan ÜNEY, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Satı DOĞAN, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Dr. Sayra LOTFİ, İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Sinem ÜZAR ÖZÇETİN, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. Sultan ŞEHİTOĞLU, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC
Dr. Tuğba YILMAZ, İzmir Bakırçay Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Dr. Yakup YILDIRIM, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE
Dr. Zöhre KAYA, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE
Dr. Zümrüt GEDİK, İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE

Yazışma Adresi ve İletişim Hacıosmanlı Mahallesi 4012 sk. No:7/2, 80010 Merkez/Osmaniye/Türkiye
Correspondence Address and Contact Web: www.dergipark.org.tr/ybpd E-Mail: pdrdanisman@hotmail.com
Telefon / Phone: +90 533 144 36 99

Dizinler DOAJ, EbscoHost, Erih Plus, Crossref, Index Copernicus, SOBİAD, Türk Medline
Abstracting and Indexing Türk Psikiyatri Dizini, Türk Eğitim İndeksi, İdeal Online

Tüm hakları saklıdır. Makalelerin sorumlulukları yazarlara aittir.
All rights reserved. Authors are fully responsible for their papers.

Bu sayının hakemleri
Referees of this issue

Prof. Dr. Kamuran ELBEYOĞLU, Toros Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE
Prof. Dr. Mehmet Erdal VARDAR, Trakya Üniversitesi, Edirne-TÜRKİYE
Prof. Dr. Sefa BULUT, İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Prof. Dr. Zekiye ÇETİNKAYA DUMAN, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Doç. Dr. Fikret GÜLAÇTI, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan-TÜRKİYE
Doç. Dr. Hasan YILMAZ, Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Bişkek-KIRGIZISTAN
Doç. Dr. Kasım TATLILIOĞLU, Bingöl Üniversitesi, Bingöl-TÜRKİYE
Doç. Dr. Mualla YILMAZ, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE
Doç. Dr. Recep YILDIZ, Yalova Üniversitesi, Yalova-TÜRKİYE
Doç. Dr. Sait ULUÇ, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Doç. Dr. Zihniye OKRAY, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC
Dr. Aydın ÇİVİLİDAĞ, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE
Dr. Ayşe KAYA GÖKTEPE, İstanbul Şehir Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Cahit NURİ, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa-KKTC
Dr. Cemaliye DİREKTÖR, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC
Dr. Duygu DİNÇER, İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Ertuğrul GÖDELEK, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE
Dr. Güldener ALBAYRAK, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde-TÜRKİYE
Dr. Gün PAKYÜREK, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın-TÜRKİYE
Dr. Halil KAYIKCI, Bingöl Üniversitesi, Bingöl-TÜRKİYE
Dr. Mine EKİNCİ, Atatürk Üniversitesi, Erzurum-TÜRKİYE
Dr. Rıdvan ÜNEY, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Sevgi NEHİR, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa-TÜRKİYE
Dr. Sultan ŞEHİTOĞLU, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC
Dr. Tuğba YILMAZ, İzmir Bakırçay Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Dr. Yaşar BARUT, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE
Dr. Yunus PINAR, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE
Dr. Zöhre KAYA, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE

YAYIN İLKELERİ

- 1.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, psikiyatri, psikoloji, psikolojik danışma ve rehberlik, sosyal hizmet, psikiyatri hemşireliği, çocuk gelişimi, okulöncesi eğitimi ve özel eğitim alanlarında Türkçe ve İngilizce özgün araştırmalara yer veren hakemli akademik bir dergidir.
- 2.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, Haziran ve Aralık aylarında olmak üzere yılda iki kez yayınlanır. Ancak ihtiyaç olması durumunda özel sayılar da yayımlanabilir.
- 3.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, araştırma makalesi, olgu sunumu, derleme, konferans bildirisi, tez makalesi, editöre mektup, kitap incelemesi, sistematik derlemeler ve meta analiz türünden makaleler kabul etmektedir. Konferans ve kongrelerde sunulan ancak tam metni kongre kitabında yayımlanmamış olmak kaydıyla yapılan çalışmalarda, sunumun gerçekleştiği konferans ve kongrenin adı, yapıldığı yer ve tarih birinci sayfanın altında dipnot olarak ifade edilmelidir. Gönderilecek çalışma yüksek lisans ya da doktora tezinden üretilmişse bu ayrıntı yazar tarafından makalenin ilk sayfasının altında dipnot kısmında ifade edilmelidir.
- 4.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, açık erişimli bir dergidir. Bilimsel eserlerin akademisyenler, öğrenciler ve halkla ücretsiz bir biçimde paylaşılması prensibini benimsemiştir. Budapeşte Açık Erişim Girişimi'ni desteklemektedir. Okurlar dergide yayınlanan makalelere ücretsiz olarak erişebilmektedirler.
- 5.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine gönderilen eserlerin daha önce herhangi bir dergide yayımlanmamış ya da yayımlanmak üzere gönderilmemiş olması gerekmektedir. Bu hassasiyetin sağlanmasından yazar sorumludur. Makale yayımlandıktan sonra, başka dergilere de gönderilmesinin anlaşılması üzerine makale yayından kaldırılır. Bu durumda doğacak etik ihlalinin sorumlulukları yazara aittir.
- 6.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayımlanan yazılar nedeniyle yazarlara ve hakemlere herhangi bir ücret ödenmez.
- 7.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, Creative Commons Atıf 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır. Bu nedenle yayımlanan eserlerin telif hakları yazara aittir. İlk yayımlama hakkı dergiye aittir. Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayımlanan eserlerin tüm sorumlulukları eser sahibine aittir.
- 8.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde değerlendirilmeye alınan makaleler önce bilimsel içerik ve etik standartlara uygunluk bakımından editör kurulu tarafından incelenir. Gönderilen makalelerin benzerlik kontrolü ve intihal denetimi Turnitin programıyla yapılır. Benzerlik oranı %15'in üstünde olan ve intihal yapıldığı tespit edilen makaleler anında reddedilir. Editör incelemesinde, makalenin bilimsel özgünlüğü, öne sürdüğü hipotezler, tutarlılığı, test edilebilirliği ve tekrarlanabilirliği gibi belli özelliklere sahip olup olmadığı, alana bulunacağı katkı, yöntemin yeterli olup olmaması, araştırmaya dahil edilen değişkenlerin aralarında ilişki aranıp aranmayacağına ve makalenin dergi yazım kuralları ve APA formatına uygun bir biçimde yazılıp yazılmadığına bakılır. Ayrıca istatistiki yöntemlerin kontrolü, makalenin daha önce bir yerde yayınlanıp yayınlanmadığı, herhangi bir tezin parçası olup bu durumun dipnot olarak bildirilip bildirilmediği, herhangi bir kongrede sunulmuş olup bu durumun dipnot olarak bildirilip bildirilmediği, sunulduysa tam metnin kongre kitabında yayınlanıp yayınlanmadığı araştırılır. En son ise kaynakça kontrolü yapılır. Tüm kontrollerin sonunda uygun bulunan makaleler, alanlarında uzman hakemlere gönderilir.
- 9.Editöryal süreci başarıyla geçen makaleler alanında uzman iki hakeme gönderilir. Dergi makale değerlendirmesinde çift kör hakemlik sistemiyle çalışmaktadır. Yazar makalesini değerlendiren hakemin kim olduğunu, hakemse makalesini değerlendirdiği yazarın kim olduğunu bilmez. Bu gizliliğin sağlanmasından editör sorumludur. Her iki hakemin de olumlu görüş bildirmesinden sonra makale yayımlanır. Hakemlerden biri olumsuz diğeri olumlu görüş bildirmişse, makale üçüncü bir hakeme gönderilir. Hakemlik süreci biten makaleler erken görünüm başlığı altında yayınlanır.

10.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine gönderilen makaleler, metin içi referans gösterme, tablo gösterimi ve kaynakça gösteriminde American Psychological Association (APA) 6 stilinde olmalıdır. Çalışmanın değerlendirilmeye alınması için benzerlik oranının özet, abstract ve kaynakça hariç %15'in altında olması gerekmektedir.

11.Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine makale göndermek isteyen yazarlar, makalelerini derginin yazım kurallarına göre düzenledikten sonra Dergipark sistemine giriş yapmalıdırlar. Ardından makale gönder sekmesinden yayını göndermelidirler. Biçim bakımından şablona uygun olarak gönderilmeyen yazılar hiç bir şekilde değerlendirmeye alınmayacaktır.

YAZIM KURALLARI

Metnin tamamında bölüm başlıklarının yalnızca ilk harfi büyük yazılmalıdır ve hiçbir başlığa numara verilmemelidir. Makalelerde sıralama şu şekilde olmalıdır: Giriş, kuramsal çerçeve, literatür taraması, yöntem, bulgular, tartışma ve sonuç ve kaynakça. Makaleniz A4 boyutunda, 1 satır aralığında, karakter olarak Cambria 12 pts olmalıdır. Bölüm başlıkları 12 pts ve bold yazılmalıdır. Sayfa kenarları soldan, sağdan, alt ve üstlerden 3 cm boşluk içermelidir. Paragraf arası önce ve sonra 6 nk boşluk bırakılmalıdır. Paragraflarda girinti verilmemelidir.

1.Türkçe Başlık: Makalenin başlığı, araştırmayı en doğru ifade edecek bir biçimde yazılmalı, yazı büyüklüğü 14 pts ve bold olmalıdır. Tümü büyük harflerle yazılmalıdır.

2.Türkçe başlığın altında yayın sahibi/sahiplerinin Adı SOYADI, yer almalıdır. Bunun altında çalışılan kurum, en altta ise yazara ait Orcid ID yer almalıdır. Yazı büyüklüğü 12 pts ve bold olmalıdır. Birinci sayfanın en altında ise yayın sahibi/sahiplerinin Unvanı, Kurumu, e-mail adresi dipnot olarak yer almalıdır. Yazı büyüklüğü 8 pts olmalıdır. Çalışılan kurumlar ifade edilirken kısaltmalar kullanılmamalı, kurumun, fakültenin tam adı açıkça yazılmalıdır.

3.Türkçe Öz: Öz başlığı 10 pts ve bold, öz içeriği 10 pts ve iki tarafa yaslı olmalıdır. 225-250 kelime içermelidir. Bu bölümde çalışmanızın Türkçe özü yer almalıdır. Öz kısmında araştırmanın nerede yapıldığı, örneklem büyüklüğü, kullanılan ölçme araçları, kullanılan istatistiksel analizler, analizlerin sonuçları yer almalıdır. Anahtar Kelimeler başlığı 10 pts ve bold, içeriği 10 pts olmalıdır. Anahtar kelimelerin ilk harfleri büyük gerisi küçük harfle yazılmalıdır. Anahtar kelimeler başlığı normal, diğerleri italik yazılmalıdır. En az 3, en fazla 5 sözcük bulunmalıdır. Ve virgül (,) işareti ile ayrılmalıdır.

4.İngilizce Başlık: Makalenin başlığı, araştırmayı en doğru ifade edecek bir biçimde yazılmalı, yazı büyüklüğü 14 pts ve bold olmalıdır. Tümü büyük harflerle yazılmalıdır.

5.İngilizce Abstract: Abstract başlığı 10 pts ve bold, abstractın içeriği 10 pts ve iki tarafa yaslı olmalıdır. 225-250 kelime içermelidir. Bu bölümde çalışmanızın İngilizce özü yer almalıdır. Abstract kısmında araştırmanın nerede yapıldığı, örneklem büyüklüğü, kullanılan ölçme araçları, kullanılan istatistiksel analizler, analizlerin sonuçları yer almalıdır. Key words başlığı 10 pts ve bold, içeriği 10 pts olmalıdır. Key wordsun ilk harfleri büyük gerisi küçük harfle yazılmalıdır. Key words başlığı normal, diğerleri italik yazılmalıdır. En az 3, en fazla 5 sözcük bulunmalıdır. Ve virgül (,) işareti ile ayrılmalıdır.

6.Giriş: Bu kısımda araştırmacı bu makalede değindiği problemin niçin bu kadar önemli olduğunu ifade etmelidir. Araştırmada ele alınan problem açık ve anlaşılır bir biçimde ifade edilmelidir.

7.Kuramsal Çerçeve: Makalelerde, her bir değişken için kuramsal çerçeve verilmelidir.

8.Literatür Taraması: Çalışmayla ilgili yurt içi ve yurt dışı literatüre yer verilmelidir.

9.Yöntem: Bu kısımda araştırmanın önemi, sınırlılıkları, gerekçesi, problem cümlesi, kullanılan bilimsel yöntem, kullanılan istatistiksel yöntem ve ölçme araçlarına yer verilmelidir. Alt başlıklar numaralandırılmamalıdır. Ölçek isimleri 12 pts ve eğik yazıyla verilmelidir.

10.Bulgular: Bu kısımda bulgulara yer verilmeli tablo başlıkları 12 pts ve bold yazıyla verilmelidir. Tablolarda yalnızca ilk kelime büyük harfle başlamalı, tablo içi yazı büyüklüğü 8 pts olmalıdır. Tablo gösteriminde APA 6 stili kullanılmalıdır.

11.Tartışma ve Sonuç: Bu kısımda elde edilen sonuçlar literatürle beraber değerlendirilmeli, daha önce yapılmış olan araştırmaların sonuçlarıyla karşılaştırılmasını içermeli ve önerilere değinilmelidir.

12.Metin içi atıflar ve Kaynakça: APA kriterleri kullanılmalıdır. Kaynaklar ilk satırdan sonra 0.6 cm girintili yazılmalıdır.

Tek Yazarlı Kitap

Güleç, C. (2009). *Psikiyatrinin ABC'si* (2. Basım). İstanbul: Say Yayınları.

İki Yazarlı Kitap

Kalkan, M., & Ersanlı, K. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme kuram ve uygulama* (1.Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Editörlü Kitap

Akın, A. (Ed.). (2013). *Eğitimde kullanılan güncel ölçme araçları* (1.Basım). Ankara: Nobel Yayınları.

Editörlü Kitaptan Bölüm

Cohen, R.J., & Swerdlik, M.E. (2015). *Psikolojik test ve değerlendirme. Testlere ve ölçmeye giriş*. E. Tavşancıl (Ed.). Test Geliştirme (A. Kan, Çev.) içinde, Ankara: Nobel Yayıncılık, 233-276.

Yüksek Lisans, Uzmanlık ve Doktora Tezleri

Ergin, F. (2000). *Üniversite öğrencilerinin sahip oldukları duygusal zekâ düzeyiyle 16 kişilik özelliği arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Makaleler

Ertem, Ü., & Yazıcı S. (2006). Ergenlik döneminde psikososyal sorunlar ve depresyon, aile ve toplum. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(9), 7-12.

Bildiriler

Aktekin, M., Şenol, Y., Türkay, M. & Erengin, H. (2002). Tıp öğrencilerinde kaygı, depresyon ve bazı yaşam sorunlarının düzeyleri: Uzunlamasına bir çalışma. *Ulusal Halk Sağlığı Kongresi*. 23-28 Eylül 2002 Diyarbakır; 852-855.

Web Sitesi Alıntıları

Zorlu, S. (2010). *Kognitif (bilişsel) davranışçı terapi nedir*. doktorsitesi.com, Erişim tarihi: 17.03.2017.

ÖNSÖZ

Merhaba,

Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi'nin (YBPD) 5. sayısı ile huzurlarınızda olmanın mutluluğu içindeyiz. İlk sayısı 2017 yılı Haziran ayında yayımlanan dergimizin, tam iki yıl sonra bugün, beşinci sayısını yayımlamanın haklı gururu içerisindeyiz. Dergimiz, bilimsel ölçütlere ve bilim etiğine uygun, özgün ve ruh sağlığı alanına katkıda bulunabilecek araştırmaları, bilimsel ve etik süreçlerle değerlendirerek alana kazandıran, ruh sağlığı hizmetlerine katkıda bulunan bir dergidir. Dergimiz ruh sağlığıyla ilgili bilim dallarının teorik ve uygulamalı çalışmalarını, bilimsel bir perspektifle desteklemeyi ve ilgili profesyonellerin işbirliğini amaçlamaktadır. Dergimizde yayımlanan makalelerle, ülkemizdeki ruh sağlığı hizmetleri literatürüne saygın ve nitelikli eserler kazandırmak amaçlanmaktadır. Dergimizin hedef kitlesi, ruh sağlığı alanında çalışan akademisyenler, öğrenciler ve ruh sağlığı ile ilgili kuruluşlardır. Aynı zamanda dergimizde yayınlanan derleme ve olgu sunumu makaleleriyle, ruh sağlığı hizmetlerine muhtaç bireyler için tedavi kılavuzları oluşturulması hedeflenmiştir. Dergimizin yayımında emekleri olan editör, hakem ve yazarlara teşekkürü bir borç biliyoruz. Altıncı sayıda görüşmek üzere

Hoşçakalın...

Muhammed YILDIZ

Yazı İşleri Müdürü

İÇİNDEKİLER / CONTENTS

Editöre Mektup / Letter to the Editor

- 1.Serkan GÜNEŞ, Oğuz GÜVENMEZ.....(1-4)
Öykülerle Öğrenme.
Learning with Stories.

Araştırma Makalesi / Research Article

- 2.Mukaddes SAKALLI DEMİROK, Meltem HAKSIZ, Cahit NURİ(5-12)
Özel Eğitim Öğretmenlerinin Yardımcı Teknoloji Kullanımlarına Yönelik Tutumlarının İncelenmesi.
Attitudes of Special Education Teachers Towards Assistive Technology Use.

Derleme / Review

- 3.Emine ER, Yener ÖZEN.....(13-22)
Biz Babadan Böyle Gördük-Evlat Sorumluluğu.
We See this by the Father-Filial Responsibility.

Araştırma Makalesi / Research Article

- 4.Asiye DURSUN, Murat Sinan ÖZKAN.....(23-37)
Ergenlerin Gelecek Kaygıları ile Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkide Yaşam Doyumunun Aracı Rolü.
The Relationship between the Future Anxiety and Psychological Resilience of Adolescence: The Mediating Role of Life Satisfaction.

- 5.Nazife BAKIR, Hatice BALCI YANGIN.....(39-51)
Üniversite Öğrencilerinde Premenstrual Sendrom ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişki.
The Relationship between Premenstrual Syndrome and Healthy Lifestyle Among University Students.

Olgu Sunumu / Case Report

- 6.Zihniye OKRAY.....(53-64)
Kısırlık Sorunu Yaşayan Erkek Hastaların TAT ve Rorschach Tepkilerinin Olgu Düzeyinde İncelenmesi.
Investigation of TAT and Rorschach Responses of Males Who are Facing with Male Factor Infertility.

- 7.Esra Nihan BRIDGE.....(65-72)
Review of A Case Study in Light of Bowen Theory: Differentiation of Self.
Bowen Teorisi Işığında Bir Vaka Çalışmasının Gözden Geçirilmesi: Benliğin Farklılaşması.

Araştırma Makalesi / Research Article

- 8.Serdar KÖRÜK, Ali Ammar KURT.....(73-83)
The Predictive Role of Early Maladaptive Schemas in The Evaluation of Pre-Marital Romantic Relationships Among University Students.
Üniversite Öğrencilerinde Evlilik Öncesi Romantik İlişkilerin Değerlendirilmesinde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Yordayıcı Rolü.

- 9.Didem TETİK KÜÇÜKELÇİ.....(85-91)
Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) Üzerine Bir Çalışma.
A Study on The Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS).

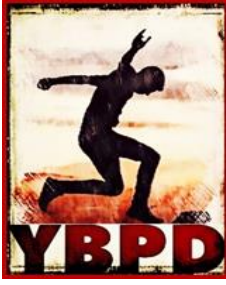
Derleme / Review

- 10.Emir ÜZÜMÇEKER, Gizem Naz GEZGİN, Serap AKFIRAT.....(93-110)
Sosyal ve Evrimsel Psikolojide İnsan Özgeciliği Bilmecesi.
The Riddle of Human Altruism in Social and Evolutionary Psychology.

- 11.Ekin ÖZTEKİN, Kübra Meltem KARAOĞLU.....(111-118)
Depresyonun Kişilerarası Psikoterapisinin Klinik Alandaki Rolü: Bilişsel Davranışçı Terapiler ve Medikal Tedavilerle Karşılaştırma Çalışmalarına İlişkin Bir Derleme.
Role of The Interpersonal Psychotherapy of Depression in Clinical Settings: Comparison with Cognitive Behavioural Therapies and Medical Treatment Procedures.

Araştırma Makalesi / Research Article

- 12.Nazife BAKIR, Pınar IRMAK VURAL, Cuma DEMİR.....(119-128)
Üniversite Öğrencilerinin Cinsel Eğitime Yönelik Tutumları ve Toplumsal Cinsiyet Algılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi.
Investigation of University Students' Attitudes Towards Sexual Education and Gender Perception in Some Variables.



ÖYKÜLERLE ÖĞRENME LEARNING WITH STORIES

Serkan GÜNEŞ¹

Hatay Devlet Hastanesi
ORCID:0000-0002-8247-2145

Oğuz GÜVENMEZ²

Özel Sözühhikmet Dahiliye Kliniği
ORCID:0000-0002-9318-1044

Sayın Editör,

Öykülerle öğrenme programı ilkokul çağındaki çocukların psikiyatrik sorunlarına farklı bir yöntem uygulanarak yaklaşılmasını sağlamaktadır. Zekâ geriliği, otizm, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, öğrenme güçlüğü, kaygı bozuklukları, obsesif-kompulsif bozukluk, davranış sorunları, dışa atım bozuklukları, kimlik sorunları gibi psikiyatrik bozukların tedavisinde alternatif bir yöntem olarak tasarlanmıştır. Aynı zamanda Türkçeyi güzel kullanmayı, dil bilgisini geliştirmeyi ve zengin bir kelime hazinesine sahip olmayı, okuma, yazma, anlama, yorum yapma ve konuşma becerilerini geliştirmeyi hedeflemektedir. Bu programla, pratik erken okumayı teşvik etmek, rahat ortamlarda çocukların mükemmel bir biçimde çocuk edebiyatı ile temasını sağlamak, dilin güzelliğini hissettirmek ve bilişsel yetenek gelişimine yardımcı olmak istenmektedir. Bu program 7 yıl gibi uzun süreli bir çalışmanın, takip ve gözlemin sonucunda ortaya çıkmıştır. Yazarların kendi klinik tecrübelerine ve gözlemlerine dayanmaktadır. Hikâye okumak çocuklarda zamanın, mekânın ve nesnelerin merakını uyandırabilir. Böylelikle çocukların gözlemi, anlayışı, hayal gücü, yaratıcılığı ve ifadesi gelişir. Hikâyelerde ilgi çekici ve sade dil bir dil kullanılmalıdır. Çocukların bilişsel yeteneğinin gelişmesiyle birlikte korkularıyla yüzleşmelerini sağlamak ve yaşadıkları ruhsal sıkıntıları tedavi etmek için akılda kalıcı öyküler seçilmelidir. Bu programdaki öyküler bu şekilde düzenlenmiştir. Çocuk ve ergen psikiyatri kliniklerinde çok sık karşılaşılan gerçek hayatta yaşanmış olaylardan isimler değiştirilerek bahsedilmiştir. Öykülerle öğrenme programının içeriği metinler ve öğrenme etkinliklerinden oluşmaktadır. Bu programdaki öykülerde yukarıda bahsetmiş olduğumuz psikolojik sorunların aşılabilmesi için çocuklara yardımcı olmak amaçlanmaktadır.

Bu programı aşağıdaki şekilde kullanmak etkili olacaktır:

- 1) Metin; eğitimci ve öğretmenler çocukların duygularını anlar ve dinleme becerilerini geliştirir. Öğrencilerin okuma becerilerini geliştirmek için öyküleri okumaları sağlanır.
- 2) Aktivite ve etkinlik 1; Çocukların metnin içeriğini anlamalarına ve soruları kendilerinin yanıtlamalarına dikkat edilir. Merak uyandırılarak metnin anlaşılmasına yardımcı olunur.
- 3) Aktivite ve etkinlik 2; Çocukların okuma, yazma, çizme, yorum yapma ve konuşma becerileri geliştirilir.

¹Uzman Doktor, Hatay Devlet Hastanesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Polikliniği, Hatay-Türkiye. E-mail: dr_sgunes@hotmail.com

²Uzman Doktor, Özel Sözühhikmet Dâhiliye Kliniği, Adana-Türkiye. E-mail: oguzguvenmez001@hotmail.com

Alıntılama: Güneş, S., Güvenmez, O. (2019). Öykülerle öğrenme. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 1-4.

Örnek Öyküler (Kısaltılarak yazılmıştır)

Öykü 1. Kadife ve Çiftlik

Öykü 2. Okul Sevgisi

Öykü 3. Baba Şefkati

Öykü 4. Zeynep'in Sıkıntısı

Öykü 5. Ali'nin Utancı

Öykü 1. Kadife ve Çiftlik

Küçük bir çiftlikte Kadife isminde tatlı bir köpek varmış. O gün sahibi, Kadifeyi aç bırakmış. Kadife, çok üzgün ve bitkin bir haldeymiş. Aç olan Kadife sahibini beklerken havlamaya başlamış. Çiftlik sahibinin kızı Çiğdem, Kadife'nin havlamalarından çok korkmuş. Daha sonra koşarak annesinin kucağına koşmuş. Annesi: "Yavrucuğum, korkma! Kadife bizi tanıyan, bizi seven, koruyan ve insanlara yardımcı olan bir canlıdır. Karnı acıkmış olabilir. Hadi gidip birlikte ona yemek verelim." demiş. Çiğdem ürkek bir sesle "Ama anneciğim ben çok korkuyorum." diye söylemiş. Bunun üzerine annesi Çiğdem'in elinden tutmuş ve Kadife'ye yemek vermeye götürmüş. Çiğdem önce Kadife'nin yanına yaklaşamamış ve uzakta duruyormuş. Bu esnada annesinin Kadife'nin yanına korkmadan gidip yemek verdiğini ve onu sevdiğini görmüş. Bunun üzerine annesi Çiğdem'in elinden tutup yavaşça Kadife'nin yanına doğru götürmeye başlamış. Kadife'nin yanına geldiklerinde annesi Çiğdem'in Kadife'yi sevmesini istemiş. Çiğdem Kadife'ye tam dokunup sevecekken, Kadife Çiğdem'in yüzünü yalamaya başlamış. Bu, Çiğdem'in çok hoşuna gitmiş ve artık ondan korkmuyormuş. Böylece hem Kadife'yi hem de çiftliği çok sevmiş ve sürekli Kadife'nin yanına gitmek istemiş.

Aktivite ve etkinlik 1. Öyküyü okuduktan sonra soruları cevaplamaya çalışın.

1. Kadife neden havlıyordu?
2. Kadife neden üzgün, halsiz ve bitkindi?
3. Çiğdem neden korktu?
4. Çiğdem'in annesi ne yaptı?
5. Çiğdem korkusunu nasıl yendi?

Aktivite ve etkinlik 2. Öykü ile ilgili bir resim çizin.

Öykü 2. Okul Sevgisi

Mert, anaokuluna daha yeni yazılmıştı. Çok heyecanlıydı. Çünkü annesi ve babası ona yeni kıyafetler, su matarası ve boyama kitapları almıştı. Bir an önce okula başlamak için çok istekliydi. Ancak, okula gitmeden bir gün önce içinde bir korku belirmeye başladı. Aklına bazı düşünceler geliyordu. "Acaba yarın okulda ne yapacağım? Annem beni bırakıp gidecek mi? Ya annem beni tekrar gelip almazsa?" gibi düşünceler gelmeye başlamıştı. Bunları düşünmekten gece uyumakta zorlanmıştı. Sabah uyandığında ise, karnının ağrıdığını fark etmiş ve annesine "Anne ben okula gitmek istemiyorum." demişti. Annesi "Neden oğlum? Ne oldu?" diye sormuş. Bunun üzerine Mert "Bir şey yok, sadece okula gitmek istemiyorum." demiş. Annesi ise "Oğlum, okulda yeni arkadaşların olacak, öğretmenlerin olacak, onlarla birlikte çok güzel zaman geçireceksiniz." diye cevap vermiş ve Mert'in elini tutup okula götürmüş. Sınıfın önüne geldiklerinde, Mert üzgünmüş ve sınıfa girmek istememiş. Daha sonra annesi ve öğretmenleri Mert'i ikna edip sınıfa girmesini sağlamış. Mert sınıfın içine girdiğinde çok şaşırılmış. Etrafta çok güzel oyuncaklar varmış. Yeni arkadaşlarıyla birlikte güzel zaman geçirmeye başlamış. Aklına gelen kötü düşünceler artık gelmiyormuş. Bunu gören annesi bir süre sınıfın kapısında bekledikten sonra eve dönmüş. Okul sonrası annesiyle buluşan Mert, çok mutluymuş ve "Anne çok güzel bir gün geçirdim. Okulumu, arkadaşlarımı ve öğretmenlerimi çok sevdim. Yarın tekrar okula gitmek istiyorum." demiş.

Aktivite ve etkinlik 1. Öyküyü okuduktan sonra soruları cevaplamaya çalışın.

1. Mert neden heyecanlıydı?
2. Mert neden okula gitmek istemedi?
3. Mert sınıfta neler yaptı?
4. Mert'e kimler yardımcı oldu?
5. Mert korkularını nasıl yendi?

Aktivite ve etkinlik 2. Öyküyü okuduğunda ne hissettin? Bir anınızı paylaşın.

Öykü 3. Baba Şefkati

Mehmet, 4 yaşında çok hareketli ve sinirli bir çocukmuş. Annesinin ve babasının sözünü hiç dinlemiyormuş. İstedikleri olmadığında hırçınlaşıyor ve ağlamaya başlıyormuş. Mehmet bu sene anasınına başlamış. Öğretmeni Mehmet'i annesine şikâyet ediyormuş, çünkü Mehmet, okulda arkadaşlarıyla iyi geçinemiyormuş. Bu nedenle arkadaşları Mehmet'i dışlıyormuş. Aslında Mehmet'in bu şekilde davranmasının altında, babasının onun her istediğini yapması yatıyormuş. Mehmet istedikleri olmadığı zaman sinirleniyor, kötü sözler söylüyor ve uzun süre ağlama krizlerine giriyormuş. Böyle davrandığında babası, Mehmet üzülmesin diye her isteğini yerine getiriyormuş. Ancak, Mehmet bunu istediklerini yaptırmak için bir yöntem olarak kullanmayı öğrenmiş. Bu şekilde Mehmet, bencil ve tatminsiz bir insan olarak yetişecekti. Anne ve babası Mehmet'in her isteğini yapmayı tutarlı ve kararlı bir şekilde davranmaya karar vermiş. İsteklerini elde edemeyen Mehmet, tekrar davranış sorunları sergilemeye başlamış. Anne ve babası kendisiyle kararlı bir ses tonuyla konuşmuş ve ağlamalarını görmezden gelmiş. Anne ve babasına isteklerini ağlayarak yaptıramayan Mehmet, zamanla bu davranışından vazgeçmiş. Daha uslu, kurallara uyan ve arkadaşlarıyla daha iyi ilişkiler kurabilen bir çocuk haline gelmiş.

Aktivite ve etkinlik 1. Öyküyü okuduktan sonra soruları cevaplamaya çalışın.

1. Mehmet kaç yaşındaydı?
2. Mehmet neden sürekli ağlıyordu?
3. Babası Mehmet'in ağlamaması için ne yapıyordu?
4. Mehmet nasıl bir insan olarak yetişecekti?
5. Anne ve babası Mehmet'in davranışlarını düzeltmek için ne yaptı?

Aktivite ve etkinlik 2. Bir aile resmi çizin. Ailenizi memnun etmek için neler yaptığınızı yazın.

Öykü 4. Zeynep'in Sıkıntısı

Zeynep, çok düzenli ve titiz bir kızmış. Derslerinde çok başarılıymış. Ancak, Zeynep'in bir problemi varmış. Sürekli olarak ellerini yıkama ihtiyacı duyuyormuş. Ellerini tekrar tekrar yıkıyormuş. Elini yıkasa dahi, temiz olduğundan emin olamıyormuş. Elleri yıkamaktan tahriş olmaya başlamış. Bu durum Zeynep'in yaşamını olumsuz etkilemekteymiş ve Zeynep bu duruma çok üzülüyormuş. Günlük işlerini dahi yapmakta zorlanıyormuş. Zeynep'in annesi şu öneride bulunmuş "Zeynep bundan kurtulmak istiyorsan üzerine gitmelisin. Mesela ellerini yıkamaya gittiğinde 3 defa yıkıyorsan öncelikle 2 defa yıkamaya sonra da 1 defa yıkamaya çalışabilirsin. Eğer 1 defa yıkamayı başarabilirsen ben de sana gülen yüzler vereceğim. Bu gülen yüzleri toplayıp sana hediyeler alabiliriz." Bu öneri Zeynep'i çok sevindirmiş ve gülen yüzler toplayıp hediye alabilmek için heyecanlanmış. Gülen yüz alabilmek için ellerini 1 defa yıkamaya çalışmış. Annesi de kendine gülen yüzlerin karşılığında hediyeler almış. Böylece Zeynep bu davranışından zamanla vazgeçmiş.

Aktivite ve etkinlik 1. Öyküyü okuduktan sonra cevaplarınızı yazın.

1. Zeynep nasıl bir kızdı?
2. Zeynep'in dersleri nasıldı?
3. Zeynep'in sorunu neydi?

4. Zeynep'in annesi ne önerdi?

5. Zeynep başarılı olabildi mi?

Aktivite ve etkinlik 2. Zeynep'in yerinde olsaydın sen ne yapardın?

Öykü 5. Ali'nin Utancı

Ali, ilkokul 2. sınıfa devam eden oldukça hareketli bir çocukmuş. Ali her gece altına ıslatıyormuş. Sabah kalktığında ise çok utanıyormuş. Bu durumdan kimseye bahsetmek istemiyormuş. Ali'nin babası da kendisi gibi uzun süre altını ıslatmış. Ali geceleri yatmadan önce aşırı derecede çay ve kola içiyormuş. Ailesi, Ali'yi bir çocuk psikiyatri doktoruna götürmek için ikna etmiş. Ali utana sıkıla çocuk psikiyatri doktorunun yanına gelmiş. Doktor, Ali'ye ve ailesine şu önerilerde bulunmuş "Ali bu utanılacak bir şey değil. Çocuklar arasında çok sık görülen bir durumdur. Ancak düzelebilmesi için senin de yardımın gerekli. Gece yatmadan önce aşırı sıvı tüketmemen gerekir. Gece uyumadan önce mutlaka tuvalete gitmelisin. Uyuduktan 1-2 saat sonra, annen tuvalete gitmen için seni uyandırır. Ayrıca alt ıslatmanın takibinin yapıldığı bir çizelge yapılabilir. Bunları uygularsan büyük ihtimalle bu sorun ortadan kalkacaktır." Bundan sonra Ali ve ailesi, doktorun söylediği kurallara uymaya başlamış ve çizelge yapmışlar. Bir ay sonra, çocuk psikiyatri doktoruna muayene gittiğinde Ali çok sevinçliymiş, altına ıslatmaları azalmış, kendine güveni artmış ve doktora çok teşekkür etmiş.

Aktivite ve etkinlik 1. Öyküyü okuduktan sonra cevabınızı yazın.

1. Ali kaçınıcı sınıfa gidiyordu?

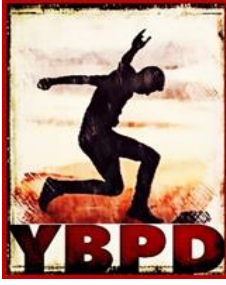
2. Ali neden utanıyordu?

3. Ali yatmadan önce ne yapıyordu?

4. Ailesi Ali'yi kime götürdü?

5. Ali'nin gittiği kişi Aliye ve ailesine neler önerdi?

Aktivite ve etkinlik 2. Ali nasıl bir çizelge yapmış olabilir? Aşağıya örnek bir çizelge yapın.



ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENLERİNİN YARDIMCI TEKNOLOJİ KULLANIMLARINA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Mukaddes SAKALLI DEMİROK¹

Yakın Doğu Üniversitesi

ORCID:0000-0002-4221-3050

Meltem HAKSIZ²

Yakın Doğu Üniversitesi

ORCID:0000-0003-1246-6281

Cahit NURİ³

Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

ORCID:0000-0002-8926-2984

ÖZ

Özel eğitime ihtiyaç duyan öğrenciler öğrenme ortamlarında ve günlük yaşamlarında çeşitli zorluklarla karşılaşmaktadırlar. Bu öğrencilerin eğitim ihtiyaçlarında ve yaşam becerilerinde çevreleri ile etkileşim kurmalarını yardımcı teknolojilerle desteklemek kaçınılmazdır. Öğretmenlerin yardımcı teknolojileri etkili bir şekilde kullanması, onların yardımcı teknolojilere yönelik tutumlarına bağlı olarak değişmektedir. Öğretmenlerin yardımcı teknolojiler hakkında olumlu tutum sergilemesi, öğrencilerin başarılarını arttırmak için bu teknolojileri sınıf içerisinde yapılan etkinliklerde kullanmalarını arttırmaktadır. Bu bağlamda bu araştırmaya Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde görev yapan 40 özel eğitim öğretmeni katılmıştır. Araştırmada, özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknoloji kullanımına yönelik tutumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden betimsel araştırma modeline göre yürütülmüştür. Araştırmada özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknoloji kullanımına yönelik genel tutum puanlarının kararsız aralığa denk geldiği yani öğretmenlerin tutumlarının ne olumlu ne de olumsuz olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler

Yardımcı Teknoloji, Özel Eğitim Öğretmeni, Tutum

ATTITUDES OF SPECIAL EDUCATION TEACHERS TOWARDS ASSISTIVE TECHNOLOGY USE

ABSTRACT

Students in need of special education face various difficulties in learning environments and daily life. It is inevitable to support these students to interact with the educational needs and the living skills of the students with supporting technologies. Teachers' positive attitude towards assistive technologies increases the students' use of these technologies in class activities in order to increase their success. In this context, 40 Special Education Teachers working in Turkish Republic of Northern Cyprus participated in the study. In the survey, it was aimed to determine the attitudes of special education teachers towards assistive technology use. This research was conducted according to the descriptive research model of quantitative research methods. In the study, it was determined that the general attitude scores for the use of assistive technology by special education teachers corresponded to the unstable interval, that is, the attitudes of the teachers were neither positive nor negative.

Key Words

Assistive Technology, Special Education Teacher, Attitude

¹ Doç. Dr., Özel Eğitim Öğretmenliği Bölüm Başkanı, Yakın Doğu Üniversitesi, Kıbrıs, e-mail: mukaddes.sakalli@neu.edu.tr

² Doktora Öğrencisi, Özel Eğitim Bölümü, Yakın Doğu Üniversitesi, Kıbrıs, e-mail: meltem.haksiz@neu.edu.tr

³ Dr., Özel Eğitim Öğretmenliği Bölüm Başkanı, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Kıbrıs, e-mail: cnuri@ciu.edu.tr

Alıntılama: Sakallı Demirok, M., Haksız, M., Nuri, C. (2019). Özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknoloji kullanımına yönelik tutumlarının incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 5-12.

Giriş

Günlük hayatımızın bir parçası olan teknoloji, yaşamımızın her alanında kendini hissettirmektedir. Teknolojinin insanların günlük yaşantısına getirmiş olduğu kolaylıklardan dolayı, birçok insan okul, ev ve iş yeri gibi birçok ortamda teknolojiyi etkin bir şekilde kullanmaktadır (Arnavut, Nuri, & Direktör, 2018; Daşdemir, Cengiz, Uzoğlu ve Bozdoğan, 2012). Teknoloji eğitim alanının vazgeçilmez en önemli unsurlarından biridir. Özellikle özel eğitim ortamlarında oldukça sık kullanılmakta olan teknoloji, eğitimde fırsat eşitliği sağladığı için, özel eğitime gereksinimi olan bireylerin eğitimlerinde kullanılmaktadır (Acungil, 2014). Teknoloji, eğitimde doğru bir şekilde kullanıldığı zaman özel eğitime gereksinimi olan bireylerin hayatlarını kolaylaştırmakla birlikte, yaşam kalitelerini de artırmaktadır (Nuri, Rustioglu, & Piskin Abidoglu, 2018). Yardımcı teknolojiler özel eğitim ortamlarında destekleyici konumdadır. Meyen ve Bui (2007)'ye göre, özel gereksinimli bireylerin yaşam işlevlerini artırmak için tasarlanmış 25.000'den fazla yardımcı teknoloji aracı vardır. Terim olarak yardımcı teknoloji, özel gereksinimi olan bireylerin işlevsel olan yeteneklerini arttırmak, sürdürmesini sağlamak veya iyileştirmek için kullanılan, özel olarak hazırlanan, üzerinde değişiklik yapılabilen ya da kişinin bireysel ihtiyacına göre düzenlenebilen, her tür eşya, donanım, teçhizat veya ürün sistemi manasına gelmektedir (USA Public Law 100-407, 1988; akt. Günşen, 2016). Lancioni ve arkadaşları (2013), yardımcı teknolojilerin, bireylerin özel gereksinimlerinden dolayı günlük hayatlarında karşılaştıkları zorlukları aşmaları için kullanılabilmesini ifade etmişlerdir. Yardımcı teknoloji kullanımı, ayrıca bireylerin akademik başarı oranlarının artırılmasında da kullanılmaktadır (Kim, Kim, Kim & Woo, 2003). Genel olarak yardımcı teknolojiler, yetersizlikten etkilenmiş bireylerin hem akademik başarılarının artırılmasına hem de işlevsel becerilerinin artırılmasına hizmet etmektedir (Alnahdi, 2014).

Yardımcı teknolojiler, düşük düzey (teknolojik olmayan), orta düzey ve yüksek (ileri) düzey teknolojik araçlar olmak üzere üç alt başlıkta incelenebilir (Çakmak ve diğ., 2016; Özgüç ve Cavkaytar, 2014; Smith, Kelley, Maushak, Griffin-Shirley & Lan, 2009; Blackhurst, 1997). Düşük düzey teknolojiler; kolay temin edilen ve maliyeti düşük olan araçlardır. Örneğin kalem tutabilmek için parmak kasları yetersiz olan bir öğrenci için kaleme monte edilen kalem tutma aracı, ünite köşeleri, otizmliler için çocukların eğitiminde kullanılan PECS ve basit iletişim tahtaları örnek olarak verilebilir. Orta düzey teknolojiler, elektronik araçları içermektedir. Fakat yüksek teknolojilere göre daha az maliyetli olmakla birlikte, bu araçların kullanımı için daha az eğitim gerekmektedir. Ses kayıt cihazları, konuşan hesap makineleri bu grupta yer alan araçlara örnek verilebilir. Yüksek ileri düzey teknolojilerde, daha fazla bilgisayar teknolojisi tabanlı ürünler bulunmaktadır. Fakat bu araçların kullanımı düşük ve orta düzeydeki teknolojik araçlara göre daha karmaşıktır. Bu yüzden bu araçların kullanımları konusunda eğitim gerekmektedir (Elicin, 2016).

Türkiye'de özel gereksinimi olan bireylerin, ailelerinin, öğretmenlerinin, işveren ve diğer ilgili hizmet verenlerin, yardımcı teknolojiler ve öğretim teknolojileri konusunda bilgilenmeleri gerekmektedir. Ayrıca bu teknolojileri kullanma becerilerini edinme konusunda desteğe gereksinimleri olduğu için, bu konuda politikaların geliştirilmesi ve yasal düzenlemeler yapılması gerekmektedir (Akçamete, 2010). Öğretmenlerin bu teknolojiyi sınıflarına entegre etme hedefi olmalıdır. Alanında uzman öğretmenlerin talep ve beklentileri doğrultusunda eğitim sistemine düzenli olarak yeni teknolojik araçlar dâhil edilmektedir (Johannesen & Eide, 2000). Müfredat içerisinde yer alan ve öğrenmede etkin olan teknolojiyi içeren çeşitli faktörler, öğrenmede motivasyon ve kalıcılığı sağlamaktadır. Günümüzde kullanılan mevcut teknolojilerin çeşitliliği göz önüne alındığında öğretmenlerin teknoloji kullanımı ve entegrasyonu ile ilgili eğitilmesi kaçınılmazdır (Maida, 2015; Kurtoğlu & Seferoğlu, 2013).

Literatür incelendiğinde yardımcı teknolojilere dönük tutumları inceleyen çalışmalarda öğretmenlerin tutumlarının büyük oranda olumlu olduğu görülmektedir (Murugaiyan ve Arulsamy, 2013; Guggenberger, 2008; Kim ve diğ., 2003; Maushak, Kelley ve Blodgett, 2001; Otr, 2000). Tutum, bir tutum nesnesine doğru bir eğilimi, o tutum nesnesine karşı veya ondan yana olmayı içerir (Çakır, Kan ve Sünbül, 2006).

Öğretmenlerin bilgi ve tutumları, özel eğitim gereksinimi olan öğrencilerin eğitiminde yardımcı teknolojilerin etkin kullanımı açısından önem taşımaktadır (Alkahtani, 2013). Garcia (2005)'ya göre, yardımcı teknolojiler konusunda olumlu tutumlar besleyen öğretmenler, öğrenci performansının arttırılmasında ve sınıf içerisinde yapılan etkinliklerde bu teknoloji uygulamalarını daha çok kullanmaktadır.

Bu araştırmada, özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknoloji kullanımlarına dönük tutumları belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırmanın genel amacı doğrultusunda aşağıda verilen sorulara yanıt aranmıştır.

1. Yardımcı teknolojilere yönelik özel eğitim öğretmenlerinin genel tutumları nasıldır?
2. Yardımcı teknolojilere yönelik özel eğitim öğretmenlerinin
 - 2.1. Davranışsal bileşen boyutunda,
 - 2.2. Duyuşsal bileşen boyutunda,
 - 2.3. Olumsuz duygu bileşeni boyutunda,
 - 2.4. Bilişsel bileşen boyutunda tutumları nasıldır?

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu çalışmada Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknolojilere dönük tutumlarını belirlemek ve ortaya koymak için betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Karasar (2009)'a göre tarama modelleri, geçmişte var olan veya zaman içerisinde devam eden bir durumu, devam ettiği şekilde betimlemeyi hedefleyen araştırma yaklaşımıdır. Çalışmaya konu edinen olay, kişi veya nesne, kendi durumu içinde var olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır.

Çalışma Grubu

Araştırmaya Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde özel ve resmi özel eğitim kurumlarında görev yapan özel eğitim öğretmenleri dâhil edilmiştir. Araştırmaya katılan özel eğitim öğretmenlerinin %55'i 18-30 yaş aralığında, % 45'inin ise 31 yaş ve üzeri olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan özel eğitim öğretmenlerinin 28'si kadın, 12'si erkektir. Öğretmenlerin %47.5'inin 6-10 yıl arası mesleki kıdeme sahip olduğu görülmektedir. Öğretmenlerin çalışma alanlarına bakıldığında, %65'inin çoklu yetersizlik grubu içinde olan çocuklarla çalıştığı, %55'inin devlet kurumlarında çalıştığı saptanmıştır. Tablo 1'de özel eğitim öğretmenlerinin demografik bilgileri verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri

Tanıtcı Özellikler	N	%
Yaş Grubu		
18-30 Yaş	22	55
31 ve üzeri Yaş	18	45
Cinsiyet		
Kadın	28	70
Erkek	12	30
Kıdem		
1-5 Yıl	14	35
6-10 Yıl	19	47.50
11-15 Yıl	3	7.50
16 Yıl ve Üzeri	4	13.33
Çalıştığı Alan (Bazı öğretmenler birden fazla alanda çalışmaktadır)		
Zihin Engelli	11	18.33
Çoklu Yetersizlik	39	65
Otizm	10	10
Kurum		
Devlet	22	55
Özel	18	45
Toplam	40	100

Veri Toplama Aracı

Araştırmada Aslan ve Kan (2017) tarafından geliştirilen “Yardımcı Teknolojilere Yönelik Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek 18 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları, davranışsal bileşen, duyuşsal bileşen, olumsuz duygu bileşeni ve bilişsel bileşendir. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri 0.88 olarak saptanmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının güvenirlik katsayıları 0.71-0.83 arasında değişmektedir.

Verilerin Toplanması

Gerekli izinler alındıktan sonra, ölçek 2017-2018 eğitim-öğretim yılında, 40 özel eğitim öğretmenine, çalıştıkları okullarda araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada toplanan verilerin aritmetik ortalaması ve standart sapmaları bulunmuştur. Puan aralıkları “kesinlikle katılmıyorum” (1-1.79), “katılmıyorum” (1.80-2.59), “kararsızım” (2.60-3.39), “katılıyorum” (3.40-4.19) ve “kesinlikle katılıyorum” (4.20-5.00) olarak belirlenmiştir (Kaya, 2003; Erdemir & Çepni, 2007; Yenilmez, 2008).

Bulgular

Çalışmada özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknoloji kullanımına yönelik tutumları incelenmiştir. Ölçeğin bütününde ve alt boyutlardaki maddelere verilen puanlar, her öğretmen için toplanıp o öğretmenin alt boyutundaki veya ölçeğin bütününe ilişkin toplam tutum puanı olarak belirlenmiştir. Özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknoloji kullanımına yönelik genel tutum düzeylerinin aritmetik ortalaması ve standart sapma değerleri Tablo 2’de sunulmuştur:

Tablo 2. Özel eğitim öğretmenlerinin tutum ölçeğindeki maddelere ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri

Davranışsal Bileşen	N	\bar{X}	Ss
7.Yardımcı teknolojiler ile ilgili gelişmeleri takip ederim.	40	3.92	1.32
8.Ders anlatırken yardımcı teknolojilerden yararlanırım.	40	2.37	1.23
9.Yardımcı teknolojilere yönelik kaynakları (örn., kitap, dergi, haber) okurum.	40	3.60	1.27
10.Yeni karşılaştığım yardımcı teknolojileri öğrenmek için çaba gösteririm.	40	2.57	1.72
13. Yardımcı teknolojileri kullanırken hızlı bir şekilde işlem yaparım (örn., açma, başlatma).	40	4.27	0.96
Toplam	40	3.35	0.31
Duyuşsal Bileşen			
1.Yardımcı teknolojiler hakkında konuşmaktan hoşlanırım.	40	3.95	1.50
2.Yardımcı teknolojilerin kullanımını öğretmekten keyif alırım.	40	3.35	1.33
3.Yardımcı teknoloji alanında yeni bilgiler öğrenmek hoşuma gider.	40	3.07	1.49
4.Yardımcı teknolojilerle ilgili etkinliklere (örn., fuar, sergi) katılmak beni heyecanlandırır.	40	3.30	1.45
5.Yardımcı teknolojileri kullandığım derslerde kendimi daha rahat hissederim.	40	4.00	0.90
6.Yardımcı teknolojilerle ilgili gelişmeler ilgimi çekmez.	40	1.90	1.48
Toplam	40	3.26	0.85
Olumsuz Duygu Bileşeni			
11.Mecbur kalmadığım sürece derslerimde yardımcı teknolojileri kullanmam.	40	3.10	1.08
12.Yardımcı teknolojileri kullandığım derslerde daha pasif rolde olurum.	40	3.10	0.77
15. Yardımcı teknolojiler konusundaki eğitimlere (örn., seminer, çalıştay, konferans) katılmam.	40	2.80	1.57
17. Yardımcı teknolojilerin öğrencileri bağımlı hale getirdiğini düşünüyorum.	40	3.42	1.50
Toplam	40	3.10	0.68
Bilişsel Bileşen			
14. Yardımcı teknolojiler hakkında bildiğim konuları çevremdeki kişilerle paylaşırım (örn., aile, yönetici).	40	3.35	0.38
16. Yardımcı teknolojilerle işlenen derslerin daha kalıcı olduğunu düşünüyorum.	40	3.95	1.15
18.Öğrencileri motive etmede yardımcı teknolojilerin etkili olduğunu düşünüyorum.	40	3.95	1.50
Toplam	40	3.88	0.99
Genel Toplam	40	3.35	0.38

Tablo 2’de özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknoloji kullanımına yönelik tutumları incelendiğinde genel tutum puanlarının ($\bar{X}=3.35$, $Ss=0.38$) kararsızım

aralığına denk geldiği görülmektedir. Bu bulgu ile öğretmenlerin yardımcı teknoloji kullanımına yönelik tutumlarının ne olumlu ne de olumsuz olduğu yorumu yapılabilir.

Öğretmenlerin ölçekte yer alan davranışsal bileşen ($\bar{X}=3.35$, $S_s=0.31$), duyuşsal bileşen ($\bar{X}=3.26$, $S_s=0.85$) ve olumsuz duygu bileşeni ($\bar{X}=3.10$, $S_s=0.68$) alt boyutlardan tutum puanının kararsızlık aralığına denk geldiği saptanmıştır. Öğretmenlerin tutum puanlarının ölçeğin bilişsel bileşen ($\bar{X}=3.88$, $S_s=0.99$) alt boyutunda katılıyorum aralığına denk geldiği belirlenmiştir. Davranışsal bileşen alt boyutunda yer alan “yardımcı teknolojiler ile ilgili gelişmeleri takip ederim” ($\bar{X}=3.92$, $S_s=1.32$), “yardımcı teknolojilere yönelik kaynakları okurum” ($\bar{X}=3.60$, $S_s=1.27$) ifadelerinde öğretmenlerin tutum puanlarının katılıyorum aralığına, “yardımcı teknolojileri kullanırken hızlı bir şekilde işlem yaparım” ($\bar{X}=4.27$, $S_s=0.96$) ifadesinin tutum puan ortalamasının kesinlikle katılıyorum aralığına, “ders anlatırken yardımcı teknolojilerden yararlanırım” ($\bar{X}=2.37$, $S_s=1.23$), “yeni karşılaştığım yardımcı teknolojileri öğrenmek için çaba gösteririm” ($\bar{X}=2.57$, $S_s=1.72$) ifadelerinde ise tutumlarının katılmıyorum puan aralığında olduğu görülmektedir. Davranışsal olarak öğretmenlerin teknolojik gelişmeleri ve yenilikleri takip ettikleri, yardımcı teknoloji kullanımında hızlı oldukları, fakat sınıflarında yardımcı teknolojilerden yararlanmadıkları ve bu teknolojileri öğrenmek için çaba harcamadıkları saptanmıştır.

Duyuşsal bileşen alt boyutunda yer alan “yardımcı teknolojileri kullandığım derslerde kendimi daha rahat hissederim” ($\bar{X}=4.00$, $S_s=0.90$) ifadesinde öğretmenlerin tutum puanlarının katılıyorum aralığına denk geldiği, “yardımcı teknolojilerle ilgili gelişmeler ilgimi çekmez” ($\bar{X}=1.90$, $S_s=1.48$) ifadesinde ise katılmıyorum aralığında yer aldığı saptanmıştır. Duyuşsal bileşen alt boyutunda yer alan ifadelerin tutum puan ortalamaları incelendiği zaman öğretmenlerin yardımcı teknolojiler hakkında konuşmaktan hoşlandığı saptanmıştır.

Öğretmenlerin, olumsuz duygu alt boyutunda yer alan ifadelerden sadece “yardımcı teknolojilerin öğrencileri bağımlı hale getirdiğini düşünüyorum.” ($\bar{X}=3.42$, $S_s=1.50$) ifadesine katıldıkları, diğer üç ifadede kararsız oldukları saptanmıştır. Bu bulgu öğretmenlerin bu ifadelerde ne olumlu ne de olumsuz tutum içerisinde olduklarını göstermektedir. Ancak öğretmenler yardımcı teknolojilerin öğrencileri bağımlı hale getirebileceği düşüncesinde olduklarından dolayı, yardımcı teknoloji kullanımına karşı bu yönde tutum geliştirmiş olabilirler. Öğretmenlerin, ölçeğin diğer alt boyutu olan bilişsel bileşen alt boyutunda yer alan “yardımcı teknolojiler hakkında bildiğim konuları çevremdeki kişilerle paylaşıyorum” ($\bar{X}=3.35$, $S_s=0.38$) ifadesinde kararsız oldukları saptanırken, “yardımcı teknolojilerle işlenen derslerin daha kalıcı olduğunu düşünüyorum” ($\bar{X}=3.95$, $S_s=1.15$) ve “öğrencileri motive etmede yardımcı teknolojilerin etkili olduğunu düşünüyorum” ($\bar{X}=3.95$, $S_s=1.50$) ifadelerine katıldıkları görülmüştür.

Tartışma ve Sonuç

Teknolojinin eğitim-öğretim ortamlarında öğretmenler tarafından etkin bir biçimde kullanılması, öğretmenlerin sahip olduğu bilişsel ve psiko-motor yeterlilikler kadar tutumlarıyla da doğru orantılıdır. Huang ve Liaw, (2005) teknoloji kullanımında başarıya ulaşmada, öğretmenlerin teknoloji kullanımına yönelik tutumlarının da yer aldığını belirtmektedir. Bu çalışmada özel eğitimde görev yapan öğretmenlerin yardımcı teknolojilere yönelik tutumlarının “kararsızlık” yani ne olumlu ne de olumsuz olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar, öğretmenlerin çalıştığı öğrenci grubunun farklı gelişen bir grup olması nedeniyle, sınıf ortamlarında teknoloji kullanımına zaman ayırmaktan çekindiği şeklinde yorumlanabilir.

Öğretmenlerin ölçekte yer alan davranışsal bileşen, duyuşsal bileşen ve olumsuz duygu bileşenleri alt boyutundaki ifadelerle yönelik genel tutumlarının kararsız olduğu ortaya çıkmıştır. Tutumun üçüncü ögesi olan davranışsal bileşende Anderson, Hughes ve Sharrock (1989), bireyin herhangi bir objeye dair geliştirdiği tutumun, o objeye yönelik algısına, davranışına ve tutumuna tesir edebileceğini, bireyin o nesneye yönelik tutumunda ya karşı olabileceğini veya o nesnenin tarafında olabileceğini ifade

etmektedir. Bundan dolayı, özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknolojilere yönelik tutumlarının ortaya konulması, onların yardımcı teknoloji uygulamalarını kullanmakta ne kadar performans gösterebileceği olarak yorumlanabilir (Haksız, 2014; Aslan & Kan, 2017). Bu bilgiler ışığında, özel eğitim öğretmenlerinin yardımcı teknolojileri sınıflarında hem kullanmakta oldukları hem de kullanım konusunda kararsız kaldıkları yorumu yapılabilir.

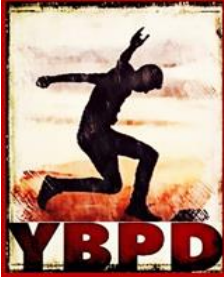
Tutumun kişiden kişiye değişiklik gösteren ve salt gerçeğe açıklanamayan, bireyde arzulanma ya da arzulanmanın yönünü oluşturan duyuşsal bileşen (Baysal & Tekarslan, 1996) alt boyutundaki öğretmen tutumlarına baktığımız zaman öğretmenlerin yardımcı teknolojilere yönelik nötr olduğunu görmekteyiz. Bu durum, öğretmenlerin yardımcı teknolojilerle ilgili bilgi almaktan hoşlanmalarına rağmen, yardımcı teknolojilerle ilgili gelişmeleri takip etmekten hoşlanmadıkları şeklinde yorumlanabilir. Öğretmenlerin, öğrencileri bağımlı hale getirebileceği endişesinden dolayı, yardımcı teknolojileri sınıf ortamlarına taşımak istemedikleri ve bundan dolayı olumsuz duygu bileşeni tutumlarının olumsuz olduğu yorumu yapılabilir.

Ölçeğin son alt boyutu olan bilişsel bileşen boyutunda, öğretmenlerin tutumlarının olumlu yönde olduğu belirlenmiştir. Öğretmenler öğrencilerin motivasyonunu arttırmada yardımcı teknoloji kullanımının etkili olduğunu farkında olup, yardımcı teknoloji destekli yapılan derslerin daha fazla akılda kalıcı olacağını bilmektedir. Öğretmenler, yardımcı teknolojiler hakkında sahip olduğu bilgileri etrafındaki kişilerle paylaşmak konusunda kararsız kaldıklarını belirtmişlerdir. Sonuç olarak öğretmenlerin yardımcı teknolojilerle ilgili yeterli bilgiye sahip olmadığı yorumu yapılabilir. Çalışmanın bulguları genel olarak değerlendirildiğinde, yardımcı teknolojilere yönelik özel eğitim öğretmenlerinin tutumlarının ne olumlu ne de olumsuz olduğu görülmektedir.

Kaynakça

- Acungil, A.T. (2014). *Zihin yetersizliği olan öğrencilere görsel-işitsel teknolojilerle sunulan tablet bilgisayar öğretim programının etkililiği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Arnavut, A., Nuri, C., & Direktor, C. (2018). Examination of the relationship between phone usage and smartphone addiction based on certain variables. *Annals of Psychology, 34*(3), 446-450.
- Akçamete, G. (2010). *Özel eğitime başlangıç*. A. Akcamete (Ed.), Ankara: Kök Yayıncılık.
- Alkahtani, K.D. (2013). Teachers' knowledge and misconceptions of attention deficit/hyperactivity disorder. *Psychology, 4*(12), 963-969.
- Alnahdi, G. (2014). Assistive technology in special education and the universal design for learning. *Turkish Online Journal of Educational Technology, 13*(2), 18-23.
- Anderson, R.J., Hughes, J.A., & Sharrock, W.W. (1989). *Working for profit: The social organisation of calculation in an entrepreneurial firm*. Gower Publishing Company Limited.
- Aslan, C., Kan, A. (2017). Yardımcı teknolojilere yönelik tutum ölçeği geliştirme çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17*(1), 48-63.
- Baysal, C.A., Tekarslan, E., (1996). *İşletmeciler için davranış bilimleri*. Avcıol Basım, İstanbul.
- Blackhurst, A.E. (1997). Perspective on technology in special education. *Teaching Exceptional Children, 29*(5), 41-48.
- Çakmak, S., Şafak, P., Karakoç, T., Çitil, M., Küçüközyiğit, M.S., Aslan, C., & Yılmaz, H.C. (2016). *Özel eğitim ve yardımcı teknolojiler*. Ankara: Vize Yayıncılık.
- Çakır, Ö., Kan, A., & Sünbül, Ö. (2006). Öğretmenlik meslek bilgisi ve tezsiz yüksek lisans programlarının tutum ve özyeterlik açısından değerlendirilmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2*(1), 36-47.
- Daşdemir, I., Cengiz, E., Uzoglu, M., & Bozdoğan, A.E. (2012). Tablet bilgisayarların fen ve teknoloji derslerinde kullanılmasıyla ilgili fen ve teknoloji öğretmenlerinin görüşlerinin incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 9*(20), 495-511.
- Elicin, Ö. (2016). *Özel eğitimde teknoloji destekli öğretim*. Ankara. Vize Yayıncılık.
- Erdemir, N., & Çepni, S. (2007). Fizik öğretmen adaylarının yıllara göre başarı ve tutumlarının etkileşim düzeyleri. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 23*, 60-69.
- Garcia, K.D. (2005). General education teachers' attitude regarding the use in their classes of assistive technology by students with learning disabilities. *Electronic Journal for Inclusive Education, 1*(9), 5.
- Guggenberger, B.H. (2008). *Attitudes of Indiana special education teachers towards the use and implementation of assistive technology* (pp. 1-92). Indiana State University.
- Günşen, M.O. (2016). *Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklarda basılı ve elektronik ortam metinlerinin okuduğunu anlama becerilerine etkileri* (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Edirne: Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Haksız, M. (2014). Investigation of tablet computer use in special education teachers' courses. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 141*, 1392-1399.
- Huang, H.M., & Liaw, S.S. (2005). Exploring users' attitudes and intentions toward the web as a survey tool. *Computers in Human Behavior, 21*(5), 729-743.
- Johannesen, T., & Eide, E.M. (2000). The role of the teacher in the age of technology: Will the role change with use of Information and communication technology in education? *European Journal of Open, Distance and E-learning, 3*(2).

- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemi* (19. baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kaya, A. (2003). *Fizik öğretmenlerinin hizmet içi eğitim ihtiyaçlarına yönelik bir laboratuvar programı geliştirme ve model önerme*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Kim, Y.W., Kim, Y.G., Kim, N.J., & Woo, Y.G. (2003). A study on the Korea teacher's perception in using assistive technology. *Journal of Asia-Pacific Special Education*, 3(1), 35-48.
- Kurtoğlu, M., & Seferoğlu, S.S. (2013). Öğretmenlerin teknoloji kullanımı ile ilgili Türkiye kaynaklı dergilerde yayımlanmış makalelerin incelenmesi. *Journal of Instructional Technologies & Teacher Education*, 2(3), 1-10.
- Lancioni, G.E., Sigafos, J., O'Reilly, M.F., & Singh, N.N. (2013). *Instructional technology for promoting writing, work, and leisure skills*. In Assistive Technology (pp. 73-105). Springer, New York, NY.
- Maida, A.R. (2015). *Special education teachers' perceptions and practices of technology integration for supporting students with multiple exceptionalities*. (Unpublished Master Thesis). Ontario Institute for Studies in Education of the University of Toronto.
- Maushak, N.J., Kelley, P., & Blodgett, T. (2001). Preparing teachers for the inclusive classroom: A preliminary study of attitudes and knowledge of assistive technology. *Journal of Technology and Teacher Education*, 9(3), 419-431.
- Meyen, E.L., & Bui, Y.N. (2007). *Exceptional children in today's schools: What teachers need to know* (Fourth Edition). Love Publishing Company.
- Murugaiyan, A., & Arulsamy, S. (2013). Attitude of student teachers towards integration of assistive technology in inclusive classrooms. *International Journal of Teacher Educational Research*, 2(4), 1-8.
- Nuri, C., Rustioglu, O., & Piskin Abidoglu, U. (2018). The problems of the families who have autistic children: A qualitative research. *Life Skills Journal of Psychology*, 2(3), 97-111.
- Otr, M.I.K. (2000). *Assistive technology in the elementary classroom: Perceptions and attitudes*. (Unpublished Master Thesis), California: University of Southern California.
- Özgüç, C.S., & Cavkaytar, A. (2014). Teacher use of instructional technology in a special education school for students with intellectual disabilities: A case study. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry*, 5(1), 47-59.
- Smith, D.W., Kelley, P., Maushak, N.J., Griffin-Shirley, N., & Lan, W.Y. (2009). Assistive technology competencies for teachers of students with visual impairments. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 103(8), 457-469.
- USA Public Law 100-407. (1988). *The Technology-Related Assistance for Individuals With Disabilities Act*. Erişim adresi: gpo.gov/fdsys/pkg/STATUTE-102/pdf/STATUTE-102-Pg1044.pdf.
- Yenilmez, K. (2008). Open primary education school students' opinions about mathematics television programmes. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 9(4), 176-189.



BİZ BABADAN BÖYLE GÖRDÜK-EVLAT SORUMLULUĞU*

Emine ER¹

Kafkas Üniversitesi

ORCID:0000-0003-4738-9749

Yener ÖZEN²

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi

ORCID:0000-0003-1147-0246

ÖZ

Yetişkin bireyin ebeveyninin kontrolünden tamamen çıkamaması patolojik bağımlılığın göstergesi olarak düşünülmemelidir. Sağlıklı yetişkin bireyin, ebeveyninin otoritesinden tam olarak sıyrılmamasından kasıt yetişkin bireyin şu anda özerk ve kendisi için önemli kararlar alabiliyor olmasında ebeveyninin kendisine yardımcı olduğunun farkında olmasıdır. Evlat, ebeveyninin kendisi için yaptıklarını ve kendisinin şu anda olduğu kişi olmasına katkı sağladığını kabul ettiği zaman ebeveynine karşı minnettarlık duygusu da beslemektedir. Bu da evladın ebeveynine karşı sevgi ve minnettarlık duygusunu birlikte hissetmesine sebep olmaktadır. Evlat sorumluluğu ebeveyn ve evlat bakış açısıyla incelenebilmektedir. Bu kavram evladın ebeveynine yönelik sorumluluğunu temsil etmekle birlikte ebeveynin evladından beklentisini de içermektedir. Evlat sorumluluğunu açıklayan birçok anlayış bulunmaktadır. Bu çalışmada evlat sorumluluğu kavramı detaylı şekilde incelenerek literatüre katkıda bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler

Sorumluk, Evlat Sorumluluğu, Ana-Baba Rolü, Çocuk Yetiştirme

WE SEE THIS BY THE FATHER-FILIAL RESPONSIBILITY

ABSTRACT

The inability of the adult person to be completely out of the parent's control should not be considered as an indicator of pathological dependence. The fact that a healthy adult individual is not able to fully comprehend his or her parent's authority is that he is aware that the adult individual is now autonomous and can help him take important decisions. The children also expresses gratitude towards his parents when he acknowledges that his parents have done for him and helped him to be who he is. This causes the children to feel a sense of love and gratitude towards his parents. Filial responsibility is examined with the perspective of parent and child. This concept represents that responsibility of children towards parent. Also, it includes that expectation of parent from their children. There are a lot of comprehension about filial responsibility. In this study, concept of filial responsibility is examined particularly and contributed to the literature.

Key Words

Responsibility, Parental Responsibility, Parents Role, Child Raising

*Bu makale Emine ER'in Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Doç. Dr. Yener ÖZEN'in tez danışmanlığında yazdığı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

¹ Arş. Gör., Kafkas Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, E-Mail: mtsoe94@gmail.com

² Doç. Dr., Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, E-Mail: yenerozen@erzincan.edu.tr

Alıntılama: Er, E., Özen, Y. (2019). Biz babadan böyle gördük-Evlat sorumluluğu. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 13-22.

Giriş

Sorumluluk kavramından söz edilince akla gelen pek çok çağrışım bulunmaktadır. Sorumluluk bilincine sahip kişiler güvenilirdir. Bununla birlikte sorumluluk legal, ahlaki veya ekonomik sorumluluğu da içermektedir. Ruh sağlığı alanında sorumluluk, akılcı davranış kapasitesinin yanı sıra danışmanın danışana ahlaki sadakatini de kapsamaktadır. Bu çağrışımların hiç biri bu tartışmayla tamamen ilişkisiz olmasa da burada özel anlamıyla kullanılacaktır. Sorumluluk, yaratmak anlamına gelir. Sorumluluğun bilincinde olan birey benliğinin, duygularının ve hatta acı çekişindeki sorumluluğun da farkında olmaktadır (Yalom, 1999). Sorumluluk; “ödev olarak üzerine alınan ya da verilen bir işi her ne pahasına olursa olsun sonuna kadar yapma ve gerektiğinde bunun hesabını verme ile ilgili bir duygudur. Bu duygu bireyde toplumsal çevrenin gerçekleri ile ideal kurallar dediğimiz us (akıl) arasındaki karşılıklı ilişkinin sonucunda oluşur” (Özen, 2015).

Sorumluluk kavramı birçok disiplinin araştırma alanına girmektedir. Bu nedenle tek bir tanımının yapılması güç olmaktadır. Lickona (1991) sorumluluğu saygının bir uzantısı olarak görmüştür. Diğer insanlara karşı saygı duyulduğu zaman onların iyiliği ve refahı için de sorumluluk duyulmaktadır. Sorumluluk kavramı, diğer insanların ihtiyacını karşılamak ve onlarla ilgilenmek için görevlerimiz olduğunu içinde barındırmaktadır. Sorumluluk kavramı aile, okul, iş gibi ortamlarda yerine getirilmesi gereken görevlerin en iyi şekilde gerçekleştirilmesini ifade etmektedir. Yardımseverlik, şefkat ve yardımlaşma gibi değerler insanların sorumluluklarını yerine getirmesine yardımcı olmaktadır. Yardımsever bir kişi diğer insanların iyiliği için birtakım sorumluluklarını yerine getirdiği zaman memnuniyet duyacaktır. Benzer şekilde şefkat değeri, sorumluluk kavramının sadece bilinmesini değil aynı zamanda hissedilmesine de yardımcı olacaktır (Lickona, 1991).

Evlat Sorumluluğu

Evlat sorumluluğu evladın ebeveynini desteklemeye yönelik görev ve sorumluluklarıdır. Familizm kavramının içerisinde yer almakla birlikte (Gans ve Silverstein, 2006) aile üyelerinin birbirine yardımcı olmalarına yönelik görevlerine ilişkin algısıdır (Fuligni ve Pedersen, 2002). Evlat sorumluluğu beklentisi, evladın yaşlı ebeveynine koruma, ilgi ve finansal destek sağlamasına yönelik görevlere ilişkin algısını ifade etmektedir. (Blenkner, 1965; akt. Birditt ve ark., 2008). Aynı zamanda bu terim evladın evlat sorumluluğuna ilişkin algısını ifade etmesinin yanı sıra ebeveynin evladından beklentisini de içermektedir. Yani ebeveyn ve evlat bakış açısından evlat sorumluluğuna ilişkin normatif inançları temsil etmektedir (Wakui ve Cheng, 2017).

Aile toplumun önemli bir bileşenidir. Aile bireylerinin birbirine karşı olan sorumluluklarını yerine getirmesi zorunlu olarak değerlendirilmesiyle birlikte aile bireyleri arasındaki ilişkinin devam ettirilmesine yönelik zorunluluk da bulunmaktadır. Aile bireyleri arasındaki ilişkide seçim söz konusu değildir. Ebeveyn olmak seçilebilir ama ebeveynin çocuğunun tam olarak hangi özelliklere sahip olacağını seçme şansı bulunmamaktadır. Ebeveynin beklentisini tamamen karşılayacak olan bir çocuk tasarlamak imkânsız olmaktadır. Bundan dolayı cinsiyet, dış görünüş, zekâ ve yetenek gibi özellikler ebeveyn için tamamen sürpriz olmaktadır (Mills, 2003).

Çocuğun dünyaya gelmesiyle beraber ebeveynler büyük mutluluk yaşamaktadır. Ebeveyn çocuğunu dünyaya getirerek ve çocuğu üzerindeki hakları başkasına devretmeyerek ebeveyn olmayı seçmektedir. Ebeveyn bakıcı tutarak ya da çocuğunu kreşe göndererek birtakım sorumluluklarını devrediyor gibi görünebilir. Dikkat edilmesi gereken nokta evlat ebeveyn arasındaki ilişkinin devredilmemesidir. Ebeveynin evladına karşı yerine getirmesi gereken bazı davranışlardan vazgeçmesine rağmen ebeveyn evladına koşulsuz olarak ilgi ve sevgi sağlayarak ebeveyn rolünü sürdürmektedir (Mills, 2003). Aynı zamanda çocuğunun zarar görmesini engellemeye yönelik sorumluluk hissetmek de ebeveyn rolünü elde etmek için gereklidir (Blustein, 1982).

Aileye çocuğun da katılmasıyla beraber aile bağları daha da güçlenmeye başlamaktadır. Ailedeki güçlü bağdan dolayı aile üyeleri birbirine karşı olan sorumluluklarını yerine getirmeye istekli olmaktadır. Ebeveyn çocuğunu iyi bir şekilde yetiştirerek ve ona gerekli desteği sağlayarak çocuğuna olan görevlerini yerine getirmeye çalışmaktadır.

Aynı zamanda ebeveyn kendi ihtiyaçlarını karşılamakta zorluk çektiğinde çocuğun ebeveynine olan sorumluluğu açığa çıkmaktadır. Çocuğun ebeveynine olan sorumluluğu evlat sorumluluğu olarak adlandırılmaktadır.

Evlat sorumluluğu evladın ebeveynine olan görevlerini ifade etmektedir. Ebeveyn ve evladın birbirine karşı olan görevleri yalnızca bu ilişkiden sağlanabilenlerle sınırlı olması gerekmektedir. Bu ilişkide var olan koşulsuz sevgi, birbirlerinin başarısından gurur duymak, sıkıntıların üstesinden birlikte gelmek, kendisini en iyi tanıyan kişi olan ebeveyninden tavsiyeler almak, ilişkinin devamlılığı yalnızca ebeveyn evlat arasındaki ilişkiden ortaya çıkanlara örnek olarak verilebilir (Mills, 2003). Ayrıca evlat sorumluluğu, evladın ebeveyninin duygusal ve fiziksel ihtiyacını karşılamaya yönelik hissettiği duygu olarak da tanımlanmaktadır (Cicirelli, 1993).

Kötü Çocuk Olgusu

Evlat sorumluluğuna ilişkin görevleri olmayan çocuklar ve evlat sorumluluğunu yerine getirme konusunda isteksiz olan kötü çocuklardan bahsetmek mümkündür. Kötü çocukla kast edilen küçük çocukların ebeveyninin sözünü dinlemeyip yaramazlık yapması değildir. Yetişkin çocukların ebeveynine karşı olan görevlerini yerine getirmeyi reddetmesi kötü çocuk olarak etiketlenmelerine neden olmaktadır. Örneğin Zach'in annesi ölümcül bir hastalığa sahiptir. Bu haberi alan Zach ise annesiyle ilgilenmeyi reddetmektedir. Hâlbuki Zach'in annesi çocuğuna gerekli ilgi ve bakımı sağlayarak onu yetiştirme görevini yerine getirmiştir. Ayrıca Zach de annesiyle ilgilenilecek koşullara sahiptir. Fakat Zach annesiyle ilgilenmeyi tercih etmek yerine Monte Carlo'da zaman geçirip parasını tatil için kullanmayı tercih etmektedir. Bundan dolayı annesiyle olan ilişkisini koparıp Monte Carlo'ya giderek annesini bu zorlu hastalıkla tek başına mücadele etmek zorunda bırakmıştır (Fenton, 2017).

İsteksiz Evlat Olgusu

Ebeveyniyle ilgilenme konusunda isteksiz olan çocukları zorlamak kolay olmamakla birlikte bu kişileri cezalandırmak da sıradan suçluları cezalandırmaktan farklı olmaktadır. Önceki örneğe geri dönecek olursak Zach annesiyle olan ilişkisini devam ettirmekte herhangi bir fayda görmediği için bu ilişkiyi sonlandırmayı tercih etmiştir. Böyle bir durumda Zach'in kendisi için birtakım olumsuz sonuçlar doğurabilecek olan kötü çocuk şeklinde etiketlenmesi mümkündür. Ayrıca ebeveyn, çocuğunu mirasından men edebilmektedir. Lakin evladının ilgisine ihtiyaç duyan bir ebeveynin mirasının da yetersiz olma olasılığı yüksektir. Kötü çocuk şeklinde etiketlenen evlatları cezalandırmanın yollarından birisi ahlaki bir çözüm olmamakla birlikte bu konuya ilişkin yasalar oluşturmaktır (Fenton, 2017).

İşlevsel olmayan ve zarar verici bir aile ortamında yetişen çocukların ebeveynine olan sorumluluğu düşünüldüğünde ilk olarak karşılıklılık ilkesine dikkat edilmelidir. Eğer evlat ebeveyn ilişkisi acı verici ve zehirleyici ise o zaman bu ilişkiye son verilmesi mantıklı olacaktır. Bununla birlikte evlat ebeveyn arasındaki ilişkinin işlevsel hale gelmesi mümkünse o zaman bireyin hem kendi hem de ebeveynin iyiliği için elinden geleni yapması elzemdir. Bu çaba ve affetme aynı zamanda evlat ebeveyn ilişkisini de eşsiz hale getirmektedir (Mills, 2003).

Bununla birlikte ihmal, terk etme ve istismar durumu ebeveynin çocuğuna karşı sorumluluklarını ihlal ettiğini belirten ciddi göstergeler arasında yer almaktadır. Böyle bir durumda çocuğun ebeveynine olan sorumluluklarının devam edeceğini belirtmek mantıksız olacaktır. Özel varlıklar teorisi bu duruma açıklık getirmiştir. Evlat ebeveyn arasında yıkıcı ve işlevsel olmayan ilişki olması durumunda evladın ebeveynine olan sorumluluğu ortadan kalkabilmektedir. Ayrıca bu işlevsel olmayan ilişkiden evlat ebeveyn ilişkisine özgü olan ve her iki tarafın da zevk aldığı birtakım özel varlıkların elde edilmesi mümkün olmayacaktır (Fenton, 2017).

Evlat Diğergamlığı

Evlat sorumluluğu çeşitli bakış açılarıyla da incelenmektedir. Evlat sorumluluğu akrabalık bağına dayalı olan diğerkâmlığın bir formu olarak açıklanabilmektedir. Ayrıca nesiller arası dayanışma da evlat sorumluluğunu açıklayan önemli bir bakış açısidir. Evlat, ebeveynini desteklediğinde gelecekte yaşlandığında benzer yardımı

çocuklarından alma olasılığı da bulacaktır. Minnettarlık duygusu da evlat sorumluluğunu açıklamaktadır. Ebeveyn çocuğunu yetiştirmiştir ve gerekli yardımı çocuğuna sağlamıştır. Bu yardımlardan dolayı ebeveynine minnettarlık hisseden çocuklar da ebeveyni ihtiyaç duyduğunda gerekli yardımı ebeveynine sağlamaktadır. Kişide iyi insanların evlat sorumluluğu sergileyeceği inancı varsa o zaman evlat sorumluluğu ahlaki görev olarak da açıklanmaktadır (Ganong ve Coleman, 1999).

İhmal, terk etme ve istismar durumuna ek olarak ebeveyniyle uyuşmayan dünya görüşüne sahip olmak da evladın ebeveynine olan sorumluluğunu ortadan kaldırmaktadır. Örneğin hristiyan bir ebeveynin gay çocuğunu kabul etmesi zor olacaktır ve her iki tarafın da zevk alacağı bir ilişki açığa çıkmayacaktır. Böyle bir durumda evladın ebeveyninin ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik sorumluluğu da ortadan kalkacaktır. Sonuç olarak evlat ebeveyn arasındaki ilişkiden her iki tarafın da zevk aldığı birtakım özel varlıklar elde edilmiyorsa o zaman evlat sorumluluğuna ilişkin görevler de açığa çıkmayacaktır (Fenton, 2017).

Toplum, çeşitli bakış açıları tarafından incelenen evlat sorumluluğunda ailenin birincil olarak sorumlu olduğunu ve yaşlıların bakıma ihtiyaç duyduğunda ailenin elinden geleni yapmaya hazır olması gerektiğini vurgulamaktadır. Aile, yaşlı aile üyelerinin bakımını sağlama konusunda temel yapıtaşı olarak görülmektedir. Gans ve Silverstein (2006)'ya göre aile biçimlerinden bağımsız olarak toplumdaki tüm üyelerin evlat sorumluluğuna ilişkin görevleri bulunmaktadır. Özellikle yaşlı ölümlerinin geçmişe göre belirgin şekilde düşmesi ve beklenen yaşam süresinin artmasıyla beraber ailenin yaşlılara bakım sağlaması konusu daha da önemli hale gelmektedir.

Dini İnanç ve Evlat Sorumluluğu

Hem batı toplumunda hem de doğu toplumunda evlat sorumluluğunun vurgulandığı görülmektedir. Batıda bu vurgu İncil'de yapılırken doğuda ise Konfüçyüs etiğinde vurgulanmaktadır. Ayrıca İslam'ı benimsemiş olan toplumlarda da evlat sorumluluğuna ilişkin vurgunun Kur'an'da yapıldığı görülmektedir.

Kur'an'da yer alan İsrâ (23, 24) suresinde geçen "Rabbin, sadece kendisine kulluk etmenizi, annenize ve babanıza da iyi davranmanızı kesin bir şekilde emretti. Onlardan biri veya her ikisi senin yanında yaşlanırsa, kendilerine öf! bile deme! Onları azarlama! İkisine de güzel söz söyle! Onları esirgeyerek alçak gönüllülükle üzerlerine kanat ger ve: Rabbin! Küçüklüğümde onlar beni nasıl yetiştirmişlerse, şimdi de Sen onlara (öyle) rahmet et (diyerek dua et!)" ayetinde belirgin bir şekilde evladın ebeveynine gereken bakımı sağlaması ve bu bakımı sağlarken bıkkınlık duymaması gerektiği belirtilmektedir.

Batı ve doğu toplumunda evlat sorumluluğu belirgin şekilde vurgulanmasına rağmen evlat sorumluluğuna ilişkin teorilerin batının etik alanyazınında yaygın olduğu görülmektedir. Evlat sorumluluğunun ne olduğunu ve neden evlat sorumluluğunun ortaya çıktığını açıklayan teoriler arasında arkadaşlık, minnettarlık, karşılıklık ve özel varlıklar teorisi yer almaktadır. Kolektif ve bireyci toplumlar bağlamında evlat sorumluluğu düşünüldüğünde ise kolektif toplumda aile üyelerinin yaşlıların bakımını sağlamasına ilişkin yapılan vurgu bireyci toplumlara göre daha belirgin olmaktadır (Tamis-LeMonda ve ark., 2008).

Her toplumda belirgin bir şekilde evlat sorumluluğu kavramının vurgulandığı görülmektedir. Toplum yetişkin çocukların ebeveyniyle ilgilenme konusunda başrolde olması gerektiğini düşünmektedir (Wolff ve Kasper, 2006). Toplumun önem verdiği evlat sorumluluğu kavramını daha detaylı bir şekilde anlamak için evlat sorumluluğuna ilişkin tutumların kaynağı incelenmelidir. Bu kaynaklardan birincisi yasal yükümlülüklerdir. Kanada'da ve ABD'de ebeveynine karşı ahlaki görevini yerine getirmeyen çocuklara yönelik birtakım yaptırımlar uygulanmaktadır. Bu yasalarda, finansal destek sağlama çocuğun ebeveynine karşı görevi olarak kabul edilmektedir (Boll, 1996; Akt. McKay, 1999). Yasal herhangi bir düzenlemenin olmadığı durumlarda da evladın ebeveynine karşı birtakım görevleri yerine getirdiği görülmektedir. Böyle bir durumda evlat sorumluluğunun kaynağı ebeveynine olan sevgi olmaktadır (McKay, 1999).

Ebeveyn ve çocuk arasındaki sevgi ilişkisinin güçlü olması fiziksel mesafenin uzak olması durumunda bile evladın ebeveynine olan görevini yerine getirmesine sebep olabilmektedir. Buna karşın evladın ebeveynine karşı olan görevlerini yerine getirmesi toplumsal baskıya direnememesinden de kaynaklı olabilmektedir (Strawbridge ve Wallhagen, 1992). Toplumsallaşma da evlat sorumluluğunu ortaya çıkartan önemli kaynaklardan biridir. Çocuk, ailede içerisinde bulunduğu toplumun kültürel değerlerini öğrenmektedir. Çocuğun ebeveyniyle ilgilenmesi gerektiğine ilişkin toplumsal norm o kadar baskındır ki ebeveyn çocuk arasında zayıf duygusal ilişki olsa bile çocuk, ebeveyniyle ilgilenmeye yönelik güçlü baskı hissetmektedir. Toplumsallaşma sürecini etkileyen boyutlardan biri de cinsiyet rolleridir (McKay, 1999).

Cinsiyet rolleri, evlat sorumluluğunun kaynağı hakkında bilgi vermektedir. Kızlar ve erkekler kendi cinsiyetlerine uygun birtakım rol ve davranışları öğrenmektedir. Erkek cinsiyet rolü girişimcilik ve bağımsızlık özelliklerini içerirken kadın cinsiyet rolü diğer kişileri önemseme, onların iyiliklerini sağlamak için elinden geleni yapma ve dayanışmacı özellikleri içermektedir. Sonuç olarak edinilen cinsiyet rolleri kadınların erkeklere göre ilişkilere daha çok önem vermesini sağlamaktadır (Finley, 1989). Toplumda ebeveynle ilgilenme sorumluluğu birincil olarak kadına verilebilmektedir. Kadınlar da diğer kişilerle ilgilenme konusunda kendilerini sorumlu olarak görebilmektedir. Buna karşın cinsiyet rollerine ilişkin bu farklılık evlat sorumluluğuna ilişkin tutumdan ziyade davranışta kendisini göstermektedir. Araştırma sonuçları, kadın ve erkeklerin evlat sorumluluğuna ilişkin benzer tutuma sahip olduğunu göstermektedir (Hamon ve Blieszner, 1990).

Evlat sorumluluğunun kaynağı birey tarafından içselleştirilmiş toplumsal normlar olabileceği gibi ebeveynle kurulan duygusal ilişkiden de kaynaklanabilmektedir. Bununla birlikte ebeveynin refahını sağlamaya dair gerçek bir ilginin sonucunda evlat sorumluluğu açığa çıkmaktadır. McKay'a (1999) göre çoğu durumda evlat sorumluluğunu açığa çıkartan çeşitli kaynaklar bir arada bulunmaktadır.

Evlat Sorumluluğunun Tarihsel Akışı

Evlat sorumluluğu kavramının kökeni M.Ö. 551 yılına dek uzanmaktadır. Konfüçyüs öğretilerinde, evladın ebeveynini sevmesi, ebeveynine saygı göstermesi ve ebeveynine hizmet etmesi vurgulanmaktadır. Bu saygı Asya toplumunda evlatlık saygısı olarak geçmektedir. Ebeveyn gösterilmesi gereken saygının içerisinde, olağanüstü ilgi, cömertlik ve samimiyet bulunmaktadır. Güney Kore gençleriyle yapılan çalışmada öğretilerde vurgulanan bu saygının evlat sorumluluğunun önemli bir yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır (Sung, 1990). Yukarıdan da anlaşılacağı üzere evlat sorumluluğu kavramının kökeninin çok eski tarihlere dek uzandığı görülmektedir. Bu kadar köklü bir kavramın daha iyi anlaşılabilmesi için öncelikle ebeveynin evladına olan görevini incelemek faydalı olacaktır.

Evlat sorumluluğu kavramının tanımının ne olduğu veya neden bu sorumluluğun açığa çıktığına yönelik soruların ebeveynin görevleri incelenmeden cevaplanması zor olacaktır. Ebeveynin çocuğunu dünyaya getirmesinin yanı sıra ona gerekli ilgi, destek ve bakımı sağlaması ebeveynin görevleri arasında yer almaktadır. Ebeveyn çocuğunu yetiştirme görevini yerine getirirken günlük yaşamındaki rutin etkinliklere de devam etmek istemektedir. Ebeveynin çocuğuna ilişkin görevleri yerine getirmesi onu birtakım faaliyetlerde bulunmaktan alıkoyarsa o zaman çocuğuna öfke duyabilmektedir. Özellikle çocuk, küçükken ebeveynin çocuğuna yönelik ilgi ve bakımının da üst seviyelerde olması gerekmektedir (Blustein, 1977).

Ebeveynin görevleri incelendiğinde ebeveynin evladına yönelik sorumluluğunun baskın olduğu ortaya çıkmaktadır. Buna karşın evladın yaşı ilerledikçe ve ebeveyninden bağımsızlığını kazandıkça evlat ve ebeveyn arasında simetrik ilişki açığa çıkacaktır (Fenton, 2017). Yani ebeveynin evladına olan sorumluluğu baskınlığını kaybederken evladın ebeveynine olan sorumluluğu açığa çıkacaktır. Bu noktada karşımıza evlat sorumluluğu kavramı çıkacaktır. Evlat sorumluluğu kavramına ilişkin yapılan tanımlamalara geçmeden önce evlat sorumluluğunun varlığını açıklayan teoriler incelenmelidir. Bu teorilerden birisi de Blenkner (1965)'e aittir.

Evlat Olgunluğu Teorisi

Blenkner (1965) evlatlık olgunluğu kavramını orta yaşam dönemine özgü gelişimsel görev olarak tanıtmıştır. Yetişkin evlat kırklı veya ellili yaşlarında evlatlık kriziyle karşı karşıya kalmaktadır. Bu krizin ortaya çıkış sebebi evladın ebeveyninin destekleyici rolünü yerine getiremediğini fark etmesiyle başlamaktadır. Bu farkındalıkla beraber evladın ebeveynine destekleyici rolü belirgin olmaktadır. Kendi bağımsızlığını koruyarak ebeveyninin ihtiyacını karşılamaya duyarlı olan evlat ise evlatlık olgunluğunu kazanmaya başlamış demektir (akt. Birditt ve ark., 2008). Evlatlık olgunluğu kavramı orta yaştaki yetişkin evladın evlat sorumluluğuna ilişkin normatif görevleri başarılı bir şekilde yerine getirebilmesine ilişkin dinamik süreci ifade etmektedir. Evlatlık olgunluğu, yetişkin çocuğun katı çocuk rolünden sıyrılarak kendisini ebeveyninden psikolojik olarak ayrı görebilmesidir. Katı ebeveyn rolü, ebeveynini ihtiyaçları olan birey olarak kabul edebilmesini içermektedir (Fredriksen ve Scharlach, 1996). Bu kavramın ortaya çıkışı Blenkner'ın Freudyan kişilik teorisinin orta yaş dönemdeki yetişkinlerin karşılaştığı ebeveynleriyle ilgilenme görevini açıklamakta yetersiz kaldığını fark etmesine dayanmaktadır. 40 ya da 50'li yaşlardaki birçok yetişkin evlatlık krizini yaşamaktadır. Evlatlık krizi, ebeveyninin bakım ve desteğe ihtiyacı olduğunu fark eden evlatlar tarafından deneyimlenmektedir. Evlatlık krizinin fark edilmesi evladın ebeveyni için ne yapamayacağını ve aynı zamanda ne yapabileceği ve ne yapması gerektiğini kabul etmesini içermektedir. Orta yaştaki yetişkin evlatların ebeveyninin ihtiyacını kabul etmeyi ve karşılamayı öğrenmesi gerekmektedir. Bununla birlikte evlatlık görevi veya evlatlık rolü başarılı bir şekilde yerine getirildiğinde evlatlık olgunluğuna ulaşabilmektedir (Marcoen, 1995). Bu süreç evladın kendi kararlarını verebilmesini yani ebeveyninden bağımsızlığını kazanabilmesini içermekle birlikte ebeveynine yakın olmayı hissedebilmeyi de kapsamaktadır. Teoristlere göre evlatlık olgunluğu erken yetişkinlikte başlar ve yetişkinlik dönemi boyunca artar. Birçok çalışma yaş arttıkça evlat ebeveyn ilişkisinin daha çok olumlu olduğunu göstermektedir. Ayrıca evlatlık olgunluğu annelere yönelik daha çok açığa çıkmaktadır. Yapılan araştırmalarda bunun sebebi olarak annenin çocuğa daha çok yatırım yapmasını ve çocukla daha çok iletişim kurmasına bağlanmaktadır. Evlat ebeveyn ilişkisinin kalitesi yükseldikçe yetişkin evlat ebeveyniyle yardımdan ziyade zevk alarak zaman geçirmektedir (Birditt, Fingerman, Lefkowitz ve Dush, 2008). Aynı zamanda evlatlık olgunluğu kavramıyla birlikte ebeveynlik olgunluğu kavramı da literatürde yer almaktadır. Fredriksen ve Scharlach (1996)'a göre ebeveynlik olgunluğu kavramı ebeveynin yakın, empatik ve şefkatli evlat-ebeveyn ilişkisi kurabilmesini ve yetişkin evladını sınırları, ihtiyaçları ve yetenekleri olan birey olarak kabul edebilmesini kapsamaktadır.

Sosyal Değişim Teorisi

Sosyal değişim teorisi insanların ödül ve cezayla motive edildiğini belirtmektedir. Örneğin ebeveynin evladına gerekli ilgi ve bakımı göstermesine rağmen evladın ebeveynine ihtiyaç duyduğu ilgiyi gösterme konusunda başarısız olması evladın bu ilişkide birtakım maliyetleri (suçluluk ve toplumun onayından mahrum kalma) yaşamasına sebep olacaktır. Bunun tam tersi olarak evlat, ebeveynine gerekli ilgi ve bakımı gösterdiği zaman memnuniyet ve minnettarlık gibi birtakım ödülleri yaşayacaktır. İnsanlar maksimum kazanç ve minimum maliyet ilkesiyle ilişki arayışına girmektedir. Aynı zamanda teoride insan ilişkilerinde karşılıklılık ilkesinin olduğu da vurgulanmaktadır. Ebeveyn evlat ilişkisi bağlamında bu teori değerlendirilirse ebeveyn çocuğuna yiyecek, barınak, ilgi ve süpervizyon sağladığı için evladın da ebeveynine ihtiyacı olduğunda gerekli ilgi ve bakımı vermesi gerekmektedir (Nye, 1979; akt. White ve ark., 2015). Ayrıca bu teoride iki tarafın da birbiri için sağladığı faydanın denk olması gerektiğinin altı çizilmektedir.

Bağlanma Teorisi

Bağlanma teorisi evlat sorumluluğu kavramının varlığını açıklayan bir diğer teoridir. Cicirelli (1993)'e göre ebeveyn evlat arasındaki duygusal bağ evladın ebeveyniyle iletişim halinde kalmasına ve ebeveynini birtakım zararlardan korumasına yardımcı olmaktadır. Bir başka deyişle ebeveyn evlat arasındaki arkadaşlık ilişkisi ve paylaşılan olumlu duygular evlat sorumluluğunu açığa çıkartmaktadır (English, 1992). Evladın

içinde bulunduğu şartları değiştirmesi veya ebeveyninin ihtiyaç duyduğu birçok desteği sağlaması evladın kendisinin veya yakınındaki bir kişinin ihtiyaçlarını karşılamasının önüne geçmemelidir. Örneğin evlat, ebeveynin ihtiyaçları ile kendisinin veya çocuğunun ihtiyaçları arasında sıkışabilmektedir. Evladın ebeveyninin tüm ihtiyaçlarını karşılaması demek çocuğunun birtakım ihtiyaçlarının karşılayamaması anlamına gelebilmektedir. Böyle bir durumda evladın çocuğunun ihtiyaçlarını da dikkate alarak evlat sorumluluğu görevini yerine getirmesi gerekmektedir (Welch, 2012). Çocuğun kişilik yapısının temellerinin ailede oluştuğu ve ailenin çocuğun eğitim yaşantısı, meslek seçimi gibi birtakım alanlarda etkili olduğu düşünülürse anne ve babanın çocuk üzerindeki etkisi belirgin bir şekilde ortaya konulmaktadır (Yörükoğlu, 2007). Bununla birlikte çocuğun toplumsal değerleri ve alışkanlıkları aile ortamında edindiği dikkate alınır, ebeveyn çocuk arasındaki olumlu etkileşim çok değerli olmaktadır (Akkaya, 2008). İşlevsel bir ortamda büyüyen çocuk, bağımsız bir yetişkin olarak karşımıza çıkmaktadır (Yavuzer, 2009).

Sonuç

Alanyazını incelemesinde kadın ve erkeklerin evlat sorumluluğuna ilişkin eşit derecede beklenti içerisinde oldukları görülmektedir. Bir başka deyişle kız ve erkek çocuklar, ebeveynleri bakıma ihtiyaç duyduğu zaman eşit derecede sorumlu olduklarına yönelik beklenti içerisinde olmaktadır. Yapılan araştırmalarda cinsiyet değişkeninin evlat sorumluluğu beklentisinde anlamlı bir faktör olmadığı bulunmuştur. (Rossi ve Rossi, 1990; Finch ve Mason, 1993; Ganong ve ark., 1998). Kerstin ve ark. (2010), Eaton (2005) ile Bullock ve ark. (2003) tarafından yapılan araştırmalar sonucunda ise kadınların iş hayatına girmesiyle beraber kadın ve erkeklerin evlat sorumluluğuna ilişkin eşit derecede sorumluluk aldığı görülmektedir (Akt., Bookman ve Kimbrel, 2011). Kız çocukların erkek çocuklara göre evlat sorumluluğuna ilişkin güçlü beklentileri olduğunu bulmuştur. Başka araştırmada ise çocuğun cinsiyetinin evlat sorumluluğu beklentisinde dolaylı rol oynadığı görülmektedir. Kız çocukların annesiyle daha çok etkileşim halinde olması evlat sorumluluğuna ilişkin beklentilerin yüksek olmasını sağlamaktadır (Gans, 2007). Büyük ebeveynlerine sağlanan bakımı gözlemleyen çocukların ebeveynlerine yönelik evlat sorumluluğu beklentisi yüksek olmaktadır (Ribar ve Wilhelm, 2006; Gans, 2007). Tam tersi olarak büyük ebeveyniyle aynı evi paylaşmak veya ebeveynin bakım verme davranışlarını gözlemlemek gelecekte ebeveyne bakım verme sorumluluğunu negatif etkilemektedir (Zhan, 2004). Bununla birlikte evde büyükanneyle yaşamının evladın ebeveynine olan sorumluluğunu etkilemediğini bulan araştırma da mevcuttur (Caputo, 2005).

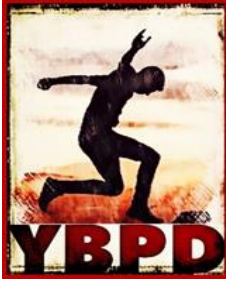
Küçük yaşlardan itibaren çocuklara gerçekleştirebilecekleri düzeyde görevler verilmeli ve bu görevleri tamamlaması sağlanmalıdır. Ters durumda yetişkinlik yaşamında sorumluluktan kaçan ve sorumluluklarını gerçekleştiremeyen bireyler haline gelebilmektedir. Bugünün sorumluluk eğitimi almış çocukları, yarının toplum bilinci oturmuş, ahlâki olgulara sahip çıkan, insanlarla bağ kurabilen, doğayı seven ve toplumsal değerlere sahip yetişkinleri olacaktır (Öncü, 2002). Sağlıklı bir sorumluluk gelişimi hem bireylerin hem de toplumun mutluluğunun temelini oluşturmaktadır. Çocuk ve gençlerin biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimleri ile ahlaki duygu, düşünce ve davranışları arasında karşılıklı, yakın ve anlamlı bir ilişki söz konusudur. Çocuk ve gençlerin ahlaki gelişimi, bu gelişim alanlarına paralel olarak şekillenir. Gelişim dönemlerini sağlıklı bir şekilde geçiremeyen bireylerin ahlaki duygu, düşünce ve davranışlarında bozukluklar görülmektedir. Gelişim süreci boyunca bireylerin karşılaştığı engeller ve sorunlar, onların ahlaki davranışlarında ve çevreye uyumunda olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Bu nedenle, gelecek nesillerin her açıdan sağlıklı yetişmesi için, doğumlarından itibaren çocukların biyolojik, psikolojik, sosyal ve ahlaki gelişim gereksinimleri titizlikle karşılanmalıdır. Çocukların gelişim gereksinimlerini karşılayacak olan kişiler öncelikle anne-babalar ve öğretmenlerdir. Bu kişiler, çocukların biyolojik, psikolojik, sosyal ve ahlaki gelişim özelliklerini iyi bilmeli ve bu bilgiler ışığında hareket etmelidirler. Anne-babalar ve öğretmenler, çocukların sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenmelerine özen göstermeli ve zihinsel gelişimlerine paralel olarak çocukların davranışlarında dışa bağımlılıktan kurtulup özerk bir kişiliğe kavuşmalarına yardımcı olmalıdırlar. Bu konuda, çocukların sosyal öğrenme çevresini oluşturan aile, okul, akran ve arkadaş çevresinin özelliklerini dikkate almalıdırlar.

Ayrıca ęretmenler, verecekleri ahlak derslerinin program, yöntem ve faaliyetlerini düzenlerken çocukların gelişim özelliklerini göz önünde bulundurmaldır. Daha önce de denildiği gibi, birçok kuramcıya göre sorumluluk öğrenilebilen bir beceridir (Canter, 1998; Chamberlin and Chambers, 1994; Ellenburg, 2001; Flowers ve Mabry, 2001; Jenkins, 1994; Ruyter, 2002). Bu nedenle çok küçük yaşlardan itibaren sorumluluk bilinci kazandırılarak çocuklara yaptıklarının sonuçlarını görme fırsatları sağlanmalıdır.

Kaynakça

- Akkaya, S. (2008). *Ortaöğretim (lise) öğrencilerinde rekabetçi tutum ile ana-baba tutumları arasındaki ilişki düzeyi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi.
- Birditt, K.S., Fingerman, K.L., Lefkowitz, E., & Dush, C.M.K. (2008). Parents perceived as peers: Filial maturity in adulthood. *Journal of Adult Development*, 15(1), 1-12.
- Blenkner, M. (1965). *Social work and family relationships in later life with some thoughts on filial maturity*. in E. Shanas, & G. F. Streib (Eds.), *Social structure and the family: Generational relations* (pp. 117-130). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Blustein, J. (1977). On the duties of parents and children. *The Southern Journal of Philosophy*, 15(4), 427-441.
- Blustein, J. (1982). *Parents and children: The ethics of the family*. New York: Oxford University Press.
- Bookman, A., & Kimbrel, D. (2011). Families and elder care in the twenty-first century. *The Future of Children*, 21(2), 117-140.
- Canter, S. (1998). *Evle ilgili sorumlulukları yerine getirme*. (Çev. Serap Katlan), Ankara: HYB Yayıncılık.
- Caputo, R.K. (2005). Inheritance and intergenerational transmission of parental care. *Marriage & Family Review*, 37(1-2), 107-127.
- Chamberlin, L.J., & Chambers, N.S. (1994). Developing responsibility in today's students. *The Clearing House*, 67(4), 204-206.
- Cicirelli, V.G. (1993). Attachment and obligation as daughters' motives for caregiving behavior and subsequent effect on subjective burden. *Psychology and Aging*, 8(2), 144-155.
- English, J. (1992). *What do grown children owe their parents?*. In *Aging and ethics* (pp. 147-154). Humana Press, Totowa, NJ.
- Ellenburg, F.C. (2001). Society and school must teach responsible behaviour. *Educational Administration*, 106(1), 9-11.
- Fenton, C. (2017). *A complete special goods theory of filial obligations*. (Unpublished Doctoral Dissertation), Kanada: The University of Western Ontario.
- Fenton, C. (2017). Who counts as a parent for the purposes of filial obligations?. *Etikk i praksis-Nordic Journal of Applied Ethics*, 11(1), 17-32.
- Finch, J., Mason, J. (1993). *Negotiating family responsibilities*. London: Taylor & Francis E-Library.
- Finley, N.J. (1989). Theories of family labor as applied to gender differences in caregiving for elderly parents. *Journal of Marriage and the Family*, 51(1), 79-86.
- Flowers, N.B., Mabry, N.K. (2001). *A new team approach to teaching responsible behaviour*. Georgia Southern College, Statesboro, Georgia.
- Fredriksen, K.I., & Scharlach, A.E. (1996). Filial maturity: Analysis and reconceptualization. *Journal of Adult Development*, 3(3), 183-191.
- Fulgini, A.J., & Pedersen, S. (2002). Family obligation and the transition to young adulthood. *Developmental Psychology*, 38(5), 856-868.
- Ganong, L., Coleman, M., McDaniel, A.K., & Killian, T. (1998). Attitudes regarding obligations to assist an older parent or stepparent following later-life remarriage. *Journal of Marriage and the Family*, 60(3), 595-610.
- Ganong, L., & Coleman, M. (1999). *New families, new responsibilities: Intergenerational obligations following divorce and remarriage*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Gans, D., & Silverstein, M. (2006). Norms of filial responsibility for aging parents across time and generations. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 961-976.

- Gans, D. (2007). *Normative obligations and parental care in social context*. (Unpublished Doctoral Dissertation), USA: University of Southern California.
- Hamon, R.R., & Blieszner, R. (1990). Filial responsibility expectations among adult child-older parent pairs. *Journal of Gerontology*, 45(3), 110-112.
- Jenkins, D.R. (1994). An eight-step plan for teaching responsibility. *The Clearing House*, 67(5), 269-270.
- Lickona, T. (1991). *Educating for character: How school can teach respect and responsibility*. New York: Bantam.
- Marcoen, A. (1995). Filial maturity of middle-aged adult children in the context of parent care: Model and measures. *Journal of Adult Development*, 2(2), 125-136.
- Mckay, M. (1999). *A qualitative study of adult sons caring for their parents*. (Unpublished Master Thesis), Kanada: University Of Manitoba.
- Mills, C. (2003). *Duties to aging parents*. in: Humber J.M., Almeder R.F. (eds) Care of the aged. Biomedical Ethics Reviews. Humana Press, Totowa, NJ.
- Öncü, E.Ç. (2002). Erken çocukluk döneminde sorumluluk eğitimi. *Çocuk Çocuk Dergisi*, 21, 14-17.
- Özen, Y. (2015). *Sorumluluk eğitimi*. Vize Yayıncılık, Ankara.
- Ribar, D.C., & Wilhelm, M.O. (2006). Exchange, role modeling and the intergenerational transmission of elder support attitudes: Evidence from three generations of Mexican-Americans. *The Journal of Socio-Economics*, 35(3), 514-531.
- Rossi, A.S., & Rossi, P.H. (1990). *Social institutions and social change. Of human bonding: Parent-child relations across the life course*. Hawthorne, NY, US: Aldine de Gruyter.
- Ruyter, D.D. (2002). The virtue of taking responsibility. *Educational Philosophy and Theory*, 34(1), 25-35.
- Strawbridge, W. J., & Wallhagen, M. I. (1992). Is all in the family always best?. *Journal of Aging Studies*, 6(1), 81-92.
- Sung, K.T. (1990). A new look at filial piety: Ideals and practices of family-centered parent care in Korea. *The Gerontologist*, 30(5), 610-617.
- Tamis-LeMonda, C.S., Way, N., Hughes, D., Yoshikawa, H., Kalman, R.K., & Niwa, E.Y. (2008). Parents' goals for children: The dynamic coexistence of individualism and collectivism in cultures and individuals. *Social Development*, 17(1), 183-209.
- Wakui, T., Cheng, S.T. (2017). *Filial responsibility*, N. Pachana (Eds), Encyclopedia of Geropsychology. 874-880.
- Welch, B.F. (2012). A theory of filial obligations. *Social Theory and Practice*, 38(4), 717-737.
- White, J., Klein, D. & Martin T. (2015). *Family theories: An introduction*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Wolff, J.L., & Kasper, J.D. (2006). Caregivers of frail elders: Updating a national profile. *The Gerontologist*, 46(3), 344-356.
- Yalom, İ. (1999). *Varoluşçu psikoterapi*. Çev. Zeliha Babayiğit, İstanbul, Kabalacı Yay.
- Yavuzer, H. (2009). *Ana, baba ve çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yörükoğlu, A. (2007). *Değişen toplumda aile ve çocuk*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Zhan, H.J. (2004). Willingness and expectations: Intergenerational differences in attitudes toward filial responsibility in China. *Marriage & Family Review*, 36(1-2), 175-200.



ERGENLERİN GELECEK KAYGILARI İLE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE YAŞAM DOYUMUNUN ARACI ROLÜ

Asiye DURSUN¹

Anadolu Üniversitesi

ORCID:0000-0002-4033-0034

Murat Sinan ÖZKAN²

Uludağ Üniversitesi

ORCID:0000-0002-6118-9658

ÖZ

Bu çalışmada lise öğrencilerinin gelecek kaygısı ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracı rolünün etkisi incelenmiştir. Ayrıca değişkenlerin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Araştırmaya 278 kız (%68.5) 178 erkek (%31.5) lise öğrencisi katılmıştır. Araştırmada, Akademik ve Mesleki Gelecek Kaygısı Ölçeği, Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu analizde, t-testi ile birlikte yaşam doyumunun aracı etkisini belirlemek için Baron ve Kenny'nin aracı rol analizi yapılmıştır. Araştırmada gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam doyumunun kısmi aracı rolü olduğu görülmektedir. Yaşam doyumunun cinsiyet değişkenine göre erkekler lehine anlamlı olarak farklılaştığı görülmüş ancak gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık değişkenlerinde anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

Anahtar Kelimeler

Psikolojik Sağlamlık, Gelecek Kaygısı, Yaşam Doyumu, Aracılık Rolü

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FUTURE ANXIETY AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF ADOLESCENCE: THE MEDIATING ROLE OF LIFE SATISFACTION

ABSTRACT

In this study, the effect of mediating role of life satisfaction in high school students' relationship between future anxiety and psychological resilience is investigated. Also, it is aimed to investigate whether the variables differ according to gender. The study included 278 female (68.5%) and 178 male (31.5%) high school students. In this study, Academic and Occupational Future Anxiety Scale, Child and Youth Resilience Measure, Life Satisfaction Scale and Personal Information Form were used. In this analysis using relational screening model, the mediator role analysis of Baron and Kenny was performed to determine the mediator effect of life satisfaction with t-test. In the study, it is observed that life satisfaction has a partial mediator role in the relationship between future anxiety and psychological resilience. It is not seen that life satisfaction significantly differentiated according to gender variable in favor of males but there is no significant difference in future anxiety and psychological resilience variables.

Key Words

Psychological Resilience, Life Satisfaction, Future Anxiety, The Mediating Role

¹Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü Doktora Öğrencisi, e-posta: asiyedursun26@hotmail.com

²Uludağ Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü Doktora Öğrencisi, e-posta: muratsinanozkan06@gmail.com

Alıntılama: Dursun, A., Özkan, M.S. (2019). Ergenlerin gelecek kaygıları ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracı rolü. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 23-37.

Giriş

İnsan doğum öncesi süreçten başlayarak hayatı sonlanana kadar her dönem sürekli gelişim ve değişim içindedir. Bununla birlikte bireyler, hayatı boyunca bulunduğu dönemin özelliklerinden etkilenmektedir. Bu bakımdan ergenlik dönemi de içerdiği önemli değişimler nedeniyle de dikkat çeken bir dönemdir (Steinberg, 2007; Kılıç, 2013). Ayrıca çok eski yıllardan bu yana ergenliğin büyük bocalamaları barındırdığı ve fırtınalarla dolu olduğuna dair görüşler de mevcuttur (Dacey ve Travers, 1996). Dönem içinde riskli davranışlar artabilmekte ve kişisel, çevresel birçok risk faktörü ergenler için çekici gelebilmektedir. Yapılan araştırmalarda ergenlik döneminde; intihar (Siyez, 2006), suça karışma, şiddeti tercih etme, akranlarından oluşan çetelere katılma ve uyuşturucu madde kullanma (Gül ve Güneş, 2009), tütün ve alkol tüketme veya korunmasız şekilde cinsel ilişkiyi tercih etme (Siyez ve Aysan, 2007) ve yoğun kaygı düzeyine sahip olma (Özyürek ve Demiray, 2011) ihtimali artmaktadır. Bu noktada; hastalıktan, depresyondan, yaşanan değişimlerden, gelecekle ilgili beklenti ve kaygılardan veya olumsuz yaşantılardan sonra çabucak iyileşme yeteneği ya da bir yaşantı sonrasında olumsuz şekilde etkilenip, gerildikten sonra eski haline kolay bir şekilde dönebilme olarak tanımlanan (Marie ve Ramirez, 2007) psikolojik sağlamlık kavramı akla gelmektedir. Çünkü ergenlik dönemi boyunca birey büyüme ve gelişme için yeni kazanım ve yaşantıları deneyimlerken aynı zamanda kişisel, zihinsel, sosyal ve eğitsel açıdan uyumunu etkileyecek birtakım risk faktörleri veya olumsuz yaşantılar ile karşı karşıya kalabilmektedir (Duru ve Arslan, 2014). Ergenin yaşayacağı bütün zorluklar karşısında yılmadan, sürece uygun biçimde gelişim göstermesi literatürde psikolojik sağlamlık kavramı ile ifade edilmektedir (Sameroff, 2005). Sonuç olarak ergenlik döneminde ergenlerin psikolojik sağlamlık ve ilgili değişkenlerin doğasını anlamının, süreci sağlıklı atlama adına faydalı olacağı düşünülebilir.

İhtiyacı olan kişilere psikolojik yardım hizmeti sağlayan psikolojik danışman, psikolog, sosyal çalışmacı ve psikiyatristlerin oluşturduğu meslek grupları için son zamanlarda psikolojik sağlamlık dikkat çekici bir konu olmuştur. Güncelliğini ve önemini koruyan psikolojik sağlamlıkla ilgili (Kararımak, 2006); “yılmazlık” (Ögülmüş, 2001; Demirbaş, 2010), “psikolojik dayanıklılık” (Terzi, 2005; Basım ve Çetin, 2011) ve “kendini toparlama gücü” (Terzi, 2007; Akça, 2012) farklı tanımlar yapıldığı görülmektedir. Psikolojik sağlamlık, yaşam geçişlerinde önemli bir faktör olan (Stewart, Reid ve Mangham 1997), olumsuz düşüncelerle baş ederken, aynı zamanda pozitif uyum sağlama süreci olarak tanımlanmaktadır (Masten ve Obradovic, 2006). Ayrıca zor koşullar karşısında bile pozitif kalma ve beklenmeyen koşul ve durumlara uyum sağlama becerisi olan psikolojik sağlamlık (Fraser, Richman ve Galinsky, 1999), geleceğe dair umutlu olma, uyum sağlama ve yeterli hissetme gibi olumlu gelişmeye dair kavramlar içermektedir (Murphy, 1987).

Psikolojik sağlamlıktan bahsedebilmek için ergenin maruz kaldığı risk faktörlerini ele almak gereklidir. Çünkü var olabilecek risk faktörlerini ya da olumsuz durumları göz ardı ederek yapılan psikolojik sağlamlık tanımlamaları eksik kalmaktadır (Garmezy, 1991). Bununla birlikte psikolojik sağlamlık kavramının, risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin arasında oluşacak etkileşim ile birlikte meydana gelen dinamik bir yapı sergilediği bilinmektedir (Rutter, 1999). Risk faktörlerinin ve koruyucu faktörlerin iki zıt kutup olduğu (Masten ve Obradovic, 2006), bireylerin risklerle karşılaştığında, istenilen şekilde baş edebilme yeterliğine katkı sağlayacak koruyucu faktörler ile güçlenebileceği bilinmektedir (Stewart, Reid ve Mangham, 1997). Bu yüzden koruyucu faktörler, risk faktörlerinin meydana getireceği etkiyi ortadan kaldıran veya uyumsuz sonuçların meydana gelme olasılığını azaltan faktörler olarak ifade edilebilir (Masten ve Reed, 2002). Koruyucu faktörler içsel ve dışsal (Kararımak, 2006) ya da kişisel, ailevi ve çevre kaynaklı koruyucu faktörler (Masten ve Reed, 2002) şeklinde tanımlanmaktadır. Bireysel faktörler ve içsel koruyucu faktörler, problem çözme yeteneği, özyeterlik, özsaygı, öz-güven, iç denetim odağı, geleceğe ilişkin iyimser bakış açısı ve amaç belirleme tarafından oluşturulur (Kumpfer, 1999; Mandleco ve Peery, 2000; Ögülmüş, 2001; Gizir, 2007; Kararımak, 2006). Psikolojik sağlamlık kavramında

koruyucu faktörler ve sürecin sonunda ortaya çıkan uyum kadar önemli olan diğer bileşenin; risk faktörleri olduğu ifade edilmektedir (Ruther, 1999; Gizir, 2007). İnsanların ya da içinde buldukları durumun gelecek için oluşabilecek olumsuz sonuçlarını yordayan özellikler (Masten ve Reed, 2002) tanımlanan risk faktörleri biyolojik, sosyal, psikolojik ve demografik özellikleri içerebilir (Terzi, 2008). Araştırmalarda risk faktörleri genellikle bireysel, çevresel ve aile ile ilgili olarak ele alınmaktadır (Öz ve Yılmaz, 2009; Gizir, 2016). Erken doğum, ergen gebeliği, okul terki, düşük akademik başarı, madde kullanımı, düşük sosyoekonomik durum ve gelecek kaygısı (Kimpfer, 1999; Gürkan, 2006) başlıca risk faktörleri olarak sıralanabilir. Ergenlerin sahip olabileceği risk faktörlerinin bilinmesi, sürecin daha iyi değerlendirilmesine katkı sağlayabilir. Özellikle geleceğe yönelik seçimlerin yapıldığı ve kararların alındığı ergenlik döneminde gelecek kaygısı, ele alınması gereken bir risk faktörü olabilir.

Son yıllarda hızla gelişen teknoloji ve beraberinde getirdiği toplumsal değişimlerle birlikte bireylerin geleceğine yönelik planlarında ortaya çıkabilecek belirsizlik durumu artmaktadır. İş, eğitim, sosyal, gelecek planları yapma, kültürel ve ekonomik imkânların sınırlandırılması her yaşta gelecek kaygısı oluşturmaktadır (Tuncer, 2011; Kurt, 2007). Ayrıca ergenlik döneminin gelişim görevlerinden olan; önemli seçimler yapma, öz farkındalık kazanma, geleceğine yönelik beklentilerde artış yaşama ve yetişkin rollerine hazırlanma (Seydoğulları, Arıdağ ve Koç, 2014) ergenlerde kaygı düzeylerinin artmasında etkili faktörlerdendir. Krovetz (1999) psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireylerin sosyal yetkinlik, problem çözme, özerklik ve olumlu gelecek beklentisi gibi özelliklerinin olduğunu söylemektedir. Bu durumda bireylerin gelecek kaygılarının psikolojik sağlamlıkları üzerinde etkili bir risk faktörü olduğu ifade edilebilir. Bununla birlikte, literatürde pozitif psikoloji kavramlarından olan yaşam doyumunun psikolojik sağlamlıkla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Malkoç ve Yalçın, 2015). Özellikle ergenlik döneminde bireylerin mutlu olmaları, yaşamlarından doyum almalarının önemi vurgulanmaktadır. Türkiye’de gelecekte bir meslek sahibi olma, ekonomik bağımsızlığını elde etme, mutlu olma gibi gelecek beklentilere sahip olmanın ergenlerin kaygı düzeylerini etkilediği bilinmektedir (Arıdağ ve Seydoğulları, 2018). Bu durum ergenlerin yaşamdan doyum sağlamalarını da olumsuz etkilemektedir. Ergenlerin geleceğe yönelik kaygı düzeyinin atmasının yaşam doyum düzeylerini olumsuz etkileyebileceği ve psikolojik sağlamlıkları için bir risk faktörü oluşturabileceği söylenebilir. Özellikle eğitim politikalarındaki ani değişimler de ergenler üzerinde risk faktörü oluşturmaktadır. Sağlık meslek liselerine dair yaşanan değişimlere bakıldığında; sınavsız geçişlerin kaldırılması, ek puanın sadece iki yıllık ön lisans bölümlerinde kullanılması, yardımcı olarak mezun olunması bu lise türünde öğrenime devam eden ergenler üzerinde ekstra risk faktörü oluşturabileceği düşünülebilir. Bütün bu sebeplerle ergenlerin gelecek kaygısı düzeyinin yükselebileceği ve yaşamdan alınan doyumun ise azalabileceği söylenebilir.

Sonuç olarak; ergenlerin, psikolojik sağlamlık düzeylerinin birçok faktörle ilişkili olması söz konusudur. Ergenlik döneminin, bir üst kuruma hazırlanma ve meslek seçimi yapma kazanımları bakımından tüm ergenler üzerinde gelecek kaygısına neden olacağı düşünülebilir. Fakat sistemde yaşanan değişimler ve sağlık alanında bir statüye sahip olarak mezun olacağını düşünen sağlık meslek lisesi öğrencilerinin gelecek kaygısını daha yoğun yaşayabilecekleri söylenebilir. Ergenlik döneminde duygularını yoğun yaşayan ergenlerin yaşam doyumunun da ele alınması gereken bir faktör olduğu bilinmektedir. Yaşam doyumunun anne baba ve okula bağlanma (Özdemir ve Koruklu, 2013), yalnızlık (Kapıkıran ve Yağcı, 2012), kuraldışı davranışlar (Önder ve Yılmaz, 2012) ve gerçekçi olmayan düşünceler (Çivitçi, 2009) ile ilişkileri, ele alınmasına rağmen gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık değişkeni ile ilişkisine dair araştırmaya rastlanmamaktadır. Bu bakımdan gelecek kaygısı ve yaşam doyumunu değişkenlerinin psikolojik sağlamlık değişkeni ile ilişkisinin ele alınmasının ergenlik döneminde yaşananlara ışık tutması açısından önemli olacağı düşünülmektedir. Bu bakımdan bu araştırmada ortaöğretime devam eden ergenlerin gelecek kaygısı, yaşam doyumunu ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişki ele

alınmaktadır. İlişki örüntüsünün incelenmesinin, ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının doğasının daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayabileceği gibi, risk faktörlerine yönelik geliştirilecek, koruyucu ve önleyici çalışmalar için de veri sağlayacağı düşünülebilir.

Bu çalışmanın amacı ergenlerin gelecek kaygıları ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracılık rolünü incelemektir. Bu amaca ulaşmak için araştırma soruları aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

1.Ergenlerin gelecek kaygısı, psikolojik sağlamlıkları ve yaşam doyumu arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır? Gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık aracı değişken olan yaşam doyumunu yordamakta mıdır?

2.Ergenlerin psikolojik sağlamlık, gelecek kaygısı ve yaşam doyumu puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

Yöntem

Araştırma Modeli

Araştırmada, ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modeli türlerinden birisi olan model ile, iki ya da ikiden daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığının veya değişimin düzeyinin betimlenmesi amaçlanmaktadır (Karasar, 2005). Bu araştırmada sağlık meslek lisesinde öğrenim gören ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile yaşam doyumu ve gelecek kaygısı arasındaki ilişkileri betimlenmektedir.

Çalışma Grubu

Araştırma verileri, yakın ve erişilmesi kolay olan uygun örnekleme yöntemi (Büyüköztürk, Kılıç, Akgün, Karadeniz, ve Demirel, 2009) ile araştırmacıların bulunduğu Eskişehir İli Sivrihisar İlçesinde ve Samsun İli Havza İlçesinde sağlık meslek lisesinde öğrenim gören 278 kız (%68.5) 128 erkek (%31.5) toplam 406 katılımcıdan elde edilmiştir. Çalışma grubunda yer alan katılımcıların sınıf düzeylerine dağılımlarına bakıldığında 34 (%8.4) katılımcının 9. sınıfa, 125 (%29.8) katılımcının 10. sınıfa, 190 (%46.8) katılımcının 11. sınıfa ve 57 (%14) katılımcının 12. sınıfa devam ettiği görülmektedir. Araştırma grubuna dair betimsel istatistikler Tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1. Ergenlerin demografik özelliklerine ilişkin dağılımlar

Demografik Özellikler	N	%	
Cinsiyet	Kız	278	68.5
	Erkek	128	31.5
Sınıf Düzeyi	9. Sınıf	34	8.4
	10. Sınıf	125	30.8
	11. Sınıf	190	46.8
	12. Sınıf	57	14
Toplam	406	100	

Ölçme Araçları

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan psikolojik sağlamlık ile ilgili veriler “Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” ile toplanmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkeni olan gelecek kaygısı ile ilgili veriler “Akademik ve Mesleki Gelecek Kaygısı Ölçeği” ile toplanmıştır. Araştırmanın aracı değişkeni olan yaşam doyumu ile ilgili veriler “Yaşam Doyumu Ölçeği” ile toplanmıştır. Bununla birlikte örneklemin demografik özellikleri hakkında bilgileri elde etmek adına araştırmacılar tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır

Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği: Liebenberg, Ungar ve Van de Vijver, (2012) tarafından geliştirilen ölçeğin kısa form çalışması Liebenberg, Ungar ve LeBlanc (2013) tarafından yapılmıştır. 12 maddeden oluşan beşli likert yapıda olan ölçme aracı “Beni tamamen tanımlıyor (5)” ile “Hiç tanımlamıyor (1)” arasında

derecelendirilmektedir. Ölçekten yüksek puan almak yüksek sağlamlık düzeyini ifade etmektedir. Ölçeğin faktör yük değerleri 0.39-0.88 arasındadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.84 bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması ise Arslan (2015) tarafından yapılmıştır. Orijinal ölçeğe benzer şekilde 12 maddelik beşli likert tipi ölçekte yüksek puan yüksek sağlamlık düzeyini belirtmektedir. Ölçek, toplam varyansın %51.28'ini açıklayan tek faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.91'dir. Madde-toplam korelasyonu ise 0.45-0.79 arasında değişmektedir (Arslan, 2015).

Akademik ve Mesleki Gelecek Kaygısı Ölçeği: Aydın ve Çiftel (2013) tarafından ergenlerin geleceğe dair akademik ve mesleki kaygılarını belirlemek amacı ile hazırlanan ölçek, 10 maddeden oluşmaktadır. Beşli likert tipi bir ölçektir. Alınacak en yüksek puan 40, en düşük puan 0'dır. Puanların yükselmesi yüksek kaygı düzeyini ifade etmektedir. Ölçeğin güvenilirliği Cronbach Alpha katsayısı ile hesaplanmış ve 0.84 olarak belirlenmiştir. Gerek iç tutarlılık katsayısı, gerekse madde analizi sonuçları ölçeğin kullanılabilirliğini göstermektedir (Aydın ve Çiftel, 2103).

Yaşam Doyumu Ölçeği: Diener, Emmans, Lorsen ve Giffin (1985) tarafından, yaşam doyumunu belirlemek için geliştirilmiştir. Yedili likert tipi olan ölçek beş maddeden oluşmaktadır. Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 35, en düşük puan ise 5'tir. Puanların yükselmesi, yaşam doyumunun yükseldiği anlamına gelmektedir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik puanı 0.71 olarak saptanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.78 bulunmuştur.

Kişisel Bilgi Formu: Cinsiyet ve sınıf düzeyi gibi demografik bilgileri elde etmek için araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

Verilerin Analizi

Psikolojik sağlamlık, yaşam doyumunu ve gelecek kaygısının cinsiyete göre farkını test etmek için t-testi analizi kullanılmıştır. Birçok araştırmada aşamalı regresyon yerine elde edilen etki miktarının anlamlılığını ölçmek için Sobel Testi ve bu sayede Bootstrap Güven Aralığı yapılarak belirlenmektedir. Bootstrapping son yıllarda dolaylı etkileri ve aracılık etkilerini test etmek için kullanılan popüler bir teknik olmaya başlamıştır. Bu teknikle mevcut örneklem üzerinden tekrar tekrar yerleştirmeler yapılarak evrenin mini bir provası yapılmaktadır. Yapılan simülasyonlar bu tekniğin Sobel Testi gibi kullanılan diğer tekniklerden çok daha güçlü olduğunu ortaya koymuştur (Preacher ve Kelley, 2011). Sobel Testinde anlamlılık z skor katsayısı ile belirlenmekte ve bu skorun 1.96'dan büyük ve p değerinin de anlamlı olması gerekmektedir (Frazier, Tix ve Baron, 2004). Bootstrapping tekniği ile üretilen örneklemelerden dolaylı etkiler hesaplanabilmekte ve doğrulanabilen örneklem dağılımları üretilebilmektedir. Bu dağılımlardan güven aralığı katsayıları, p değeri veya standart hata gibi hesaplamalar üretilebilmektedir. Baron ve Kenny (1986)'ye göre, bağımsız değişken ve aracı değişken üzerinde daha sonra ise aracı değişken ve bağımlı değişken üzerinde anlamlı etki olmalıdır. Ayrıca bağımsız değişkenin, bağımlı değişken üzerinde anlamlı etkiye sahip olması, aracı değişkenin etkisini analiz etmede üç kriteri sağlaması gerektiğini belirtmektedir. Kriterler karşılandıktan sonra aracı değişken ve bağımsız değişken regresyon analizinde birlikte değerlendirildiğinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin azalması veya sıfır olmasının gözlenmesi gerekmektedir. Aracı değişkenin etkisini değerlendirmek için Hayes'in (2016) SPSS programına eklenerek kullanılacak şekilde geliştirdiği bir makro process kullanılmıştır. Modelin oluşturulmasında Hayes'in söylediği bağımsız değişkenden bağımlı değişkene giden yol, "c yolu"; bağımsız değişkenin aracı değişken üzerinden bağımlı değişkene gittiği yol, "c1 yolu"; bağımsız değişkenden aracı değişkene giden yol "a yolu" ve son olarak da aracı değişkenden bağımlı değişkene giden yol "b yolu" olarak adlandırılmıştır (Montoya ve Hayes, 2017). Ayrıca verilerin çoklu bağlantı problemi için tolerance ve VIF değerlerine bakılmıştır. VIF 10'a eşit veya daha büyük (VIF≥10) tolerans değerleri (tolerans değerleri >0.2) hesaplandığında, modelde çoklu doğrusal bağlantı problemi söz konusu olmaktadır (Pallant, 2005). Veri setinde VIF değerlerine bakıldığında çoklu doğrusal bağlantı problemi olmadığı görülmektedir.

Bulgular

Bu bölümde, araştırmada elde edilen bulgular sunulmuştur. Bu çerçevede ilk önce araştırmanın değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler ve bu değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları verilmiştir. Bu istatistikleri takiben önerilen hipotetik modeller çerçevesinde ergenlerin gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracılık rolü belirlenmiştir. Tablo 2’de değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma ve korelasyon değerleri yer almaktadır.

Tablo 2. Gelecek kaygısı, yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık ölçeğinden alınan puanların ortalama, standart sapma ve korelasyon değerleri

Değişkenler	N	\bar{X}	Ss	Gelecek Kaygısı	Yaşam Doyumu	Psikolojik Sağlamlık
Gelecek Kaygısı	406	28.05	9.38	1		
Yaşam Doyumu	406	22.06	7.88	-0.18***	1	
Psikolojik Sağlamlık	406	46.10	8.48	-0.23***	0.56***	1

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Tablo 2’de görüldüğü gibi gelecek kaygısı ile ilgili ergenlerin aldığı puan ortalaması 28.05, yaşam doyumu ile ilgili ergenlerin puan ortalaması 22.06 ve psikolojik sağlamlıkla ilgili ergenlerin puan ortalaması 46.10’dur. Tablo 4’te ise Gelecek Kaygısı, Yaşam Doyumu ve Psikolojik Sağlamlığın cinsiyete göre farkını analiz etmek için yapılan t-testi sonuçları bulunmaktadır.

Tablo 3. Değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerleri

Değişkenler	Basıklık	Çarpıklık
Gelecek Kaygısı	0.49	0.57
Yaşam Doyumu	0.25	0.59
Psikolojik Sağlamlık	0.38	0.73

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Normal bir dağılımda değerlerin +1.96 ile -1.96 arasında olması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2006). Tablo 3’te verilerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin +1.96 ile -1.96 arasında dağıldığı görülmektedir. Veriler normal dağılım gösterdiği için t-testi, Regresyon Analizi ve Sobel Testi Analizi yapılmıştır.

Tablo 4. Cinsiyete göre gelecek kaygısı, yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlığa ilişkin t-testi sonuçları

Alt Boyut	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	p
Gelecek Kaygısı	Kız	278	28.46	9.30	1.321	0.187
	Erkek	128	27.14	9.53		
Yaşam Doyumu	Kız	278	21.40	7.86	-2.529	0.012*
	Erkek	128	23.51	7.76		
Psikolojik Sağlamlık	Kız	278	45.89	8.85	-0.726	0.468
	Erkek	128	46.55	7.64		

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

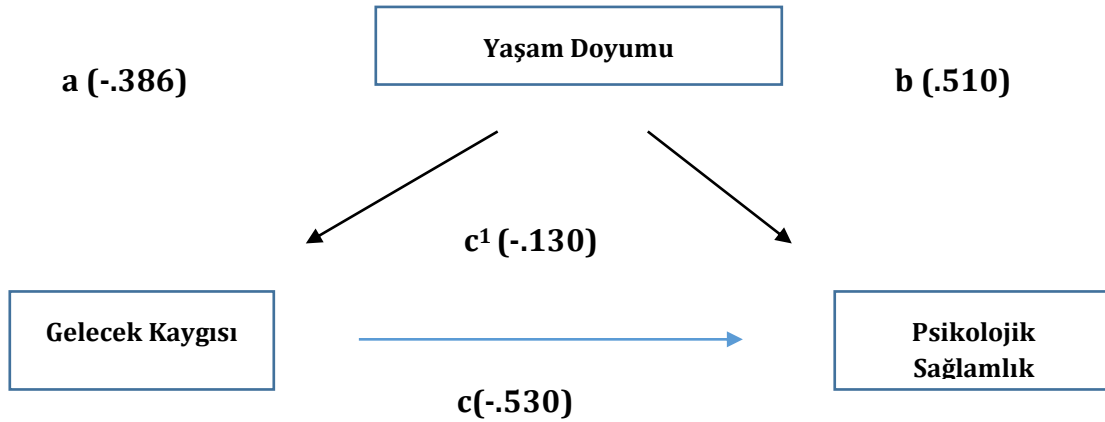
Tablo 4 incelediğinde yaşam doyumunun cinsiyet değişkenine göre erkekler lehine anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir (t=-2.529, p<0.05). Ancak gelecek kaygısı düzeyinin kızlar aleyhinde ve psikolojik sağlamlık düzeyinin ise erkekler lehinde ortalamaya sahip olmasına rağmen anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0.05).

Tablo 5. Gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık arasında yaşam doyumu aşamalı regresyon modeli

Adımlar	β	t	p
1. Adım G.K→Y.D	-.386	-5.680	0.000***
R ² /F	0.150/0.000		
2. Adım G.K→P.S	-.530	-10.643	0.000***
R ² /F	.28/0.000		
3. Adım G.K→Y.D→P.S	G.K -.130	-3.930	0.001
R ² /F/Tolerance/VIF	Y.D .510	13.00	0.000***
	.33/.000/.850/1.77		

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001), G.K: Gelecek Kaygısı, Y.D:Yaşam Doyumu, P.S: Psikolojik Sağlamlık

Tablo 5 incelendiğinde, değişkenlerin gelecek kaygısı ile ilişkileri tek tek alındığında, regresyon eşitliğinde en çok psikolojik sağlamlığın ($\beta=-.530$; $p=0.000$), yaşam doyumunun ($\beta=.510$; $p=0.000$) daha sonra gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık, yaşam doyumu eklendiğinde ($\beta=-.130$; $p=0.000$) bir önceki adımdaki gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık arasındaki etkinin azaldığı görülmektedir. Bu sonuçlara göre ilgili değişkenler, ergenlerin gelecek kaygısı, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu ilişkisinde varyansın %33'nü açıklamaktadır. Şekil 1'de aracılık ilişkisine yönelik hazırlanan model sunulmaktadır.

Şekil 1. Gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık arasında yaşam doyumu aracı rolüne ilişkin model

Sobel Z =9.5884 p<0.000

Gelecek kaygısı ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracı etkisi incelenmiştir. Şekil 1 incelendiğinde, a yolu için standardize edilmiş regresyon katsayısı negatif yönde -0.386 ve anlamlılık düzeyi $p<0.000$; b yolu için standardize edilmiş regresyon katsayısı değeri pozitif yönde 0.510 ve anlamlılık değeri $p<0.000$; c yolu içinse standardize edilmiş regresyon katsayısı negatif yönde -0.530 ve anlamlılık düzeyi de $p<0.000$ olarak bulunmuştur. Sobel Testinde anlamlılık için z skoruna bakılmaktadır. Z skoru 1.96'dan büyük, p değerinin anlamlı olması gerekmektedir. Bu anlamda çalışmamızda sobel z skorunun büyük olduğu ve p değerinin anlamlı olduğu görülmektedir ($Z=9.5884$ $p<0.000$). Araştırmanın bulgularına bakıldığında, Baron ve Kenny tarafından ortaya konan üç ölçütün de karşılandığı saptanmıştır. Bir sonraki adımda aracı değişkenin etkisini saptamak için aracı değişken modele eklenmiştir. c1 yolu incelendiğinde regresyon katsayısı değerinin negatif yönde -0.530'dan -0.130'a düştüğü ve anlamlı olduğu ($p<0.000$) görülmüştür. Bu azalmanın aracı değişkenin etkisiyle mi olup olmadığını test etmek amacıyla Sobel Testi yapılmıştır. Sonuçlar tablo 6'da ifade edilmektedir.

Tablo 6. Aracı değişkenin etkisi

Yaşam Doyumunun Aracı Olduğu İlişki	Toplam Etki	Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	Bootstrap Güven Aralığı BoLLCIBoULCI Aracı	Etki Tür
Gelecek Kaygısı- Psikolojik Sağlamlık	0.572	0.351	0.221	0.4451-0.6875	Kısmi

Tablo 6'ya göre, doğrudan etki skorunun düştüğü saptanmıştır. Toplam etkiyle doğrudan etki arasındaki fark incelendiğinde, dolaylı etki büyüklüğü %22 olarak saptanmıştır. Dolaylı etkinin varlığı ve anlamlılığı Bootstrap güven aralığıyla analiz edilmiştir. Sonuçlara bakıldığında, alt ve üst sınıрын sınıрын üstünde olduğu saptanmıştır. Bu doğrultuda gelecek kaygısı ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracı etkiye sahip olduğu belirtilebilir.

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmada ilk olarak ilgili değişkenlerin ortalamaları değerlendirilmiş; gelecek kaygısı, yaşam doyum ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyet göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Aynı zamanda ergenlerin gelecek kaygısı ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracı rolünü belirlemek amaçlanmıştır. Ergenlerin gelecek kaygısı puan ortalamasının 28.05 olduğu ve alınabilecek en yüksek puanın 40 olduğu düşünüldüğünde gelecek kaygısı yaşadıkları söylenebilir. Yaşam doyum ölçeceğinden alınabilecek en yüksek puanın 35 olduğu bilinmektedir. Ergenlerin yaşam doyum puan ortalamasının 22.06 olması orta düzeyde yaşam doyumuna sahip olduklarının göstergesi olarak düşünülebilir. Psikolojik sağlamlık ölçüğünden en yüksek 60 puan alınabileceği bilinmektedir ve ergenlerin puan ortalaması 46.10 olması orta düzeyde psikolojik sağlamlığa işaret etmektedir. Sağlık meslek lisesine devam eden ergenlerin sınavsız geçiş haklarının kaldırılması, sadece iki yıllık ön lisans programlarına ek puan verilmesi, ebe, hemşire ve acil tıp teknisyeni bölümleri yerine ebe ve hemşire yardımcılığı ve sağlık bakım teknisyenliği gibi bölümlerin getirilmesi ve henüz kontenjanlar hakkında net bilginin olmaması ergenlerin gelecek kaygılarını tetiklediği, yaşam doyumunu olumsuz etkilediği ve psikolojik sağlamlık üzerinde risk faktörü oluşturduğu düşünülebilir. Sağlık meslek lisesine devam eden ergenlerin işsiz kalmaya yönelik gelecek kaygısına sahip oldukları yönünde literatürde araştırma sonuçları bulunmaktadır (Aydın, Erdoğan, Yurdakul ve Eker, 2013). Gelecek kaygısı ve beraberinde yaşanan işsiz kalma korkusu yaşayan kişilerin, fiziksel ve ruhsal sağlığının ve değer duygusunun olumsuz etkilenmesine, olumsuz duyguları yoğun yaşaması ve yalnız hissetmesine, sorumluluklarını yerine getirememesi, öfke ve ümitsizlik yaşamasına yol açabilmektedir (Kepçeoğlu, 2001). Bütün bu yaşananların psikolojik sağlamlık adına risk faktörü olacağı söylenebilir. Sağlık meslek liselerinde öğrenim gören ergenlerin psiko-sosyal özelliklerinin iyi bilinmesi, sorunların özünün anlaşılması ve elde edilen bilgilere dayanarak ergenlerin uyum düzeyini yükseltecek etkinliklerin geliştirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Çünkü ergenler mezun olduktan sonra insana yardım mesleklerinden biri olan sağlık alanında hizmet sunmak adına eğitim almaktadır.

Ergenlerin, ilgili değişkenlerden gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülürken yaşam doyum düzeylerinde erkeklerin lehine anlamlı bir farklılığa ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde Tuzgöl-Dost (2007) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışma da cinsiyete göre yaşam doyumunun farklılaştığını bulmuştur. Aynı zamanda Köker (1991), Cenkseven ve Akbaş (2007) ve Çam ve Artar (2014)'in çalışmalarında da ergenlerin yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaştığı ifade edilmektedir. Deniz ve Kahraman (2005) öğretmenler üzerine yaptığı çalışmada yaşam doyumunun farklılaştığını tespit etmiştir. Literatürde bulguları desteklemeyen araştırmalar incelendiğinde Gündoğar, Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci (2007) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada

yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Huebner ve arkadaşlarının (2006) ortaokul öğrencileri üzerinde yaşam doyumunun cinsiyet açısından farklılaşmadığını tespit etmiştir. Hintikka, Koskela, Kontula, Koskela, Koivumaa-Honkanen ve Viinamäki (2001), Chow (2005), Gilman ve Huebner (2006), Gün ve Bayraktar (2008) Seligson, Huebner ve Valois (2003)'ün yaptığı çalışmalarda cinsiyete göre bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı konusunda farklı sonuçlar çıkmasının nedenleri incelendiğinde; toplumsal cinsiyet algısı, kültürel durumlar, toplum beklentileri, kentleşme ve küreselleşme, bireylerin eğitim düzeyleri, siyasi ve ekonomik faktörlerin etkili olduğu söylenebilir (Günay ve Bener, 2011; Öngen ve Aytaç, 2013). Ergenlerin psikolojik sağlamlık ve gelecek kaygısının cinsiyete göre anlamlı çıkmamasının alanyazın bulguları ile desteklediği görülmektedir (Çakmak ve Hevedanlı, 2004; Özcan, 2005; Tümkaya, Aybek ve Çelik, 2007; Terzi, 2008). Ancak gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre farklılaştığını ifade eden çalışmalar da bulunmaktadır (Werner, 1993; Kumpfer, 1999; Kaya ve Varol, 2004; Çakmak ve Hevedanlı, 2005; Akgün, Gönen ve Aydın, 2007; Oktan, 2008; Dursun ve Aytaç, 2009; Yılmaz, Dursun, Güzeller ve Pektaş, 2014; Bariola ve ark. 2015).

Ergenlerin, yaşam doyumunun gelecek kaygısı ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki aracılığı test etmek için gerçekleştirilen regresyon temelli bootstrapping analizi sonuçlarına göre, ergenlerin gelecek kaygısı ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında yaşam doyumunun aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Bulgular değerlendirildiğinde gelecek kaygısının yaşam doyumunu negatif yönde yordadığı görülmüştür. Aynı zamanda yaşam doyumunun psikolojik sağlamlığı pozitif yönde yordarken; gelecek kaygısının psikolojik sağlamlığı negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Tuzgöl-Dost (2007) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada geleceğe iyimser bakmayan öğrencilerin yaşam doyumlarının, iyimser bakanlara göre daha düşük olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca gelecek kaygısı düzeyi düşük bireylerin yaşam doyumunu ve öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğu bilinmektedir (Scheier ve Carver, 1985; Doğan, 2006). Bununla birlikte yaşam doyumunu yüksek olan bireylerin ise psikolojik sağlamlık düzeylerinin de yüksek olduğu bulunmuştur (Yılmaz ve Sipahioğlu, 2012; Arastaman ve Balcı, 2013; Malkoç ve Yalçın, 2015). Chow (2005) yaptığı çalışma da stres düzeyleri yükseldikçe yaşam doyumunun azaldığı görülmekte olup stres düzeyinin psikolojik sağlamlık düzeyini de düşürdüğünü tespit etmiştir. Kararımak (2007)'in yetişkin depremzedeler üzerinde yaptığı çalışmada psikolojik dayanıklılık ile ilişkili olan olumlu duygusal ve zihinsel faktörler arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Geleceğe iyimser bakanların yaşam doyum düzeyleri daha yüksek bulunmakta olup bu sayede psikolojik sağlamlık düzeylerinin de yüksek olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte sağlık meslek lisesinde öğrenim gören ve gelecek kaygısı yaşayan ergenlerin daha umutsuz oldukları (Aydın, Erdoğan, Yurdakul ve Eker, 2013) belirtilmektedir. Bu durum göz önüne alındığında ergenlerin yaşam doyumunu ve psikolojik sağlamlığını olumsuz etkileyen risk faktörleri oluşturabileceği düşünülmektedir (Aydın, 2010; Güngörmüş, Okanlı, Kocabeyoğlu, 2015). Hayatı daha olumlu algılayan iyimser ve umutlu bakış açısına sahip olan bireylerin yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olduğu bilinmektedir (Mascaro ve Rosen, 2005). Ergenlerin hayata yönelik amaçlarının belirgin olmaması, hedef oluşturmamaları geleceğe yönelik kaygılarına neden olmakta ve yaşam doyumlarının düşük olmasına neden olmaktadır (Heisel ve Flett, 2004). Çünkü geleceğe yönelik olumsuz yaşam olaylarının yaşam doyumunu düzeyini olumsuz etkilediği bilinmektedir (Bronk, 2005, Bronk, Lapsley, Talib ve Finch 2009). Kararımak ve Çetinkaya (2011), depremzedelerle yaptığı çalışmada benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisinde duyguların aracı rolüne bakılmış ve olumlu olumsuz duyguların psikolojik sağlamlığı yordadığını bulmuşlardır. Ayrıca Eraslan (2014) üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile depresif belirtiler ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide benlik saygısı, pozitif dünya görüşü ve umudun aracı rolünü incelemiş ve psikolojik sağlamlık ile yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide bu değişkenlerin kısmi aracı rol üstlendiğini bulmuştur. Bu araştırmada ise ergenlerin gelecek kaygısı ile psikolojik

sağlamlıkları arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracılık ilişkisine bakılmıştır. Çünkü ergenlik döneminde bir üst basamağa hazırlanma, mesleki karar verme, özerkliğe düşkün olma çabaları gibi gerekçelerle ergenler gelecek kaygısını yoğun bir şekilde yaşayabilmektedir. Yaşam doyumunun birçok alanda bireyler üzerinde etkisi olduğu bilinmektedir (Çivitçi, 2012). Rossi ve arkadaşlarının (2007) yaptığı çalışma, eş kaybı sonrası oluşan stres ve psikolojik sağlamlıkla ilişkisinde yaşam memnuniyetinin bir aracı olduğunu desteklemiştir. Diğer bir araştırmada ise Mak, Ng ve Wong (2011) tarafından oluşturulan aracı modelde psikolojik sağlamlığın benlik, dünya ve gelecek hakkındaki pozitif bilişler aracılığı ile yaşam memnuniyetini arttırdığı ve depresif belirtileri azalttığı bulunmuştur. Bu çalışmalarla birlikte gelecek kaygısı ile psikolojik sağlamlık ilişkisinde yaşam doyumu aracılık etkisine dair bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Sonuç olarak gelecek kaygısı düşük olan ergenlerin yaşam doyumunun yüksek olduğu ve bunun sonucu olarak psikolojik sağlamlık düzeylerini pozitif yönde etkilediği ya da psikolojik sağlamlıkları üzerinde koruyucu bir faktör olduğu ifade edilebilir. Bir başka deyişle; gelecek kaygısının yaşam doyum düzeylerini negatif yönde etkilediğini bu durumda psikolojik sağlamlık düzeylerini düşürdüğü ya da psikolojik sağlamlık üzerinde risk faktörü oluşturduğu sonucu çıkarılabilir. Elde edilen bu sonuçlara göre ergenlerin gelecek kaygılarının azaltılması için okullarda psikolojik danışmanlık ve rehberlik uygulamaları kapsamında psikososyal müdahale programları hazırlanabilir. Ayrıca ailede ergenlerin geleceğine yönelik yaşam amaçlarını belirlemesi yönünde bireyin gelişimini hedefleyen, var olan potansiyellerini açığa çıkaran, insan yapısına, doğasına ve bireye dönük eğitim ve kendini gerçekleştirme ortamı hazırlayan eğitim verilmesi, onların kendilerini gerçekleştirme düzeylerini artırabileceği gibi, psikolojik sağlamlığı daha yüksek düzeyde bireyler olmalarına yardımcı olacağı düşünülebilir. Bununla birlikte eğitim politikalarının ve sınav sisteminin sık değişmeyecek bir temelde yapılandırılmasının ergenlerin gelecek kaygısı düzeyleri üzerinde etkili olacağı söylenebilir. Yapılacak yeni çalışmalarda, psikolojik sağlamlığın doğasında doğrudan, dolaylı ya da aracı etkisi olabilecek farklı kavramlarla da ilişkisine bakılması önerilmektedir.

Araştırmada, Türkiye’de psikolojik sağlamlık ve gelecek kaygısı ilişkisinde yaşam doyumunu ele alan ilk çalışmadır. Bu bakımdan alana katkı sağladığı düşünülmese de rağmen birtakım sınırlılıkları da bulunmaktadır. Örneklem sınırlı sayıda ve yalnızca sağlık meslek lisesi öğrencilerinden oluşturulmuştur. Gelecekte farklı eğitim kurumlarındaki ergenler üzerinde yapılacak benzer çalışmalarda daha kapsamlı ve genel sonuçlara ulaşılabilir. Bu bakımdan ilgili değişkenlerin doğasını ve ilişkisini geniş bir perspektiften değerlendirmek adına yapılacak çalışmalar, daha farklı örneklerle desteklenmeye ihtiyaç duymaktadır. Bu araştırmada aracılık etkisine bakılmıştır. Psikolojik sağlamlık üzerinde etkili olabilecek gizil değişkenler ve aracı değişkenlerin tespiti için ileri düzey istatistikler, neden sonuç ilişkisinin tam anlamıyla ortaya konabilmesi için karıştırıcı değişkenlerin kontrol edildiği deneysel çalışmalar tercih edilebilir. Ayrıca ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri üzerinde etkili olabilecek değişkenleri, risk ve koruyucu faktörleri daha iyi anlamak adına derinlemesine bilgi toplamak için araştırmaların nitel verilerle desteklenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

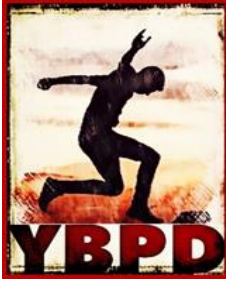
- Akça, Z.K. (2012). *Genç yetişkinlikte algılanan anne-baba tutumlarının, kendini toparlama gücü ve benlik saygısı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akgün, A., Gönen, S., Aydın, M. (2007). İlköğretim fen ve matematik öğretmenliği öğrencilerinin kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(20), 283-299.
- Arastaman, G., Balcı, A. (2013). Lise öğrencilerinin yılmazlık algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(2), 915-928.
- Arslan, G. (2015). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.
- Avşaroğlu, S., Deniz, M.E., & Kahraman, A. (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumunu iş doyumunu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 115-129.
- Aydın, B. (2010). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve umut düzeyleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Aydın, M., Erdoğan, S., Yurdakul, M., & Eker, A. (2013). Sağlık yüksekokulu ve sağlık meslek lisesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 1-6.
- Aydın, O., & Çiftel, N. (2013). Ortaöğretim kurumlarına devam eden öğrencilerin akademik ve mesleki gelecek kaygılarının incelenmesi. *İstanbul Sebahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 129-166.
- Bariola, E., Lyons, A., Leonard, W., Pitts, M., Badcock, P., & Couch, M. (2015). Demographic and psychosocial factors associated with psychological distress and resilience among transgender individuals. *American Journal of Public Health*, 105(10), 2108-2116.
- Basım, H.N., & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Bronk, K.C. (2005). Portraits of purpose: A study examining the ways a sense of purpose contributes to positive youth development. *Dissertation Abstracts International*, (UMI No. 3187267).
- Bronk, K.C., Hill, P.L., Lapsley, D.K., Talib, T. L.& Finch, H. (2009). Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 500-510.
- Büyüköztürk, Ş. (2006). *Sosyal bilimleri için veri analizi el kitabı istatistik araştırma deseni-SPSS uygulamaları ve yorum*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (4. Basım) Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Cenkseven, Ö.F., Sarı, M. (2009). The quality of school life and burnout as predictors of subjective wellbeing among teachers. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 9(3), 1223-1235.
- Chow, H.P.H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian Prairie City: A multivariate Analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- Çakmak, Ö., Hevedanlı, M. (2004). Biyoloji öğretmen adaylarının kaygılarını etkileyen etmenler. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı 6-9 Temmuz 2004*. Malatya: İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi.

- Çakmak, Ö., Hevedanlı, M. (2005). Eğitim ve fen edebiyat fakülteleri biyoloji bölümü öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(14), 115-127.
- Çam, Z., Artar, M. (2014). Ergenlikte yaşam doyumu: Okul türleri bağlamında bir inceleme. *Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 23-46.
- Çivitci, A. (2009). Relationship between Irrational Beliefs and Life Satisfaction in Early Adolescents. *Eurasian Journal of Educational Research*, 37, 91-109.
- Dacey, J.S., & Travers, J.F. (1996). *Human development across the lifespan*. USA: McGraw-Hill Hall.
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Doğan, T. (2006). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 120-129.
- Dursun, S., Aytaç, S. (2009). Üniversite öğrencileri arasında işsizlik kaygısı. *Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 28(1), 71-84.
- Duru, E. & Arslan, G. (2014). Evlenmek amacıyla evden kaçan kız ergenler: Bir olgubilim çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(41), 36-48.
- Eraslan, Ö. (2014). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile depresif belirtiler ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide benlik saygısı, pozitif dünya görüşü ve umudun aracı rolünün incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fraser, M.W., Galinsky, M.J., & Richman, J.M. (1999). Risk, protection, and resilience: Toward a conceptual framework for social work practice. *Social Work Research*, 23(3), 131-143.
- Frazier, P.A., Tix, A.P., & Barron, K.E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 115-134.
- Garnezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20(9), 459-466.
- Gilman, R. & Huebner, E.S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 293-301.
- Gizir, C.A. (2016). Psikolojik Sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gül, S.K., & Güneş, İ.D. (2009). Ergenlik dönemi sorunları ve şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 79-101.
- Gün, Z., Bayraktar, F. (2008). Türkiye'de iç göçün ergenlerin uyumundaki rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19, 167-176.
- Günay, G., Bener, Ö. (2011). Kadınların toplumsal cinsiyet rolleri çerçevesinde aile içi yaşamı algılama biçimleri. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 15(3), 157-171.
- Gündoğar, D., Gül, S., Uskun, E., Demirci, S., Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10, 14-20.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A., Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıklarını etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Heisel, M.J., & Flett, G.L. (2004). Purpose in life, satisfaction with life, and suicide ideation in a clinical sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(2), 127-135.

- Hintikka, J., Koskela, T., Kontula, O., Koskela, K., Koivumaa-Honkanen, H.T., & Viinamäki, H. (2001). Religious attendance and life satisfaction in the Finnish general population. *Journal of Psychology and Theology*, 29(2), 158-164.
- Huebner, E.S., Suldo, S.M., Smith, L.C. & McKnight (2004). Life satisfaction in children and youth: Empirical foundations for school psychologist. *Psychology in the Schools*, 41(1), 81-93.
- Huebner, E.S., & Gilman, R. (2006). Students who like and dislike school. *Applied Research in Quality of Life*, 1(2), 139-150.
- Kapıkıran, Ş., & Yağcı, U. (2012). Ergenlerin yalnızlık ve yaşam doyumu: Çalgı çalma ve müzik topluluğuna katılmanın aracı ve farklılaştırıcı rolü. *İlköğretim Online*, 11(3), 738-747.
- Kararımak, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kararımak, Ö. ve Siviş Çetinkaya, R. (2009). Benlik saygısının ve kontrol odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi: Bir model test etme çalışması. 18. *National Education Sciences Council*, 1-3.
- Karasar, Niyazi. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kaya, M., Varol, K. (2004). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin durumluk sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17, 31-63.
- Kepceoğlu M. (2001). *Psikolojik danışma ve rehberlik*. İstanbul: Alkım Yayınevi.
- Kılıç, M. (2013). *Gerçek yaşam tadında: Gelişim dönemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Krovetz, M.L. (1999). Fosterin resiliency. *Thrust for Educational Leadership*, 28(5), 4.
- Kumpfer, K.L. (1999). Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework. Glantz, Meyer D. ve Johnson, Jeanette L. (Eds.), *Resilience and development positive life adaptations*. (179- 225), New York: Kluwer Academic Publishers.
- Kurt, G. (2007). RİDİT analizi ve üniversite öğrencilerinin gelecek kaygılarının incelenmesi üzerine bir uygulama. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 193-206.
- Liebenberg, L., Ungar, M., & LeBlanc, J. C. (2013). The CYRM-12: A brief measure of resilience. *Canadian Journal of Public Health*, 104(2), 131-135.
- Mak, W.W., Ng, I.S., & Wong, C.C. (2011). Resilience: Enhancing well-being through the positive cognitive triad. *Journal of Counseling Psychology*, 58(4), 610-617.
- Malkoç, A., Yalçın, İ. (2015). Üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık, sosyal destek, başa çıkma ve iyi-oluş arasındaki ilişkiler. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 35-43.
- Mandleco, B.L., Peery, J. C. (2000). An organizational framework for conceptualizing resilience in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13(3), 99-111.
- Marie, E. & Ramirez R. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nursing Forum A Independent Voice for Nursing*. 15(2), 204-206.
- Mascaro, N. & Rosen, D.H. (2005). Existential meanings role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of Personality*, 73, 985-1013.

- Masten, A.S., & Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.
- Masten, A.S., Reed, M.G. (2002). *Resilience in development*. S.R. Snyder ve S.J. Lopez (Eds.) The handbook of positive psychology. England: Oxford University Press.
- Montoya, A.K., & Hayes, A.F. (2017). Two-condition within-participant statistical mediation analysis: A path-analytic framework. *Psychological Methods*, 22(1), 6.
- Murphy, L.B. (1987). *Further reflections on resilience*. (Ed: E.J. Anthony ve B.J. Cohler) The Invulnerable Child. New York: The Guilford Press.
- Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Öğülmüş, S. (2001). Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık. 1. *Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları*. Ankara, 29-30 Mart 2001.
- Önder, F. C., & Yılmaz, Y. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde görülen kuraldışı davranışları yordamada yaşam doyumu ve anne-baba stillerinin rolü. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 12(3), 1737-1748.
- Öngen, B., Aytaç, S. (2013). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam değerleri ilişkisi. *Sosyoloji Konferansları*, 48, 1-18.
- Öz, F., Yılmaz, E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özdemir, Y., & Koruklu, N. (2013). İlk ergenlikte ana-babaya bağlanma, okula bağlanma ve yaşam doyumu. *İlköğretim Online*, 12(3), 836-848.
- Özyürek, A., & Demiray, K. (2011). Yurtta ve ailesi yanında kalan ortaöğretim öğrencilerinin kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 11(2), 247-256.
- Pallant, J. (2005). *SPSS survival guide: A step by step guide to data analysis using SPSS for Windows*. Open University Press, New York.
- Rossi, N.E.; Bisconti, T.L., Bergeman, C.S. (2007). The role of dispositional resilience in regaining life satisfaction after the loss of a spouse. *Death studies*, 31(10), 863-883.
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 21, 119-144.
- Sameroff, A. (2005). *Early resilience and its developmental consequences*. Tremblay RE, Barr RG, Peters RDeV, eds. Encyclopedia on Early Childhood Development, 1-6.
- Scheier, M.F., & Carver, C.S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Seligson, J.L., Huebner, E.S., & Valois, R.F. (2003). Preliminary validation of the brief multidimensional students' life satisfaction scale (BMSLSS). *Social Indicators Research*, 61(2), 121-145.
- Seydooğulları, Ü.S., Arıdağ, Ç.N., Koç, M. (2014). Lise öğrencilerinin ahlaki yargı yeteneklerinin anne-baba tutumları açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 47(2), 21-40.
- Siyez, D.M. (2006). Ergenlik döneminde intihar girişimleri: Bir gözden geçirme. *Kastamonu Education Journal*, 14(2), 413-420.

- Siyez, D.M., & Aysan, F. (2007). Ergenlerde görülen problem davranışların psiko-sosyal risk faktörleri ve koruyucu faktörler açısından yordanması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 145-171.
- Stewart, M., Reid, G., & Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, 12(1), 21-31.
- Terzi, Ş. (2005). *Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Terzi, Ş. (2007). Okullarda yaşanan şiddeti önleyici bir yaklaşım: Kendini toplama gücü. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(12), 73-81.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinde kendini toplama gücünün içsel koruyucu faktörlerle ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 297-306.
- Tuncer, M. (2011). Yükseköğretim gençliğinin gelecek beklentileri üzerine bir araştırma. *Electronic Turkish Studies*, 6(2), 933-946.
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 132-143.
- Tümkaya, S., Aybek, B., Çelik, M. (2007). KPSS'ye girecek öğretmen adaylarındaki umutsuzluk ve durumluk-sürekli kaygı düzeylerini yordayıcı değişkenlerin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 953- 974.
- Werner, E.E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 5(4), 503-515.
- Yılmaz, H., Sipahioğlu, Ö. (2012). Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi. *İlköğretim Online*, 11(4), 927-94.
- Yılmaz, İ.A., Dursun, S., Güzeller, E.G., Pektaş, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerinin belirlenmesi: Bir örnek çalışma. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 4(4), 16-26.



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE PREMENSTRUAL SENDROM VE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ*

Nazife BAKIR¹

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
ORCID:0000-0003-1324-0647

Hatice BALCI YANGIN²

Akdeniz Üniversitesi
ORCID:0000-0002-2827-1481

ÖZ

Premenstrual sendrom üreme çağındaki kadınlarla görülen problemlerden biridir. Bu çalışma, üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla tanımlayıcı, ilişki arayıcı olarak yapılmıştır. Çalışma, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi'nde 677 kız öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın verileri kişisel bilgi formu, Premenstrual Sendrom Ölçeği, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği-II kullanılarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdellik, ortalama, Chi-Square, Independent Samples t-test, Logistic regression analizi kullanılmıştır. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin yaş ortalaması 20.27±1.60'dır. Öğrencilerin yüzde 69.7'si eğitim fakültesinde öğrenim görmektedir. Katılımcıların menstruasyon öyküsü özellikleri değerlendirildiğinde; öğrencilerin yüzde 73.3'ü menarş yaşı 13-15 yaş arasında olduğunu (ortalama menarş yaşı 13.32±1.19), ortalama menstruasyon sıklığı 27.65±3.68, yüzde 76.4'ü menstruasyon süresi 5-7 gün arasında olduğu (ortalama menstruasyon süresi 5.86±1.38) ve yüzde 87.6'sı düzenli menstruasyon olduğunu, yüzde 81.4'ü de dismenore yaşadığını ifade etmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %62'sinin premenstrual sendrom yaşadığı saptanmıştır. Öğrencilerin Premenstrual Sendrom Ölçeği puan ortalaması 121.30±34.02, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği-II puan ortalaması 123.50±18.63 olarak saptanmıştır. Bu çalışmada; dismenore varlığı, yemeğin tadına bakmadan tuz kullanma, annenin premenstrual sendrom yaşaması kız öğrencilerde premenstrual sendrom prevalansını etkileyen faktörler olarak belirlenmiştir. Ayrıca Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği-II manevi gelişim ve beslenme davranışları alt boyutlarının da premenstrual sendrom prevalansını etkilediği saptanmıştır. Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom prevalansının yüksek, sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının ise orta düzeyde olduğu görülmüştür. Premenstrual sendromla baş etmek ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları geliştirmek için kadınların adölesan çağdan itibaren ele alınması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler

Premenstrual Sendrom, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları, Kız Öğrenci, Üniversite

THE RELATIONSHIP BETWEEN PREMENSTRUAL SYNDROME AND HEALTHY LIFESTYLE AMONG UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

This study was conducted descriptively and correlationally to examine the relationship between premenstrual syndrome and healthy lifestyle behaviors among university students. Premenstrual syndrome is one of the problems seen in women of reproductive age. A descriptive correlation study. The study was carried out with 677 female students at Mehmet Akif Ersoy University. The data were collected using personal information form, Premenstrual Syndrome Scale, Healthy Lifestyle Behaviors Scale-II. In the analysis of the data; percentage distribution, Chi-square test, Independent Samples t-test, and Logistic regression analysis were used. Average age of students included in the study is 20:27±1.60. 73.3 percent of the students were menarche age 13-15 years, mean menstrual period 27.65±3.68 years, 76.4 percent menstruation period between 5-7 days, 87.6 percent stated regular menstruation, 81.4 percent had experienced dysmenorrhea. Premenstrual syndrome was found in 62% of the participating students. Students' scores of Premenstrual Syndrome were 121.30 ± 34.02, scores of Healthy Lifestyle Behaviors Scale-II were 123.50±18.63. In this study, the presence of dysmenorrhea, using salt before tasting the dish, the mother's premenstrual syndrome were determined as factors affecting the premenstrual syndrome prevalence of female students. Healthy Lifestyle Behaviors Scale-II showed that spiritual development, feeding behavior lower sizes affected the premenstrual syndrome prevalence. As a result, it is seen that prevalence premenstrual syndrome prevalence is high and healthy lifestyle behaviors are at the medium level among university students. Women need to be addressed from ages of adolescence to cope with premenstrual syndrome, to promote healthy lifestyle behaviors.

Key Words

Premenstrual Syndrome, Healthy Lifestyle Behaviors, Female Student, University

*Bu makale Nazife BAKIR'ın Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde Doç. Dr. Hatice BALCI YANGIN'in tez danışmanlığında yazdığı yüksek lisans tezinin özetidir.

¹Dr. Öğr. Üyesi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Bucak Sağlık Yüksekokulu, e-mail: nazbakir@hotmail.com

²Doç. Dr., Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, e-mail: bhatice@akdeniz.edu.tr

Alıntılama: Bakır, N., Balci Yangin, H. (2019). Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 39-51.

Giriş

Pubertenin sona ermesiyle başlayan kadının fiziksel, psikolojik ve cinsel yönlerden olgunluğa eriştiği üreme çağı 30 yıl kadar devam etmektedir. Bu dönemde menstruasyona bağlı çeşitli sorunlar ortaya çıkmaktadır. Bunlardan biri de premenstrual sendromdur (PMS) (Taşkın, 2009). PMS menstrual siklusun luteal fazında beliren ve menstruasyondan 7-10 gün önce ortaya çıkan, menstruasyon ile hemen ortadan kalkan fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışlara ait önceden tahmin olanağı olan bir takım yakınmalardır (Öztürk 2008, Indusekhar et al., 2007). PMS'de 200'ün üzerinde farklı semptom tanımlanmaktadır (Campagne ve Campagne, 2007). Bunlardan en önemlileri; anksiyete, irritabilite, depresyon, kontrolünü kaybetme hissi, laterji, insomnia ya da hipersomnia gibi tipik psikolojik semptomlarla, mastalji, şişkinlik, kilo alma, eklem ağrısı gibi fiziksel semptomlar arasında değişen semptomlar olarak sıralanabilir (Indusekhar et al., 2007; Lu, 2001).

PMS otuzlu yaşlarda daha çok görüldüğü ileri sürülmesine rağmen, son yıllardaki çalışmalarda ergenlik döneminde menarştan sonraki birkaç yıl içinde de görüldüğü belirtilmiştir (Öztürk, 2008). Türkiye'de lise ve üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda, PMS prevalansının %42.7 ile % 67.5 arasında olduğu saptanmıştır (İnce, 2001; Tanrıverdi et al., 2010; Kırcan et al., 2010). Yurtdışında yapılan çalışmalarda da PMS belirtilerinin yaygın olduğu saptanmıştır. Eke ve arkadaşlarının Nijerya'daki üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, araştırmaya katılan öğrencilerin % 84.5'inin en az bir premenstrual belirtiyi yaşadığı belirlenmiştir (Eke et al., 2010). Dueñas ve arkadaşlarının 15-49 yaş arasındaki kadınlar üzerinde yaptıkları çalışmada ise, kadınların %73.7'sinin son 12 siklus boyunca PMS'nin bazı belirtilerini yaşadıkları bulunmuştur (Duenas et al., 2011). PMS ile ilgili yapılan çalışmalarda belirtilerin yoğunluğuna göre kadınların iş, ev ve okul yaşantılarının olumsuz şekilde etkilendiği saptanmıştır (İnce, 2001; Duenas et al., 2011; Dennerstein et al., 2010). PMS ile baş etmede tıbbi tedavinin yanı sıra yaşam biçim davranışlarının değiştirilmesi de etkili olmaktadır (Panay, 2005; Köse, 2009).

Sağlıklı yaşam biçimi, kişinin sağlığına etki eden tüm davranışlarını kontrol altına alması ve günlük aktivitelerini belirlemede sağlık statüsüne göre olan davranışları saptayarak düzenlemesidir (Ocakçı, 2003). Bunun için sigara, alkol ve madde kullanımı, hatalı beslenme, şiddet, sağlıksız kilo alıp verme ve iletişim problemleri gibi riskli davranışlardan kaçınması gerekmektedir (Yalçınkaya et al., 2007). PMS'nin hafif ve orta düzeyde belirtilerini ortadan kaldırmada düzenli egzersiz, sigara, alkol, kafein alımının azaltılması ve gevşeme egzersizlerinin etkili olduğu belirtilmektedir (Öztürk ve Tanrıverdi, 2010).

PMS şikâyetlerinin tanılanması, önlenmesi, azaltılması ya da başarılı tedavisi için bio-psiko-sosyal bir yaklaşımın gerekli olduğu kabul edilmektedir (Kızılkaya, 1994). Hemşire PMS'yi tanılamada ve PMS ile baş edebilmede anahtar kişidir (Taşkın, 2009). Menstruasyon ve bu dönemdeki şikâyetlerle baş etmede genç kızların adölesan dönemden itibaren bilgilendirilmesinin sağlanması gereklidir (Taşçı, 2006). Adölesan dönemde PMS'nin ciddi bir sağlık problemi olarak ele alınması, adölesanlara üreme organlarının anatomisi, fizyolojisi, menstruasyon ve menstrual siklus ve premenstrual şikâyetler hakkında eğitimin verilmesi gereklidir (Arıöz, 2009). Adölesanların kendi hayatları üzerinde kontrollerini sağlamaları ve PMS'nin yönetimi için diyetin uygun şekilde düzenlenmesi, egzersiz yapma ve stresi azaltma yöntemlerini uygulama gibi sağlıklı yaşam biçimi davranışları önerilmektedir (Breslin et al., 2003).

Türkiye de 15-49 yaş grubu kadınlarda (Pınar ve Öncel, 2011; Adıgüzel et al., 2007), çalışan kadınlarda (Demir et al., 2006; Gökçe, 2006), evli kadınlarda (Erbil et al., 2011), lise ve üniversite öğrencilerinde PMS prevalansını ve PMS'yi etkileyen faktörleri (Kırcan et al., 2010; Güneş et al., 1997, Kıvrak ve Taşkın, 2010), psikiyatrik bozukluğu olan kadınlarda PMS'yi (Polat ve Yücel, 2004; Veznedaroğlu et al., 2010), PMS ile depresyon riski arasındaki ilişkiyi (Yücel et al., 2009), PMS ile cinsiyet rolleri ve anksiyete arasındaki ilişkiyi (Gençdoğan, 2005), PMS'nin yaşam kalitesi üzerine etkisini (Eğicioğlu, 2008), premenstrual semptomların kontrolünde eğitimin etkisini (Arıöz, 2009) inceleyen birçok çalışma mevcuttur. Ancak üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkiyi

inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu araştırma, üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik veri sağlamak amacıyla planlanmıştır.

Yöntem

Araştırmanın Tipi

Araştırmanın evrenini, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Veterinerlik Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi ve Sağlık Yüksekokulu'nda lisans düzeyinde birinci öğretim programına kayıtlı toplam 2163 kız öğrenci oluşturmuştur. Yüksekokulun ve fakültelerin bölümleri ve sınıflarından örnekleme alınacak öğrenci sayıları da orantısız tabakalı rastgele örneklem belirleme yöntemi uygulanarak 677 kişi olarak belirlenmiştir. Örneklem büyüklüğü 0.05 hata payı ile %90 güçle hesaplanmıştır.

Araştırmaya Alınmama Kriterleri

Tanı konulmuş bir jinekolojik problemi olan, oral kontraseptif ya da antihipertansif ilaç kullanan ve evli olan öğrenciler araştırmaya dâhil edilmemiştir.

Etik Onay

Çalışmanın yürütülebilmesi için Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi'nden ve Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır. Çalışmanın amacı araştırmaya katılan öğrencilere açıklanmış, araştırmayı kabul eden katılımcılardan sözlü ve yazılı onam alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Veriler "Kişisel Bilgi Formu" ve "Premenstrual Sendrom Ölçeği" ve " Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği-II" kullanılarak toplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından literatüre dayalı olarak hazırlanan kişisel bilgi formunda öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini, menstruasyon öyküsünü ve PMS risk faktörlerini sorgulayan 16 soru bulunmaktadır. (Arıöz, 2009; Pınar ve Öncel, 2011; Demir et al., 2006; Gökçe, 2006; Eğicioğlu, 2008; Erbil et al., 2010).

Premenstrual Sendrom Ölçeği (PMSÖ): Premenstrual belirtilerin şiddetini ölçmek amacıyla Gençdoğan (2006) tarafından geliştirilmiştir. 44 maddeden oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçekte dokuz alt boyut bulunmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 44-220 arasındadır. Puanların yükselmesi premenstrual belirtilerin yoğunluğu anlamına gelmektedir (Gençdoğan, 2006). Bu çalışmada PMS ölçeğinin toplam puanlara ilişkin Cronbach Alfa katsayısı 0.89 olarak bulunmuştur.

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği-II: Bireyin sağlıklı yaşam biçimiyle ilişkili sağlığı geliştiren davranışlarını ölçmek amacıyla Walker ve arkadaşları (1987) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 1996'da Walker ve arkadaşları tarafından tekrar düzenlenmiş ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II olarak isimlendirilmiştir (Walker, 1987). Ölçek, 52 maddeden ve 6 boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 52-208 arasındadır. Ölçek toplam puanı sağlıklı yaşam biçimi davranışları puanını vermektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Bahar ve arkadaşları tarafından 2008'de yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri 0.92'dir (Bahar et al., 2008). Bu çalışmada Cronbach Alfa katsayısı 0.81 olarak bulunmuştur.

Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırma sonucunda elde edilen verilerin analizinde SPSS kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdeler, ortalama, Chi-Square, Independent Samples t-test, Logistic Regression Analizi kullanılmıştır. $p < 0.05$ ve $p < 0.01$ düzeyi istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular

Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri incelendiğinde; yaş ortalamaları 20.27 ± 1.60 'dir ve öğrencilerin %69.7'si eğitim fakültesinde öğrenim görmektedir. Katılımcıların menstruasyon öyküsü özellikleri değerlendirildiğinde; öğrencilerin

%73.3'ü menarş yaşı 13-15 yaş arasında olduğunu (ortalama menarş yaşı 13.32±1.19), ortalama menstruasyon sıklığı 27.65±3.68, %76.4'ü menstruasyon süresi 5-7 gün arasında olduğu (ortalama menstruasyon süresi 5.86±1.38) ve %87.6'sı düzenli menstruasyon olduğunu, %81.4'ü de dismenore yaşadığını ifade etmiştir. Ayrıca öğrencilerin %58.2'sinin araştırma verilerinin toplandığı tarihte menstrual sikluslarının son 10 günü içinde olduğu saptanmıştır.

Premenstrual sendrom risk faktörlerine göre incelendiğinde, öğrencilerin %77.7'sinin beden kitle indeksinin normal sınırlar içinde olduğu, %60.9'nun kahve tükettiği, %88.2'si sigara kullanmadığı, %80.4'ünün alkol kullanmadığı saptanmıştır. Öğrencilerin %32.6'si, yemeğin tadına bakmadan tuz kullandığını, %46.5'si annesinin premenstrual şikâyetleri olduğunu ve kız kardeşi olan öğrencilerin %65'i de kız kardeşinde premenstrual şikâyetlerin olduğunu ifade etmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin PMSÖ'den Aldıkları Puan Ortalamaları ve PMS prevelansı

Alt boyut	Ölçekten Alınabilecek Min-Max	Öğrencilerin Aldığı Min-Max	Ortalama±Ss	Madde Puan Ortalaması	PMSÖ'den %50 üzerinde puan alanlar
					PMS Prevelans (%)
Depresif Duygulanım	7-35	7-35	20.32±6.54	2.90	69.6
Anksiyete	7-35	7-35	14.95±6.15	2.13	31.5
Yorgunluk	6-30	6-30	18.19±5.90	3.03	65.9
Sinirlilik	5-25	5-25	15.67±5.41	3.13	71.3
Depresif Düşünceler	7-35	7-35	16.63±7.03	2.37	42.8
Ağrı	3-15	3-15	8.49±3.12	2.83	64.1
İştah Değişimleri	3-15	3-15	9.40±3.43	3.13	69.9
Uyku Değişimleri	3-15	3-15	8.17±3.38	2.72	54.7
Şişkinlik	3-15	3-15	9.44±3.71	3.14	65.3
Toplam	44-220	44-220	121.30±34.2	2.75	62.0

Tablo 1'de öğrencilerin PMSÖ'den aldıkları puan ortalamaları ve PMS prevelansı verilmiştir. Öğrencilerin PMSÖ'den aldıkları toplam puan ortalaması 121.30±34.02 olarak ve PMS prevelansı ise %62'i olarak saptanmıştır. Ölçeğin alt boyutlarını incelendiğinde; %71.3'ünde sinirlilik, %69.9'unda iştah değişimleri, %69.6'sında depresif duygulanım, %65.9'unda yorgunluk, %65.3'ünde şişkinlik, %64.1'inde ağrı, %54.7'sinde uyku değişimleri, %42.8'inde depresif düşünceler, %31.5'inde anksiyete problemi olduğu saptanmıştır.

Tablo 2. Öğrencilerin SYBDÖ II'den Aldıkları Puan Ortalamaları

Alt boyut	Ölçekten Alınabilecek Min-Max	Öğrencilerin Aldığı Min-Max	Ortalama±SS	Madde Puan Ortalaması
Sağlık Sorumluluğu	9-36	9-34	18.73±4.73	2.08
Fiziksel Aktivite	8-32	8-32	15.03±4.56	1.87
Beslenme	9-36	12-34	19.34±3.73	2.14
Kişilerarası İlişkiler	9-36	12-36	25.58±4.64	2.84
Manevi Gelişim	9-36	14-36	26.21±4.63	2.91
Stres Yönetimi	8-32	9-31	18.60±3.56	2.32
Toplam	52-208	74-190	123.50±18.63	2.37

Tablo 2'de öğrencilerin SYBDÖ-II'den aldıkları puan ortalamaları verilmiştir. Öğrencilerin SYBDÖ-II'den aldıkları puan ortalaması 123.50±18.63 olarak saptanmıştır.

Tablo 3. Öğrencilerde PMS Varlığını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi

Değişkenler	≤110		PMSÖ		≥111		X ²	p
	n	%	n	%	n	%		
Yaş								
17-19	94	42.3	128	57.7	2.789	0.248		
20-22	144	36.1	255	63.9				
23-26	19	33.9	37	66.1				
Fakülte/Yüksekokul								
Eğitim Fakültesi	176	37.3	296	62.7	1.600	0.659		
Fen Edebiyat Fakültesi	32	44.4	40	55.6				
Veteriner Fakültesi	8	33.3	16	67.7				
Sağlık Yüksekokulu	41	37.6	68	62.4				
Menarş Yaşı								
10-12 yaş	51	32.5	106	67.5	4.886	0.087		
13-15 yaş	200	40.3	296	59.7				
16-17 yaş	6	20.0	18	75.0				
Menstrual Siklus								
Düzensiz	28	33.3	56	66.7	0.872	0.350		
Düzenli	229	38.6	364	61.4				
Menstruasyon Süresi								
2-4 gün	29	29.6	69	70.4	4.903	0.086		
5-7 gün	208	40.2	309	59.8				
8-10 gün	20	32.3	42	67.7				
Premenstrual dönemde olma durumu								
Evet	85	30.9	190	69.1	10.284	0.001		
Hayır	170	43.1	224	56.9				
Dismenore								
Evet	191	34.7	360	65.3	13.668	0.000		
Hayır	66	52.4	60	47.6				
BKI								
<18.5	34	40.5	50	59.5	0.987	0.610		
18.5-24.9	201	38.2	325	62.8				
25.0-29.9	22	32.8	45	67.2				
Kahve Tüketim								
Evet	142	34.5	270	65.5	5.461	0.019		
Hayır	115	43.4	150	56.6				
Sigara Kullanım Durumu								
Evet	27	33.8	53	66.3	0.683	0.408		
Hayır	230	38.5	367	61.5				
Alkol Kullanım Durumu								
Evet	39	29.8	92	70.2	4.753	0.029		
Hayır	218	40.1	326	59.9				
Yemeğin Tadına Bakmadan Tuz Kullanma								
Evet	56	25.3	165	74.7	22.196	0.000		
Hayır	201	44.1	255	55.9				
Annede Premenstrual Şikâyet Varlığı								
Evet	82	26.0	233	74.0	35.600	0.000		
Hayır	175	48.3	187	51.7				
Kız Kardeşte Premenstrual Şikâyet Varlığı								
Evet	103	35.5	187	64.5	0.561	0.454		
Hayır	61	39.1	95	60.9				

(Chi-Square)

Tablo 3'te üniversite öğrencilerinde PMS varlığını etkileyen faktörler incelenmiştir. Veriler toplanırken premenstrual dönemde olan öğrencilerin %69.1'i (p=0.001, X²=10.284), dismenore şikâyeti olan öğrencilerin %65.3'ü (p=0.000, X²=13.668) PMS yaşamaktadır. Yine kahve tüketen öğrencilerin %65.5'i (p=0.019, X²=5.461), alkol kullanan öğrencilerin %70.2'si (p=0.029, X²=4.753), yemeğin tadına bakmadan tuz

kullanan öğrencilerin %74.7'si ($p=0.000$, $X^2=22.196$) ve annesinde premenstrual şikâyeti olan öğrencilerin %74'ü ($p=0.000$, $X^2=35.600$) PMS yaşamaktadır. Bu bulguların lojistik regresyonu tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Öğrencilerde PMS Varlığını Etkileyen Faktörlerin Lojistik Regresyon Analizi

Değişkenler	B	Wald	p	OR	%95
Premenstrual dönemde olma					
Premenstrual dönemde değil	--	--	--	--	--
Premenstrual dönemde	0.517	8.512	0.004	1.677	1.185-2.373
Dismenore					
Hayır	--	--	--	--	--
Evet	0.484	5.136	0.023	1.622	1.068-2.466
Kahve Tüketim					
Hayır	--	--	--	--	--
Evet	0.215	1.450	0.229	1.240	0.874-1.760
Alkol Kullanma					
Hayır	--	--	--	--	---
Evet	0.192	0.703	0.402	1.211	0.774-1.896
Yemeğin Tadına Bakmadan Tuz Kullanma					
Hayır	--	--	--	--	---
Evet	0.882	20.213	0.000	2.415	1.644-3.547
Annede Premenstrual Şikâyet Varlığı					
Hayır	--	--	--	--	---
Evet	0.820	21.429	0.000	2.272	1.605-3.215
Sabit	-0.640	2.966	0.085	0.527	

Veriler toplanırken premenstrual dönemde olan öğrencilerde PMS görülme riski, premenstrual dönemde olmayan öğrencilere göre 1.68 kat daha fazladır ($p=0.004$). Dismenore yaşayan öğrencilerde PMS görülme riski, dismenore yaşamayan öğrencilere göre 1.62 kat daha fazladır ($p=0.023$). Yemeğin tadına bakmadan tuz kullanan öğrencilerde PMS görülme riski, yemeğin tadına bakmadan tuz kullanmayan öğrencilere göre 2.41 kat daha fazladır ($p=0.000$). Annesinde premenstrual şikâyeti olan öğrencilerde PMS görülme riski annesinde premenstrual şikâyeti olmayan öğrencilere göre 2.27 kat daha fazladır ($p=0.000$).

Tablo 5. Öğrencilerde PMS Varlığını Etkileyen SYBD'nin İncelenmesi

Değişkenler	≤110	PMSÖ	≥111	t	p
	Ortalama±Ss		Ortalama±Ss		
Sağlık Sorumluluğu	18.38±4.58		18.94±4.81	-1.513	0.131
Fiziksel Aktivite	14.70±4.65		15.23±4.49	-1.483	0.138
Beslenme	18.75±3.62		19.70±3.75	-3.242	0.001
Kişilerarası İlişkiler	26.38±4.45		25.10±4.70	3.521	0.000
Manevi Gelişim	27.15±4.46		25.63±4.64	4.204	0.000
Stres Yönetimi	18.60±3.59		18.60±3.55	0.011	0.991
SYBDO-II	123.98±18.08		123.22±18.98	0.514	0.607

(independent samples t-test)

Tablo 5'te üniversite öğrencilerinde PMS varlığını etkileyen sağlıklı yaşam biçimi davranışları incelenmiştir. PMS olan öğrencilerin SYBDÖ-II'nin alt boyutu olan beslenme puan ortalaması, PMS olmayan öğrencilerin beslenme puan ortalamasından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksektir ($p=0.001$). PMS olan öğrencilerin SYBDÖ-II'nin alt boyutu olan kişilerarası ilişkiler ve manevi gelişim puan ortalamaları, PMS olmayan öğrencilerin kişilerarası ilişkiler ve manevi gelişim puan ortalamalarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşüktür ($p=0.000$). Bu bulguların lojistik regresyonu tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6. Öğrencilerde PMS Varlığını Etkileyen SYBD'nin Lojistik Regresyon Analizi

Değişkenler	B	Wald	p	OR	% 95 Güven Aralığı
Sağlık Sorumluluğu	0.028	1.467	0.226	1.028	0.983-1.076
Fiziksel Aktivite	-0.017	0.551	0.458	0.983	0.940-1.028
Beslenme	0.102	12.590	0.000	1.108	1.047-1.172
Kişilerarası ilişkiler	-0.043	2.620	0.106	0.957	0.908-1.009
Manevi Gelişim	-0.094	11.323	0.001	0.910	0.861-0.961
Stres Yönetimi	0.039	1.455	0.228	1.040	0.976-1.108
Sabit	1.136	3.707	0.054	3.114	

Öğrencilerin SYBDÖ-II alt boyutu olan beslenme puanı arttıkça PMS görülme riski 1.11 kat oranında artmakta iken, SYBDÖ-II alt boyutu manevi gelişim puanı arttıkça PMS görülme riski 1.10 kat oranında azalmakta olduğu saptanmıştır.

Tartışma ve Sonuç

PMS otuzlu yaşlarda daha çok görüldüğü ileri sürülmesine rağmen, son yıllardaki çalışmalarda ergenlik döneminde de yaygın olarak görüldüğü belirtilmiştir (Öztürk, 2008; İnce, 2001; Tanrıverdi et al., 2010; Kırcan et al., 2010; Eke et al., 2010). Çalışmalar, premenstrual belirtilerin kadınların iş, ev ve okul yaşantılarını olumsuz şekilde etkilediğini göstermektedir (İnce, 2001; Duen̄as et al., 2011, Dennerstein et al., 2010). Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan bu araştırmada öğrencilerin %62'sinde PMS görüldüğü saptanmıştır. Tanrıverdi ve arkadaşlarının çalışmasında öğrencilerdeki PMS prevalansı %67.5, Kırcan ve arkadaşlarının çalışmasında %60.1 olarak belirlenmiştir (Tanrıverdi et al., 2010; Kırcan et al., 2010). Silva ve arkadaşlarının çalışmasında PMS prevalansı %60.3 olarak bulunmuştur (Silva et al., 2006). Houston ve arkadaşlarının çalışmasında da adolesanlarının %84.3'ünün PMS yaşadığı saptanmıştır (Houston et al., 2006).

Araştırmamızda öğrencilerin %71.3'ünde sinirlilik, %69.9'unda iştah değişimleri, %69.6'sında depresif duygulanım, %65.9'unda yorgunluk, %65.3'ünde şişkinlik, %64.1'inde ağrı, %54.7'sinde uyku değişimleri, %42.8'inde depresif düşünceler, %31.5'inde anksiyete problemi olduğu saptanmıştır. Tanrıverdi ve arkadaşlarının çalışmasında, öğrencilerin %82'sinde iştah değişimi, %78'inin sinirlilik, %72.8'inin ağrı, %69'unun şişkinlik, %66'sının yorgunluk, %61.1'inin depresif duygulanım, %55.9'unun uyku değişimi, %52.5'inin depresif düşünceler ve %29.6'sının anksiyete deneyimlediği saptanmıştır (Tanrıverdi et al., 2010). PMSÖ kullanılarak yapılan bir başka çalışmada da öğrencilerin %68.3'ünde iştahta değişiklik, %65.7'sinde sinirlilik, %65.3'ünde şişkinlik, %47.7'sinde yorgunluk, %61.7'sinde ağrı, %51.3'ünde depresif duygular, %46.7'sinde uyku alışkanlığında değişiklik, %34'ünde depresif düşünceler ve %18.7'sinde anksiyete görüldüğü saptanmıştır (Erbil et al., 2010). Nijerya'daki 200 üniversite öğrencisi ile yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %85.5'inin PMS'yi yaşadığı ve en yaygın belirtilerin alt karın ağrısı, yüzde şişkinlik/sivilce, memelerde hassasiyet/ağrı, depresyon/ gerilim olduğu bulunmuştur (Antai et al., 2004). Eke ve arkadaşlarının üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada ise öğrencilerin %84.5'inin en az bir premenstrual belirtiyi yaşadığı belirlenmiştir (Eke et al., 2010). Araştırma bulguları ile literatür bilgileri benzerlik göstermektedir. Birçok kadında premenstrual şikâyetler dismenore ile birlikte görülmektedir (Taşçı, 2006; Demir et al., 2006). Araştırmamızda, dismenore yaşayan öğrencilerde PMS görülme riski, dismenore yaşamayan öğrencilere göre 1.62 kat daha fazla olduğu saptanmıştır. Yamamoto ve arkadaşlarının Japon öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada da dismenoresi olanların premenstrual şikâyetleri daha fazla yaşadığı saptanmıştır (Yamamoto et al., 2009). Pınar ve ark., dismenoresi olan öğrencilerde PMS'nin, dismenoresi olmayan öğrencilerden daha fazla görüldüğünü saptamışlardır (Pınar, 2011). Bu çalışmalar, araştırma sonuçlarımızı destekler nitelikte olmakla birlikte, dismenore ile PMS arasında ilişki saptanmayan çalışmalar da vardır (Rupani et al., 1993; Freeman et al., 1993).

Kafein alımının azaltılmasının premenstrual belirtilerin hafifletilmesinde etkili olduğu düşünülmektedir (Öztürk ve Tanrıverdi, 2010; Scholten ve Purcell, 2010; Kohnle ve Puzanov, 2010). Çünkü kafeinin uyarıcı etkisi vardır ve stres, sinirlilik ve duygusal değişikliği arttırmaktadır (Deuster et al., 1999). Araştırmamızda kahve tüketiminin ki-kare analizinde anlamlı çıktığı, fakat lojistik regresyonda PMS varlığını etkilemediği görülmektedir. Demir ve arkadaşlarının çalışmasında, çay, kahve, kolalı içecek içme miktarı ile PMS arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Demir et al., 2006).

Araştırmamızda sigara ve alkol kullanımının PMS varlığını etkilemediği görülmektedir. Hirokawa, Japon adölesanlar üzerine yaptığı çalışmasında sigara kullananlarda, sigara kullanmayanlara göre premenstrual dönemdeki ağrı, konsantrasyon, davranış değişimleri, otonom reaksiyonlar, sıvı retansiyonu, negatif duygulanım problemlerinin daha fazla olduğunu ve yine alkol kullananlarda premenstrual dönemdeki konsantrasyon, davranış değişimleri, otonom reaksiyonlar, sıvı retansiyonu, negatif duygulanım problemlerinin alkol kullanmayanlara göre daha fazla olduğunu saptamıştır (Hirokawa, 2011). Johnson ve arkadaşları, erken yaşlarda alkole başlamış ve uzun süre alkol kullanımının PMS ve PMDB riskini artırabileceğini saptamışlardır (Johnson et al., 2010). Cohen ve arkadaşları (2002), PMDB olan kadınlarda sigara kullanımının PMDB olmayan kadınlardan daha fazla olduğunu saptamışlardır. Deuster ve arkadaşları ise 5 yıl ve üzeri süredir sigara kullananlarda PMS prevalansının 5 yıldan daha az süredir sigara kullananlara göre daha yüksek olduğunu saptamışlardır (Deuster et al., 1999). Çalışmamızın sonuçları literatür bilgileriyle uyusmamaktadır.

PMS'nin genetik faktörler ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar vardır (Dalton, 1987; Condon, 1993; Demir et al., 2006; Poyrazoğlu et al., 2010). Araştırmamızda annesinde premenstrual şikâyeti olan öğrencilerde PMS görülme riskinin annesinde premenstrual şikâyeti olmayan öğrencilere göre 2.27 kat daha fazla olduğu saptanmıştır. Karavuş ve arkadaşlarının üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada ailesinde PMS öyküsü olan öğrenciler PMS'nin, ailesinde PMS öyküsü olmayanlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır (Karavuş et al., 1997). Shirmohammadi ve arkadaşları çalışmasında PMS'li grubun %61.4'ünde ailede PMS öyküsünün olduğunu, sağlıklı grubun %82.1'inde ailede PMS öyküsü olmadığını saptamışlardır (Shirmohammadi et al., 2009). Bu araştırma bulguları ile literatür bilgileri paralellik göstermektedir.

Tuz, kafein, çikolata, alkol, yağ gibi belirli yiyecek ve içeceklerin alımının düzenlenmesi PMS semptomlarının azalmasına yardımcı olabilir (Andrzej, 2006). PMS ile baş etmede tuz alımının 3gr/gün altına düşürülmesinin memelerde hassasiyet ve şişkinlik şikâyetlerini azaltmada etkili olduğu düşünülmektedir (Bussell, 1998). Arıöz'ün çalışmasında öğrencilerin yemeğin tadına bakmadan tuz kullanımı ile PMSÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır (Arıöz, 2009). Pınar ve arkadaşlarının çalışmasında da yemeğin tadına bakmadan tuz kullanan öğrenciler ile kullanmayanlar arasında PMSÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Pınar et al., 2011). Araştırmamızda literatürden farklı olarak; yemeğin tadına bakmadan tuz kullanan öğrencilerde PMS görülme riskinin, yemeğin tadına bakmadan tuz kullanmayan öğrencilere göre 2.41 kat daha fazla olduğu saptanmıştır.

Sağlığı geliştirmede etkili olan fiziksel aktivite premenstrual semptomların hafifletilmesinde de kullanılan bir yöntemdir (Lentz, 2007). Düzenli egzersiz yapma, duygudurum üzerinde pozitif etki eden endorfin salınımını arttırmaktadır (Gundersen, 2001). Ayrıca estrogen seviyesini ve katekolemin sirkülasyonunu da düşürmekte ve glikoz torelansını düzeltmede de etkilidir (Low Dog, 2007). PMS üzerine yapılan bazı çalışmalar egzersizin premenstrual şikâyetleri azaltmada olumlu etkisi olduğunu göstermektedir. Bayram'ın çalışmasında sporcu bayanlarda PMS şikâyetlerinin sedanter bayanlara göre daha az görüldüğü saptanmıştır (Bayram, 2007). Ghanbari ve arkadaşlarının çalışmasında da egzersizin PMS'nin psikolojik, fiziksel ve emosyonel semptomlarının giderilmesinde olumlu etki yaptığını saptamıştır (Ghanbari et al., 2008). Bununla birlikte Silva ve arkadaşlarının

çalışmasında, boş zamanlarda fiziksel aktivite yapma ile premenstrual sendrom arasında ilişki saptanmamıştır (Silva et al., 2006). Bir başka çalışmada da düzenli spor yapma durumunun PMS sıklığına önemli bir etkisi olmadığı saptanmıştır (Poyrazoğlu et al., 2010). Bizim araştırmamızda da fiziksel aktivitenin PMS üzerinde etkisi olmadığı saptanmıştır. PMS'nin tedavisinde sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılmasının etkili olduğu düşünülmektedir (Scholten ve Purcell, 2010; Kohnle ve Puzanov, 2010). Sağlıklı beslenmenin bir unsuru olan basit şekerler yerine kompleks karbonhidrat alımının artırılmasının ve az yağlı bitkisel diyetlerin tercih edilmesinin premenstrual şikâyetleri azaltma da etkili bir yöntem olduğu bilinmektedir (Lentz, 2007). Bununla birlikte Erbil ve arkadaşlarının çalışmasında, yeterli ve dengeli beslenenlerle yeterli ve dengeli beslenmeyenlerin PMS prevalansları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır (Erbil et al., 2010). Bir başka çalışmada da, süt ürünleri tüketiminin PMS sıklığında önemli bir etkisi bulunmadığı saptanmıştır (Poyrazoğlu et al., 2010). Hirokawa, çalışmasında süt ürünleri tüketimi arttıkça premenstrual dönemdeki davranış değişimleri, sıvı retansiyonu şikâyetlerinin arttığını ve bitkisel diyetin sıvı retansiyonunu arttırdığını saptamıştır (Hirokawa, 2011). Erci ve arkadaşları beslenme davranışı arttıkça premenstrual dönemdeki otonomik fiziksel değişimlerin arttığını saptamışlardır (Erci et al., 1999). Bizim çalışmamızda da SYBDÖ-II alt boyutlarından beslenme puanı arttıkça PMS görülme riskinin 1.11 kat oranında arttığı saptanmıştır.

Araştırmamızda SYBDÖ-II alt boyutlarından manevi gelişim puanı arttıkça PMS görülme riskinin 1.10 kat oranında azaldığı saptanmıştır (Tablo 6). Literatürde manevi gelişim ile premenstrual sendromun karşılaştırıldığı çalışmaya ulaşılamamıştır. Araştırmamızda t-test sonuçlarına göre PMS olan öğrencilerin kişilerarası ilişkiler puan ortalamasının PMS olmayan öğrencilerin kişilerarası ilişkiler puan ortalamasının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır. Fakat lojistik regresyon analizinde kişilerarası ilişkinin PMS varlığını etkilemediği görülmüştür. Choi ve arkadaşları, premenstrual semptomların; kadınların iş, okul, ev ve boş zaman aktivitelerini, sosyal-seksüel yaşamlarını, aile/partner ilişkilerini olumsuz şekilde etkilediğini saptamışlardır. (Choi et al., 2010). Rizk ve arkadaşları çalışmasında, PMS'li adolosanların "Diğer insanlara karşı tahammülsüz müsünüz?" sorusuna PMS'li olmayan adolosanlara göre daha fazla olumlu yanıt verdiklerini saptamışlardır (Rizk et al., 2006). Butsripoom ve arkadaşları, Tayland'lı hemşireler üzerinde yaptığı çalışmasında, hemşirelerin %78.9'u premenstrual dönemdeki iritabilite ile baş etme yöntemi olarak diğer insanlarla geçirilen zamanı azalttıklarını belirtmişlerdir (Butsripoom et al., 2009).

Stres yönetimi ve rahatlama yöntemlerinin PMS'nin tedavisinde etkin olduğunu ortaya koyan yeterince bulgu yoktur (O'Brien et al., 2011). Bununla birlikte rahatlama yöntemleri, nefes alma egzersizleri, masaj, meditasyon, yoga, müzik ve sıcak su banyoları ile yaşanan stres kontrol edilebilecek, böylelikle premenstrual problemlerin hafifleyeceği düşünülmektedir (Scholten ve Purcell, 2010). Sadler ve arkadaşları, yüksek stres düzeyinin premenstrual sendrom prevalansını arttırdığını saptamıştır (Sadler et al., 2010). Yamamoto ve arkadaşları, stress düzeyinin artmasının premenstrual semptomları arttırdığını saptamışlardır (Yamamoto et al., 2009). Deuster ve arkadaşları, stres düzeyi orta/yüksek seviyede olan kadınlarda PMS prevalansının daha fazla görüldüğünü saptamıştır (Deuster et al., 1999). Literatür bilgilerinden farklı olarak bizim çalışmamızda ise stres yönetiminin PMS varlığını etkilemediği görülmüştür. Araştırmamızın sonucunda; üniversite öğrencilerinin yarısından fazlasının PMS yaşadığı saptanmıştır. Dismenore varlığı, yemeğin tadına bakmadan tuz kullanma, annenin premenstrual sendrom yaşaması; kız öğrencilerde premenstrual sendrom prevalansını arttıran faktörler olarak belirlenmiştir. Ayrıca Üniversite öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Son olarak; SYBDÖ-II alt boyutlarından beslenme puanı arttıkça PMS görülme riskinin arttığı, SYBDÖ-II alt boyutlarından manevi gelişim puanı arttıkça PMS görülme riskinin ise azaldığı belirlenmiştir.

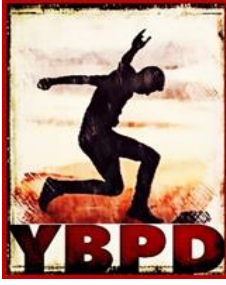
Kaynakça

- Adıgüzel, H., Taşkın, E.O., Danacı A.E. (2007). Manisa ilinde premenstrüel sendrom belirti örüntüsü ve belirti yaygınlığının araştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 215-222.
- Andrzej, M., Diana, J. (2006). Premenstrual syndrome: From etiology to treatment. *Maturitas*, 55(1), 47-54.
- Antai, A.B., Udezi, A.W., Ekanem, E.E., Okon, U.J., & Umoiyoho, A.U. (2004). Premenstrual syndrome: Prevalence in students of the University of Calabar, Nigeria. *African Journal of Biomedical Research*, 7(2), 45-50.
- Ariöz, A. (2009). *Premenstrual sendrom sorunu olan üniversite öğrencilerinde pms semptomlarının kontrolü ve yaşam kalitesinin artırılmasında eğitimin etkinliği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Bahar, Z., Beser, A., Gördes, N., Ersin, F.& Kıssal, A. (2008). Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği-II'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Cumhuriyet University School of Nursing*, 12(1), 1-13.
- Bayram, O.G. (2007). Sporcuların premenstrual sendrom yönünden sedanter bayanlarla karşılaştırılması, *Bakırköy Tıp Dergisi*, 3, 104-110.
- Breslin, E.T. & Lucas, V.A. (2003). *Women's health nursing toward evidence-based practice*. Saunders & Elsevier Science, Missouri, 513-514.
- Bussell, G. (1998). Premenstrual syndrome and diet. *Journal of Nutritional & Environmental Medicine* 8, 65-75.
- Butsripoom, B., Hanucharurnkul, S., Arpanantikul, M., Choktanasiri, W., Vorapongsathorn, T., & Sinsuksai, N. (2009). Premenstrual syndrome among Thai nurses: Prevalence, impact and self-management strategies. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 13(4), 285-301.
- Campagne, D.M., & Campagne, G. (2007). The premenstrual syndrome revisited. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 130(1), 4-17.
- Choi, D., Lee, D.Y., Lehert P., Lee, I.S.& Kim, S.H. Dennerstein, L. (2010). The Impact of premenstrual symptoms on activities of daily life in Korean women. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 31(1), 10-15.
- Cohen, L.S, Soares, C.N., Otto, M.W., Sweeney, B.H., Liberman, R.F. & Harlow, B.L. (2002). Prevalence and predictors of premenstrual dysphoric disorder in older premenopausal women the harward study of moods and cycles. *Journal of Affective Disorders*, 70(2), 125-132.
- Condon, J.T. (1993). The premenstrual syndrome: A twin study. *The British Journal of Psychiatry*, 162(4), 481-486.
- Dalton, K., Dalton, M. E., & Guthrie, K. (1987). Incidence of the premenstrual syndrome in twins. *British Medical Journal (Clinical research ed.)*, 295(6605), 1027-1028.
- Demir, B., Yıldız Algül, L. & Güvendağ Güven, E.S. (2006). Sağlık çalışanlarında premenstrüel sendrom insidansı ve etkileyen faktörlerin araştırılması. *Türkiye Jinekoloji ve Obstetrik Derneği Dergisi*, 3(4), 262-270.
- Dennerstein, L., Lehert, P., Bäckström, T. C., & Heinemann, K. (2010). The effect of premenstrual symptoms on activities of daily life. *Fertility and Sterility*, 94(3), 1059-1064.
- Deuster, P.A., Adera, T., & South-Paul, J. (1999). Biological, social, and behavioral factors associated with premenstrual syndrome. *Archives of Family Medicine*, 8(2), 122-128.
- Dueñas, J. L., Lete, I., Bermejo, R., Arbat, A., Pérez-Campos, E., Martínez-Salmeán, J., ... & Coll, C. (2011). Prevalence of premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric

- disorder in a representative cohort of Spanish women of fertile age. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 156(1), 72-77.
- Eğicioğlu, H. (2008). *Üreme çağındaki kadınlarda premenstrual sendromun yaşam kalitesine etkisinin araştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Afyon: Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Eke, A.C., Akabuike, J.C., & Maduekwe, K. (2011). Predictors of premenstrual syndrome among Nigerian university students. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 112(1), 63-71.
- Erbil, N., Bölükbaşı, N., Tolan, S. & Uysal, F. (2011). Evli kadınlarda premenstrual sendrom görülme durumu ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 428-38.
- Erbil, N., Karaca, A. & Kırış, T. (2010). Investigation of premenstrual syndrome and contributing factors among university students. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 40(4), 565-573.
- Erci, B., Okanlı, A., Kılıç, D. (1999). Premenstrual sendromun sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve depresyon düzeyi ile ilişkisi. *Journal of Anatolia Nursing and Health Sciences*, 2(2), 14-26.
- Freeman, E.W., Rickels, K. & Sondheimer, S.J. (1993). Premenstrual symptoms and dysmenorrhea in relation to emotional distress factors in adolescents. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 14(1), 41-50.
- Gençdoğan, B. (2005). Premenstrüel disforik bozukluk ile cinsiyet rolleri ve anksiyete arasındaki ilişkiler. *Journal of Graduate School of Social Sciences*, 5(1), 235-247.
- Gençdoğan, B. (2006). Premenstrual sendrom için yeni bir ölçek. *Türkiye'de Psikiyatri*, 8(2), 81-87.
- Ghanbari, Z., Manshavi, F.D., Jafarabadi, M. (2008). The effect of three months regular aerobic exercise premenstrual syndrome. *Journal of Family and Reproductive Health*, 2(4), 167-171.
- Gökçe, G. (2006). Bir grup çalışan kadında premenstrual semptom görülme sıklığı ve etkileyen faktörler. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin: Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Gundersen, D.C. (2001). *Premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric disorder, disorders associated with pregnancy and menstruation*. (J Jacobson): Psychiatric Secrets, 2nd ed., Hanley and Belfus, 343-351.
- Güneş, G., Pehlivan, E., Genç, M. & Eğri, M. (1997). Malatya'da lise öğrencilerinde premenstrual sendrom sıklığı. *Turgut Özal Tıp Merkezi Dergisi*, 4(4), 403-406.
- Hirokawa, K. (2011). Premenstrual symptoms in young Japanese women: Agency, communion and lifestyle habits. *Sex Roles*, 65(1-2), 56-68.
- Houston, A.M., Abraham, A., Huang, Z., & D'Angelo, L.J. (2006). Knowledge, attitudes, and consequences of menstrual health in urban adolescent females. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 19(4), 271-275.
- Indusekhar, R., Umsan, S.B. & O'Brien, S. (2007). Psychological aspects of premenstrual syndrome. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics and Gynaecology*, 21(2), 207-220.
- İnce, N. (2001). Adolesan dönemde premenstrüel sendrom. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 21(5), 369-373.
- Johnson. E.R.B., Hankinson. S.E., Willet. W.C., Johnson. S.R. & Manson, J.E. (2010). Adiposity and the development of premenstrual syndrome. *Journal of Women's Health*, 19(11), 1955-1962.
- Karavuş, M., Cebeci, D., Bakırcı, M. & Hayran, O. (1997). Üniversite öğrencilerinde premenstrüel sendrom. *Türkiye Klinikleri J Med Sci*, 17, 184-190.

- Kırcan, N., Ergin, F., Adana, F., Arslantaş, H. (2010). Hemşirelik bölümü öğrencilerinde premenstrual sendrom görülme durumu ve yaşam kalitesi üzerine etkisi. *13. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi, İzmir*, 151.
- Kıvrak, A.O., Taşgın, Ö. (2010). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören kız öğrencilerin premenstrüel sendrom düzeyleri. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15, 110-119.
- Kızılkaya, N. (1994) *Perimenstrual şikayetlerin hafifletilmesinde hemşirelik girişimlerinin etkinliği*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kohnle, D. & Puzanov, I. (2010). *Premenstrual dysphoric disorder*. Health Library: Evidence-Based Information.
- Köse, S. (2009). *Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom görülme durumu ve baş etme yöntemlerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Lentz, G.M. (2007). Primary and secondary, dysmenorrhea, premenstrual syndrome, and premenstrual dysphoric disorder etiology, diagnosis, management. *Reproductive Endocrinology and Infertility*, 36, 901-914.
- Low Dog, T. (2007). *Premenstrual syndrome*. (Rakel D., ed) Integrative Medicine, Saunders Elsevier, Philadelphia, Second Edition, 55, 602-611.
- Lu, Z.Y.J. (2001). The relationship between menstrual attitudes and menstrual symptoms among Taiwanese women. *Journal of Advanced Nursing*, 33(5), 621-628.
- O'Brien, S., Rapkin, A., Dennerstein, L., Nevatte, T. (2011). Diagnosis and management of premenstrual disorders. *BMJ*, 342(2994), 1-10.
- Ocakçı, A. (2003). Sağlığın korunma ve geliştirilmesinde hemşirelik hizmetlerinin rolü. *Sağlık ve Toplum Dergisi*, 10(2), 20-27.
- Öztürk Can, H. (2008). *Menstrüel siklus bozuklukları*. Kadın Sağlığı. (Şirin A., ed.) Bedray Basın Yayıncılık, İstanbul, s.168-171.
- Öztürk, S., Tanrıverdi, D. (2010). Premenstrual sendrom ve baş etme. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(1), 52-57.
- Panay, N. (2005). Managing premenstrual syndrome. *Women's Health Medicine*, 2(3), 1-4.
- Pınar, A. & Öncel, S. (2011). 15-49 yaş grubu kadınlarda premenstrual sendrom görülme sıklığı. *Türkiye Klinikleri J Gynecol Obst*, 21(4), 227-237.
- Pınar, G., Colak, M. & Oksuz, E. (2011). Premenstrual Syndrome in Turkish college students and its effects on life quality. *Sexual & Reproductive Health Care*, 2(1), 21-27.
- Polat, A. & Yücel, B. (2004). İki uçlu duygudurum bozukluğu olan kadınlarda premenstrüel sendromun değerlendirilmesi. *Nöropsikiyatri Arşivi* 41(1-4), 5-20.
- Poyrazoğlu, S., Günay, O. & Öztürk, A. (2010). Kayseri il merkezinde yaşayan 15-49 yaş arası kadınlarda premenstrüel sendrom prevalansı ve etkileyen faktörler. *13. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi*, s.140.
- Rizk, D.E., Mosallam, M., Alyan, S., & Nagelkerke, N. (2006). Prevalence and impact of premenstrual syndrome in adolescent schoolgirls in the United Arab Emirates. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 85(5), 589-598.
- Rupani, N.P., Lema, V.M. (1993). Premenstrual tension among nurses in Nairobi, Kenya. *East African Medical Journal*, 70(5), 310-313.
- Sadler, C., Smith, H., Hammond, J., Bayly, R., Borland, S., Panay, N., Crook, D., Inskip, H. (2010). Lifestyle factors, hormonal contraceptives and premenstrual symptoms: The United Kingdom Southampton Women's survey. *Journal of Womens Health*, 19(3), 391-396.

- Scholten, A., Purcell, G.J. (2010) *Premenstrual syndrome*. Health Library: Evidence-Based Information, EBSCO Publishing.
- Shirmohammadi, M., Arbadi, M., Taghizadeh, Z., Haghanni, H. (2009). Premenstrual syndrome and psychiatric comorbidities. *Iranian Journal of Psychiatry*, 4, 62-66.
- Silva, C.M.L., Gigante, D.P., Carret, M.L. & Fasa, A.G. (2006). Population study of premenstrual syndrome. *Revista Saude Public*, 40(1), 47-56.
- Tanrıverdi, G., Selçuk, E., Okanlı, A. (2010). Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom prevalansı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(1), 52-57.
- Taşçı, D.K. (2006). Hemşirelik öğrencilerinin premenstrual semptomlarının değerlendirilmesi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 5(6), 434-443.
- Taşkın, L. (2009). *Doğum ve kadın sağlığı hemşireliği*. Sistem Ofset, Ankara s.15-65.
- Veznedaroğlu, B., İtil, İ.M., Sügün, G. (2010). Premenstrual symptoms and premenstrual exacerbation in patients with schizophrenia. *Journal of Turkish Society of Obstetrics and Gynecology*, 7(4), 279-284.
- Walker, S.N., Sechrist K.R. & Pender N.J. (1987). The health promoting lifestyle profile development and psychometric characteristics. *Nursing Research*, 36(2), 76-80.
- Walker, S.N., Hill-Polerecky, D.M (1996). *Psychometric Evaluation of The Health Promoting Lifestyle Profile-II*. Unpublished Manuscript University of Nebraska Medical Center.
- Yalçınkaya, M., Özer, F.G., Karamanoğlu, A.Y. (2007). Sağlık çalışanlarında sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi. *Türk Silahlı Kuvvetleri Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(6), 409-420.
- Yamamoto, K., Okazaki, A., Sakamoto, Y., & Funatsu, M. (2009). The relationship between premenstrual symptoms, menstrual pain, irregular menstrual cycles, and psychosocial stress among Japanese college students. *Journal of Physiological Anthropology*, 28(3), 129-136.
- Yücel, U., Bilge, A., Oran, N., Ersoy, M.A., Gençdoğan, B., Özveren, Ö. (2009). Adölesanlarda premenstruel sendrom yaygınlığı ve depresyon riski arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(1), 55-61.



KISIRLIK SORUNU YAŞAYAN ERKEK HASTALARIN TAT VE RORCSHACH TEPKİLERİNİN OLGU DÜZEYİNDE İNCELENMESİ*

Zihniye OKRAY¹

Lefke Avrupa Üniversitesi
ORCID:0000-0002-9117-4991

ÖZ

Kısırlıkla ilgili anlatılar neredeyse insanlık tarihi kadar eskidir. Fakat kısırlık söz konusu olunca kadın kısırlığı ilk akla gelen olarak erkek kısırlığı hep ikinci planda tutulmuştur. Bu çalışmanın amacı kısırlık tanısı almış erkek olguların projektif değerlendirme teknikleri olan Rorschach ve TAT (Tematik Algı Testi) ile birlikte değerlendirilmesi ve psikik dünyalarında nasıl bir kişilik örgütlenmesine sahip olduklarının tespitine çalışılmasıdır. Araştırmanın temel bulguları olarak erkek faktörlü kısırlık tanısı almış olan bu iki olguda; özdeşleşme, cinsler arası fark, kuşaklararası ileti ve kuşaklararası farklılıkların net bir biçimde ortaya konamadığı yetişkin olguların aksine daha çocuksu özdeşleşmelerin yapıldığı, baba ile ilişki kurulamadığı görülmektedir. Her iki olguda da anne/kadın bir taraftan tümgüçlü olarak değerlendirilirken diğer taraftan değersizleştirilmiştir. Kullanılan dil yapısı sürekli tereddütler, yinelenen kelimeler içermektedir. Olgular bu dil yapısı ile karar vermede güçlük, kontrol duygusunun yoğunluğu ve kararsızlıklarını göstermektedirler. Olguların klinisyenden dayanak almamaları; ne dış dünyaya ne de kendi içsel süreçlerine yatırım yapmadıklarını gösteren bir bulgu olarak değerlendirilebilir. Bu iki olgunun protokollerinde neredeyse tüm yanıtların bütün yanıtlardan oluşması da dış gerçekliğe aşırı bağlı, tekil ve bütüncül kalma çabası olarak değerlendirilmiştir. Diğer taraftan dış gerçekliğe aşırı bağlı kalmış olmalarının yanı sıra içsel süreçlerine yatırım yapmadıklarının bir göstergesi de afektif ve dürtüsel dünyayı gösteren renk ve hareket yanıtlarının protokoldeki eksikliğidir. Protokollerdeki hareket ve renk yanıtlarının azlığı test materyali ile ortaya çıkan bilinçdışı afektif dünyayı kontrol altına alma çabası olarak değerlendirilmiştir. Bu çalışma erkek faktörlü kısırlık tanısı almış olan olgularla yapılan -yazarın bilgisi dâhilinde- ilk çalışma olduğu için alanyazına önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler

Erkek Kısırlığı, Projektif Testler, TAT, Rorschach

INVESTIGATION OF TAT AND RORSCHACH RESPONSES OF MALES WHO ARE FACING WITH MALE FACTOR INFERTILITY

ABSTRACT

Narratives about infertility, diagnosis and treatment interferences are as old as human history. The review of infertility literature showed that the main object of infertility were women and as usual male infertility kept as a hidden subject. In literature male factor infertility studied in physiological aspects and psychological aspects of it somehow denied. The aim of this is to evaluate two cases with projective techniques (Rorschach Test and TAT-Thematic Apperception Test) in order to see their psychic organizations about infertility. The main findings of the study were the identifications, differences between sexes, and also transgenerational differences could not be clearly identified. The responses to these two projective techniques can be identified as more immature and infantile although they are adults. In other words more infantile identification was made by cases. In both cases, the mother/woman was considered to be as an omnipotent being and on the other hand devalued at the same time which can be considered as ambivalence towards mother/woman. The wording and phrases that are used by these two cases contains too much hesitations and repeated words which can be evaluated as immaturity. Both of the cases do not form a relationship neither with the clinician nor the test material which can be evaluated as a defence mechanism upon both the outer and their inner world. This study is considered to be an important contribution to the literature because it is the first study conducted -with the knowledge of author- upon male factor infertility.

Key Words

Male Factor Infertility, Projective Tests, TAT, Rorschach

*Bu makale Doç. Dr. Zihniye OKRAY'ın İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Prof. Dr. Emine Tevfika İKİZ'in tez danışmanlığında yazdığı doktora tezinden türetilmiştir ve International Conference on Environmental Sciences & Educational Studies (ICES 2017)'de sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

¹Doç. Dr., Lefke Avrupa Üniversitesi Psikoloji Bölümü, e-mail: zokray@eul.edu.tr

Alıntılama: Okray, Z. (2019). Kısırlık sorunu yaşayan erkek hastaların TAT ve Rorschach tepkilerinin olgu düzeyinde incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 53-64.

Giriş

Kısırlık tanımı ve tarihçesi insanlık tarihi kadar eskidir. Kadın faktörlü kısırlık ile ilgili birçok araştırma yapılmış olmasına rağmen erkek kısırlığı ile ilgili çalışmaların sayısı oldukça sınırlıdır. Alanyazın tarandığında erkek kısırlığının sadece fizyolojik yönüyle ilgili çalışmalar bulunmaktadır. Erkek kısırlığı fizyolojik kökenli bir durum olduğundan erkek faktörlü kısırlık tanısı almış olguların psikolojik dünyaları hakkında alanyazında araştırmaya rastlamak neredeyse mümkün değildir. Bu eksiklikten kaynaklı olarak kısırlık tedavisinde kadınlarla yapılan çalışmaların çokluğu dikkat çekerken erkekler bu konuda ihmal edilmişlerdir. Bu çalışmada öncelikle kısırlık tanımı ve tarihçesinden kısa bir bilgi verildikten sonra özellikle kısırlık tanısı almış erkek olguların dâhil edildiği tanımlayıcı çalışmalar kısaca ele alındıktan sonra, projektif testler kullanılarak elde edilen ve erkek faktörlü kısırlık tanısı almış iki olgunun derinlemesine incelemesi yapılmıştır.

Kısırlığın Tanımı ve Tarihçesi

Dünya Sağlık Örgütü bir yıl korunmasız cinsel ilişkiye girildiği halde gebelik sağlanmaması durumunu kısırlık olarak tanımlamıştır (WHO-ICMART, 2009). Kısırlık yeryüzünde insanların var olduğundan bu yana çiftler için anlamlandırılmayan ve genellikle kadınların kusurlu sayıldığı, bunun yanı sıra tedavi edilmeye çalışılan bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Eski Yunan tarihine ait kaynaklarda, özellikle 'adamotu' diye adlandırılan bitkinin kısırlık tedavisinde kullanıldığı literatürde gözümüze çarpmaktadır. Hipokrat (M.Ö. 460-380), kadın kısırlığıyla ilgili olarak '*rahmi soğuk ve yoğun olanlar gebe kalmaz ve rahmi yaş olanlarda semen söner, gebe kalmaz ve rahmi çok kuru ve çok sıcak olanlarda semende istek kalmaz; rahmi bu yaradılışların ortasında olanlar doğurgandır*' diye yazmıştır. Aristo (M.Ö. 384-322) testislerin, sperm geçişini aşağıya doğru tutan ağırlıklar olduğuna ve tohumun kaynağı olmadığına inanmasına rağmen, sperm kanallarının yukarıya doğru çekilmesinin, bir erkeği kısır yapabileceğini yazmıştır. Diğer taraftan Eski Çin'de akupunktur, masaj ve şifalı bitkilerin kısırlık tedavisinde kullanıldığı bilinmektedir (Atak, 2010).

Erkek Kısırlığı ve Tedavi Yöntemleri

Erkek kısırlığı bir veya birden fazla bozuklukla ilişkili olan bir durumdur. Erkek kısırlığının tüm kısır vakalar arasındaki oranı %30 civarındadır. Erkek kısırlığının en önemli kanıtlarından biri semen analizi yoluyla tespit edilmektedir. Fakat sadece semen analizi yeterli olmamakta ve hastanın öyküsü de değerlendirilmektedir. Bunların yanı sıra eşin de kısırlık yönünden jinekolojik değerlendirilmesi de yapılmalıdır. Bu noktada kısırlık vakalarının %20'si de kısır çift olarak değerlendirilmektedir. Kısır erkeğin öyküsü bize önemli ipuçları vermektedir (Wu ve Bancroft, 1985). Erkek kısırlığının %9'u azospermia ve %49'u da oligo-terato-asthenospermia'dan oluşmaktadır (Rochebrochard, 2003). Erkek kısırlığı için gösterilen nedenleri kısaca belirtmek gerekirse bunlar:

Erkek kısırlığına neden olan dışsal faktörler arasında işe bağlı olarak ısıya maruz kalma, saunalar, dar iç-çamaşırları, kurşun ve kadmiyum gibi ağır metallere maruz kalma, eroin, marihuana ve metadone gibi uyuşturucu maddeler ve alkol ve sigara kullanımı sayılabilir. Çocukluk dönemindeki fitik operasyonları, inmemiş testis vakaları için yapılan operasyonlar, radyoterapi, kemoterapi gibi kanser vakalarına uygulanan tedaviler, tedavi amaçlı kullanılan birçok tıbbi ilaç ki bunlar arasında ranitidine, clomipramine, SSRI, enalapril gibi masum görünen birçok ilaç da sayılabilmektedir. Diğer bir başlık olarak testis, prostat ve spermde olan sonradan kazanılan bozuklukları sayarsak bunlar; orşit, prostat, HIV, kabakulak gibi rahatsızlıklar sayılabilmektedir. İmmünolojik nedenler arasında semende, testislerde ve dolaşım sisteminde, anti-sperm ve anti-bodilerin olması sayılabilmektedir. Varikosel, testis tümörleri de kısırlığa neden olabilmektedir (Rochebrochard, 2003; Martin-Du Pan, 1997; Dohle et al. 2004; Crosignan ve Rubin 1998). Testis ve spermde gelişimsel ve yapısal bozukluklar arasında ise kriptorşizm, klinefelter sendromu, sertoli cell-only sendromu, immotile cilia sendromu, nekrospermia, teratospermia gibi nedenler sayılabilmektedir. Hormonal nedenler arasında ise; hypogonadotrophic hypogonadism, hyperprolactinaemia, konjenital adrenal hyperplasia, oligospermia sayılabilmektedir. Sistem bozuklukları arasında ise siroz, orak hücre anemisi,

gastrointestinal hastalıklar, hodgkin hastalığı, nörolojik rahatsızlıklar ve psikolojik faktörler sayılabilmektedir. Geç boşalma, boşalma bozuklukları, iktidarsızlık ve erken boşalma da kısırlık nedenleri arasında görülmektedir (Kunej ve ark., 2003; Kruger ve Oehninger, 2007; Glover ve Barrat, 2004).

Son 25 yılda tıp alanındaki gelişmeler, erkek kısırlığı tedavisini de etkilemiştir. Geline son noktada hangi yöntemin daha uygun olduğu konusunda süren çalışmalarda, erkek kısırlığı tedavi yöntemleri arasında özellikle iki yöntem dikkati çekmektedir. Bunlar IUI (Intrauterin Insemination) ve ICSI (Intracytoplasmic Sperm Injection) yöntemleridir. Bu iki yöntem gebelik ihtimalinin en yüksek olduğu iki yöntem olarak literatürde görülmektedir. Bu iki yöntemden kısaca bahsetmek gerekirse IUI, 1980'li yıllardan itibaren sperm yıkama tekniklerinin gelişmesiyle kullanılan bir teknik olmuştur. IUI yönteminde erkekten alınan sperm, kadında herhangi bir tedavi uygulanmadan uygun aparatlar yardımıyla kadının yumurtlama döneminde rahim içine yerleştirilmesi metodudur. Diğer bir yöntem olan ICSI ise daha ciddi erkek kısırlığı vakalarında tek bir sperm hücrenin yumurtanın içerisine enjekte edildiği durumdur (Goldfarb ve Desai, 2011).

Erkek Kısırlığıyla İlgili Yapılan Araştırmalar

Erkek kısırlığıyla ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında erkek kısırlığı daha çok fizyolojik faktörlere bağlanmış ve bunları etkileyen psikolojik faktörler üzerinde çok fazla durulmamıştır. Erkek kısırlığıyla ilgili yapılan araştırmalar genellikle sperm sayısı, kadının yaşı, genetik bozukluklar, önceden geçirilen hastalıklar ve uygulanan yöntemler üzerinde yoğunlaşmaktadır (Carmeli & Birenbaum-Carmeli, 1994; Mau et al., 1997; Ragni et al., 1998; Alieh and Shabnam, 2008; Etem et al., 2009). Peronance ve arkadaşlarının (2007) yapmış olduğu bir araştırmada erkek kısırlığı tanısı almış erkeklerin, kısırlığın başka nedenlerden dolayı olduğu gruba göre daha çok acı çekmekte oldukları vurgulanmıştır. Erkek kısırlığı tanısı almış olmak toplum tarafından kabul edilen bir sonuç değildir, bu gibi bir durumda kadın, kısırlığın kendinden dolayı olduğunu üstlenmektedir. Kısırlık tedavisinin bir yıl sonunda gebelikle sonuçlanmadığı, erkek faktörlü kısırlık vakalarına bakıldığında erkeklerde, ruh sağlıklarında bozulmalar, artmış anksiyete, sosyal desteğin azalması ve yoğun sosyal kaygı tespit edilmiştir. Bu vakaların neredeyse tamamında kadınlar erkek kısırlığının suçunu kendi üzerlerine almaktadırlar.

Avrupa Üreme ve Embriyoloji Derneği (ESHRE) Capri çalıştayının sunmuş olduğu raporda, kadın ya da erkek faktörlü kısırlık tanısı almış bireylerin anksiyetelerinin, sosyo-ekonomik durumlarına, araştırma ve tedavideki aşamalarına, kısırlığın süresine, yaş, dini inanç gibi faktörlere bağlı olarak değiştiğini ortaya koymuştur. Kısırlık bireylerin yaşam amaçlarını tehdit eden bir faktör olarak algılanmaktadır. Çaresizlik ve umutsuzluk yoğun olarak yaşanan duygular arasındadır. Kısırlık tanısı almış çiftler yalıtım, çaresizlik ve kontrol kaybı yaşadıklarını ifade etmektedirler (ESHRE, 1996). Thorn'un (2009) yapmış olduğu bir araştırmada erkek kısırlığının kadın kısırlığına oranla daha çok bir tabu olarak algılandığını tespit etmiştir. Erkek kısırlığı tanısı almış erkeklere kadınlardan farklı olarak bilgi verildiği zaman kadınlar ise duygularını paylaştıkları zaman kendilerini daha rahat hissettiklerini ifade etmişlerdir. Bu araştırmada elde edilen diğer bir bulgu da kısırlık tanısı ve tedavisinin cinsel fonksiyon bozukluklarına neden olduğu yönündedir. Bu araştırmanın en çarpıcı bulgularından biri de kısırlık tanısı almış olmanın yas ve kayıp sürecini tetiklemesidir.

Erkek kısırlığıyla ilgili olarak yapılan bir araştırmada ise erkek kısırlığı tanısı almış erkeklerin sperm donörü olarak kendi aileleri içerisinden bir donörü tercih etmeleri durumunda yaşanan süreçler incelenmiştir. Araştırmacılar bu tercihin nedenini sorguladıklarında anonim bir donör neden seçmediklerini açıklamayı reddetmişlerdir. Bu diğer aile bireyleri ve sperm donörleri için de geçerlidir. Sır, bu ailelerin dinamiklerinde önemli bir fonksiyon olarak göze çarpmaktadır. Bu araştırmanın sonucunda araştırmacıların bu ailelerin davranışlarıyla ilgili 4 temel yaklaşım ortaya atmışlardır. Bunlar; gametlerin kaynağı ve genetik kökenleri bilinmesi, baba ve oğul arasında güçlü bir duygusal bağın olması, büyükbabanın yaşından dolayı baba rolü üstlenmesinin imkânsızlığı ve son olarak da gelecekteki baba-kız evlilik ilişkisini engellemesi olarak sayılabilir. Kocaların babaları olan donörler ise bunun çocuklarına

sundukları bir iyilik, babadan oğula bir hediye olarak değerlendirmişlerdir (Nikolettos ve ark., 2003).

Carmeli ve Birenbaum-Carmeli'nin (1994) erkeklerin kısırlık tedavilerini algılamaları isimli çalışmasında ise daha önce de bahsedilmiş olduğu gibi erkeklerin kısırlık tedavilerinde hep sahnenin dışında tutuldukları, kısırlık tanısı almış erkeklerin daha çok kaygı, somatik yakınmalar ve düşük benlik saygıları olduğu tespit edilmiştir. Bu erkekler kendi erkeksilikleri ve yeterlilikleri konusunda ciddi endişeler yaşamaktadırlar. Kısırlık tanısı almış erkekler diğer bireylerle daha az görüşmekte ve sosyal ilişkilere girmekte ciddi problemler yaşamaktadırlar.

Erkek kısırlığı tanısı almış hastalarda tanıdan sonra erektil disfonksiyonlar sıklıkla görülmektedir (Burns, 1987). Diğer bir taraftan kısırlık tanısından sonra boşanma oranları ve intihar girişimleri neredeyse iki kat artmaktadır. Bunların yanı sıra dürtüsel davranışlar da artmaktadır bunlar arasında evlilik dışı ilişkiler, alkol kötüye kullanımı ve yeme bozuklukları sayılabilir. Kısırlık evlilik uyumunu bozan en büyük yaşam olayı olarak görülmektedir (Smith & Smith, 2004; Berger, 1980). Alanyazın incelendiğinde kısırlık tanısı erkek olguların psikolojik işlevsellik düzeyleri ve ruhsal yapılanmaları ile ilgili bir çalışma bulunmamaktadır. Erkek kısırlığı ile ilgili araştırmalar genellikle ya fizyolojik temelli ya da ya da kısırlık tanısı almış erkek olguların yaşam doyumları, depresyon, anksiyete ya da cinsel işlev bozuklukları ile ilgilidir. Bu araştırmanın amacı kısırlık tanısı almış erkek olguların ruhsal süreçlerinin projektif testlerle değerlendirilmesi ve kısırlık tanısı almış erkek olguların ruhsal süreçlerindeki benzerlik ya da farklılıkların ortaya konulmasıdır.

Erkek kısırlığı ile ilgili psikodinamik kuram ya da psikolojik açıklamalar olarak herhangi bir alan yazın çalışması –yazarın bilgisi dâhilinde- bulunmamaktadır. Yapılan çalışmalarda daha önceki bölümlerde belirtildiği gibi erkek kısırlığının fizyolojik yönleri ve kısırlık tanısı alındıktan sonra olguların yaşadıkları psikolojik sorunlarla ilgilidir. Bu araştırmanın önemi ise çalışmanın kısırlık tanısı almış erkek olguların psişik yapılanmalarının incelenmesi olarak belirtilebilir.

Yöntem

Araştırma Kıbrıs'ta özel bir tüp bebek merkezinde çocuk sahibi olamama nedeni ile başvuru yapan çiftler arasında erkek faktörlü kısırlık tanısı alındıktan sonra gönüllü olarak araştırmaya katılmak isteyen erkek olgularla yürütülmüştür. Araştırmaya katılan olgulara araştırmacı tarafından oluşturulan yarı-yapılandırılmış görüşme formu ile olguların derinlemesine öyküleri alındıktan sonra Rorschach ve TAT uygulanmıştır. Bu çalışmada azospermia tanısı almış iki olgu ile yapılan protokoller değerlendirilmiştir.

Kullanılan Ölçme Araçları

Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu: Araştırmacı tarafından oluşturulan bu soru listesinde olguların doğum öykülerinden itibaren yaşamlarındaki temel olaylar, anne-baba ile olan ilişkileri, evlilik öyküleri, eşleri ile ilişkileri, kısırlık tanısı ve tedavi süreçleri ile ilgili bilgiler alınmıştır. Bu görüşmeler yaklaşık 65 dakika sürmüştür.

Rorschach Testi: Hermann Rorschach'ın 1921 yılında yayımladığı Psikodiagnostik isimli kitabı ile klinik psikoloji alanında kullanılmaya başlayan projektif bir tekniktir (İkiz, 2003; Anzieu ve Chabert, 2011). Üzerlerinde mürekkep lekeleri olan 10 karttan oluşmaktadır. Projektif tekniklerdeki temel varsayım; bireylerin zihinsel süreçlerini görünür içerik üzerinden yansıttıkları, her bir cevabın bireyin psişik dünyasını dışa vurduğudur. Projektif tekniklerden bir olan Rorschach'ta da kartlar birer ayna görevi görerek testi alan kişinin psişik dünyasını yani bilinçdışı süreçlerini dışa yansıtmayı sağlamaktadır (Okroy, 2012). Bu çalışmada özellikle kısırlık tanısı almış olan erkek hastaların baba ve otorite figürleri ile ilgili aktarımları yansıttıkları için IV. ve VI. kartlar, kimlik tasarımı yansıttığı için V. kart incelenecektir.

Tematik Algı Testi (TAT): TAT 1935 yılında Henry Murray tarafından oluşturulmuş bir testtir. Projektif testler arasında sık kullanılan bir test olmasının yanında Rorschach'ta olduğu gibi müphem şekiller değil de insan figürleri içermesinden dolayı testi alan bireyler tarafından daha az kaygı yarattığı bildirilmektedir. Murray TAT el kitabında

testi alan kişinin anlattığı hikâyelerden kahraman, kahramanın ihtiyaçları, motiveleri, duyguları, çevresi ve kullandığı savunma düzeneklerinin ortaya çıkarılabileceğini savunmuştur. Bu çalışmada psikanalitik kuram çerçevesinde kullanılan yorumlamalar dikkate alınmıştır. Buna göre anne ve baba ile olan ilişkiler detaylı bir şekilde incelendiği için 7BM ve 8BM, bunun yanı sıra nesne ilişkileri ve narsisistik yatırımları gösterdiği için 1.kart, öpidal karmaşayı aktardığı için 2.kart, ilk sahneye gönderme yaptığı için 5.kart, karşı cinsle ilişkileri incelediği için 13MF ve bireyin kendi arzularını dile getirmesinin yanı sıra boşluk duygusuyla nasıl başa çıktığı hakkında bilgi verdiği için 16. kart incelenmiştir (İkiz, 2011; Anzieu ve Chabert, 2011).

Bulgular

Bu bölümde azospermia tanısı almış olan iki erkek hastanın kısaca yarı yapılandırılmış görüşme formu ile elde edilen bilgileri verilecektir. Daha sonra her iki olgunun Rorschach ve TAT'a vermiş olduğu yanıtlar verilerek bunlarla ilgili tartışma yapılacaktır.

Olgu 1

Üniversite mezunu erkek olgu. Mezun olduğu bölümle ilgili bir iş bulamadığı için taksicilik yapıyor. Olgu, evliliklerinin ilk yılında korunmasız cinsel ilişkiye girmelerine rağmen gebelik oluşmadığı için karısını bir jinekoloğa götürüyor ve karısında gebe kalmayı engeller nitelikte bir bulgu rastlanmadığı için erkek faktörlü bir durumdan şüphelenilip sperm analizi yapılıyor. Bu analiz sonucunda azospermia tanısı alıyor. Olgu bu tanıyı aldıktan sonra rapor ona inandırıcı gelmediği için Türkiye'de bir hastanede tekrar kontrole gidiyor ve orada da aynı sonuç alınca IVF yöntemi ile çocuk sahibi olmaları konusunda çabaları başlıyor. Bugüne kadar birçok embriyo transferi yapılmasına rağmen canlı doğumla sonuçlanan bir gebelik yaşanmamış olduğunu ifade ediyor. Olgu ile yapılan görüşmede normal doğumla dünyaya gelen, bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde herhangi bir bozukluğun yaşanmadığını gayet sağlıklı ve normal bir çocukluk geçirdiğini ifade ediyor. Olgunun doğumundan sonra anne uzun süre; olgunun şimdi adını hatırlamadığı fakat annenin kemiklerinin kırıldığı ve alçıya alındığı bir hastalık dönemi yaşamış; bu dönemde annesine hem olguya hem de annesine bakmış. Ailede olgudan başka herhangi bir akrabasında kısırlık öyküsü olmadığını da dile getiriyor. Kısırlık tanısını bir hastalık ya da baş edilemez bir durum olarak algılamadığı, günümüz tıbbi ile mutlaka bir çözüm bulunacağını da ifadelerine ekliyor. Olgunun görüşme sırasında vermiş olduğu bir detay dikkat çekici idi. Bu detayda Türkiye'deki doktor, olgunun testislerini çorak bir tarlaya benzetmiş bunun üzerine olgu Kıbrıs'a geri döner dönmez traktör ve biçerdöver alarak tarla ekip biçmeye başlamıştır. Olgunun gerçekleşmesini istediği hayali ise mutlu bir aile ve bahçesinde koşan çocukların olduğu bir ev sahibi olmaktır.

Rorschach ve TAT Uygulamasından Elde Edilen Bulgular

Olgu 19 yanıtla Rorschach testini tamamlamıştır. Verilen yanıtların %47'si G (Global-Bütün) yanıtlar ve %31.6'sı da D (Detay) yanıtlardan oluşmaktadır. D yanıtlarının %10.5'i Dd (küçük detay) yanıtlarından oluşmaktadır. Olgunun G yanıtları F+(form) yanıtları ile birlikte verilmektedir. Olgunun bütün bir protokolünde H (insan yanıtları) %15 düzeyindedir. Buna karşın A (Hayvan) yanıtları %47 düzeyindedir. Dürtüsel ve affektif dünyayı gösteren C (renk) ve K (hareket) yanıtları protokolda çok az bulunmaktadır. Pastel kartlara verilen yanıtların yüzdesini gösteren RC (response of colors) %36 olarak tespit edilmiştir. Testi alan birey şu anki durumla baş edebilme ve bir rahatlama duygusu yaşamak için genellikle G yanıtlarına başvurur (İkiz, 2011). Bu protokol incelendiğinde G yanıtlarının ardından verilen D ve Dd yanıtlarının aslında materyalin ortaya çıkardığı bilinçdışı süreçleri bastırma ve bastırılanın geri dönmesi olarak yorumlanabilmesinin yanı sıra dış gerçekliği parçalara bölerek kontrol etme çabası olarak da değerlendirilebilecek bir bulgudur. Verilen G yanıtları değerlendirildiğinde ruhsal süreçlerin kuru olduğu, savunma düzeneklerini sıklıkla kullandığı, dış dünyadaki nesnelere çok fazla yatırım yapmamasının yanı sıra kendi iç dünyasını da keşfetme çabası olmadığı sonucuna varılabilir. Testi alırken kullandığı dil yapısının da tereddütler, yinelenen kelimeler, iki cevap arasında kararsız kalması da benzer bir şekilde dış gerçekliğin yanı sıra içsel süreçlerine de yatırım yapmadığını gösterir niteliktedir. Ruhsal dünyanın katılığını destekler bir diğer bulgu da olgunun

test boyunca ne testör ne de test materyali ile hiçbir ilişki kurmaması ve kartların hiçbirini eline almamasıdır. Olgunun bilişsel süreçlerini değerlendirmek için F+ (olumlu form) yanıtları değerlendirilmiştir. Verilen G yanıtları ile birlikte F+ yanıtlarının verilmesi kuru bir ruhsal dünyayı gösterir niteliktedir. Olgu vermiş olduğu yanıtlarla somut ve nesnel kalabilmek için form yanıtlarına başvurmuştur. Protokoldeki hareket yanıtlarının azlığı ise olgunun dürtülerini kontrol altına alma ve düşünceye yatırım yapma çabası olarak değerlendirilebilir. Diğer bir taraftan protokoldeki A yanıtlarının fazlalığı olgunun özdeşleşme konusunda bir sorun yaşadığı, hareket ve renk yanıtlarının azlığı ise dürtüleri ve test materyali ile ortaya çıkan affektif dünyayı kontrol altına alma çabası olarak değerlendirilmektedir.

Olgunun baba/otorite ile çağrışımlarını ve ilişkisini tanımlayan IV. ve VI. kartlara vermiş olduğu cevaplar değerlendirilmiştir. Olgu IV. karta 'kuyruğu olan bir dev' yanıtını vermiştir. VI. karta ise 'post, bir av hayvanının çıkarılmış postu' yanıtını vermiştir. Dev tümgüçlülüğü ve gücü ifade ederken post yanıtı ise da edilgen, kadınsı bir sembol olarak değerlendirilebilir (İkiz, 2011). Diğer taraftan kimlik ile ilgili bilgi elde edebilmek için V. kart değerlendirilmiştir. Olgu V. karta 'Rengi biraz farklı bir kelebek' yanıtını vermiştir.

Rorschach'ın tamamlayıcısı olan TAT'a verilen cevaplar incelendiğinde ise olgunun narsisizm ve nesne kaybına gönderme yapan 1. kartta nesne ile ilişki kurulmuş fakat bu nesne kırılmış bir nesnedir ve bu durumla baş etmek için ne yapacağını bilmemektedir. Ödipal üçgenin kurulması, kuşaklararası farkın ortaya çıkmasını beklediğimiz 2.kartta olgunun kişisel hikâyesi alevlenmiş ve çocuk sahibi olma arzusu ile karttaki kadın ve erkek arasında erotize edilmiş bir hikâye oluşturulmuştur. Fakat çocuk sahibi olmamak kadınları değersiz bir hale getirmiştir. Kuşaklararası fark ve ileti aktarılamamış olduğu değerlendirilmesi de kartta bulunan üçüncü kişi olan genç kızın yok sayılması ile kendini açığa vurmuştur. İlk sahne düşlemine gönderme yapan 5. Karta, kartta olmayan bir kişi erkek eklenmiş ve eklenen erkek ile kadın arasındaki ilişki yine erotize edilmiştir. Erotize edilen bu ilişkinin ardından yine kartta olmayan bir erkeğin ölmüş olduğu hikâyesi anlatılmıştır. Burada ilk sahne düşlemi ve erkek çocuğun babayı öldürme arzusu çok açık bir şekilde ifade edilmiştir. Baba-oğul ilişkisini anlatan 7BM ve 8BM kartlarında kuşaklararası fark ortaya konabilmiştir. Her iki kartta da babaya yönelik yoğun bir öfke ön plandadır. Bu öfkenin yanı sıra babanın iletisini alamayan bir oğlu her iki kartta da hikâyeye yansımıştır. 7BM kartında babanın vermiş olduğu mirası alamayan oğul kendini öldürmekte 8BM kartında ise babaya karşı duyulan iki zıt uçlu duygu arasında gidip gelen hikâyeler anlatılarak baba amansız bir hastalığa yakalanmış olarak tasvir edilmektedir. Karşı cinsle ilişkileri, cinselliğe karşı tutumları anlatan 13 MF kartında ise; utanılacak bir şey yapmış bir adamın hikâyesi anlatılmış, bu adamın yapmış olduğu bu eylemin ne olduğundan bahsedilmemiş fakat çok utanç duyduğu ve karısının yüzüne bakamayacağı bir durum olduğu dile getirilmiştir. Bu kartta kadın ile doğrudan bir ilişki kurulmamış ancak ima edilmiştir. TAT protokolünde son olarak 16. kart değerlendirilmiştir. Olgu bu kartta mutlu bir aile tablosu çizmiştir. Mutlu bir aileye sahip olmanın koşulunu da çocuk sahibi olmak olarak değerlendirmiştir.

Genel Değerlendirme:

Olgunun kullanmış olduğu G, D, Dd, A, F+ yanıtlarına bakıldığında daha immatür bir kişilik örüntüsü sergilediği, dış gerçekliği daha kolay bir şekilde algılayabilmek için parçalara ve olumlu form yanıtlarına başvurduğu bu şekilde dış dünyadan gelen tehditlere karşı kendini savunduğu gözlemlenmiştir. Bunun yanısıra baba kartlarına ve kimlik kartına vermiş olduğu yanıtlar incelendiğinde ise baba/otorite figürü ile psişik yapılanmanın bir taraftan tümgüçlülük diğer taraftan da pasiflik içeren bir yapılanmada olduğu görülmüştür. Baba/otorite figürü ile erkeksi bir özdeşim yapılamamış, bu figür tam olarak erkeksi bir varlık olarak algılanmamıştır. Kimlik kartına vermiş olduğu yanıt incelendiğinde ise rengi farklı bir kelebek diyerek kişisel öyküsünün canlanmış olabileceği düşünülmüştür. Bu kelebek diğerleri gibi değildir.

TAT yanıtlarında ise yine olgunun kişisel öyküsünü canlandıran hikâyeler ortaya çıkmış, Ödipal üçgen tam olarak kurulamamış, kadın-erkek arasındaki ilişki erotize

edilememiştir. Nesne ile ilişki kurulabilmiş olmasına rağmen bu nesne ilişkileri konusunda tereddütleri vermiş olduğu hikâyeden görebilmemiz mümkündür.

Olgu 1. Rorschach Psikogram

R: 19 G: 8 D: 6 Dd: 2 Dbl: 2 renk isimlendirme: 1
 F+: 7 F-: 4 K: 1 kan: 2 C'F: 1 CF: 1 C: 1 EF: 1
 H: 1 (H): 2 A: 9 Nesne: 1 harita: 1 anatomi: 2 gıda: 1 doğa: 1
 RC: %36 F%: %57 F+ %: %47 TRI: 1K/Σ 3.5 C Fcomp: 2kan/Σ 1E

Olgu 2

Lise mezunu erkek olgu. Eşi ile severek evlenmişler. Evliliklerinin üçüncü yılına geldiklerinde korunmasız bir şekilde cinsel ilişkiye girmelerine rağmen gebelik oluşmamasından dolayı, olgu eşini bir jinekoloğa götürmüş. Kadın faktörlü bir kısırlık tespit edilmediği için olgu erkek faktörlü kısırlık yönünden değerlendirilmiş. Olguda varikozel olduğu tespit edilip ameliyat edilmiş. Ameliyat sonrası da sperm sayısında herhangi bir artış olmamış ve azospermia tanısı ile takip edilmeye başlanan çift IVF yöntemi ile kısırlık tedavisi olmaya karar vermişler. Olgu ile yapılan görüşmede olgu iki kardeşin küçüğü, büyük kardeşi ile arasında 9 yaş fark olduğunu dile getiriyor. Hastanın kendi ifadesi ile 'abimden sonra anne babam kız çocuk istemişler. Annem 9 yıl gebe kalamamış sonra aniden gebe kalmış ama kız olmamış ben olmuşum' diyor. Ailede hastanın teyzesinin kızı da IVF yöntemi ile çocuk sahibi olmaya çalışmış fakat transferler başarılı olamayınca evlat edinme yolu ile çocuk sahibi olduklarını ifade ediyor. Hasta kendini hiçbir zaman kısır bir erkek olarak düşünmediğini doktorların söylediği her şeyi yaptığını ifade ediyor. Olgu başarısız tüp bebek girişimleri ve aralardaki bekleme sürelerinden dolayı çok fazla üzüldüğü ve yıprandığını ifade ediyor. Çocukluğundan bu yana en büyük hayalinin mutlu bir aileye sahip olmak olduğunu dile getiriyor. Eğer çocuk sahibi olursa mutlu olabileceğini söylüyor.

Rorschach ve TAT Uygulamasından Elde Edilen Bulgular

Olgu 14 yanıtla Rorschach Testini tamamlamıştır. Verilen yanıtların %64'ü G ve %21'i D yanıtlardan oluşmaktadır. D yanıtlarının %14'ünü Dd yanıtlarını içermektedir. Olgu G yanıtlarını F+ yanıtları ile birlikte vermektedir. Olgunun bütün bir protokolünde H yanıtları %21 düzeyindedir. Buna karşın A yanıtları %36 düzeyindedir. Dürtüsel ve affektif dünyayı gösteren C ve K yanıtları protokolde çok az bulunmaktadır. Pastel kartlara verilen yanıtların yüzdesini gösteren RC (response of colors) %28 olarak tespit edilmiştir. Şu anki durumla baş etmede önemli bir rol G yanıtlarına düşmektedir, aynı zamanda bu tip yanıtlar dünyayı tekil ve bütüncül algılama çabaları olarak da görülebilir (İkiz, 2011). %64 oranında protokolde gözlemlenen G yanıtları olgunun dünyayı bir bütün olarak algılama eğilimi içerisinde olduğunu gösteren bir bulgu olarak değerlendirilebilir. Olgunun dil yapısında sözel önlemler kullanması, klinisyenden sürekli dayanak ve onay alma ihtiyacı içerisinde olması da algılanan dünyanın tekil ve bütün olarak algılama çabası olarak değerlendirilebilir. Benzer bir şekilde bu kadar yüksek oranda G yanıtının verilmiş olması entelektüel süreçlere de aşırı yatırım yapıldığının bir göstergesi olarak kabul edilebilir. F+ yanıtları ile birlikte G yanıtları hem entelektüel süreçlere hem de dışsal gerçekliğe çok fazla yatırım yapıldığını ve bu yolla olgunun nesnel ve bir bütün olarak kalma çabası olarak algılanabilir. Olgunun protokolü genel olarak değerlendirildiğinde neredeyse tüm yanıtların G yanıtlarından oluşması olgunun yoğun olarak savunma düzeneklerini, özellikle bastırma savunma düzeneğini kullandığını gösterir bir bulgudur. Detay yanıtlar protokolde çok az sayıdadır. Bu da olgunun dış gerçekliğe yaptığı yatırımın fazlalığını gösterir diğer bir bulgudur. G yanıtları ile birlikte F+ yanıtlarının fazlalığı da olgunun kuru bir ruhsal dünyaya sahip olduğunu gösterir niteliktedir. Olgu vermiş olduğu yanıtlarla somut ve nesnel kalabilmek için form yanıtlarına başvurmuştur. Olgunun C ve K yanıtlarının protokoldeki azlığı dürtüsel hayata ilişkin yanıtların azlığını gösteren bir bulgudur. Bu durum olgunun dürtülerini kontrol altına alma ve düşünceye yatırım yapma çabası olarak değerlendirilebilir. Diğer bir taraftan protokoldeki A yanıtlarının fazlalığı olgunun özdeşleşme konusunda bir sorunsal

yaşadığı, hareket ve renk yanıtlarının azlığı ise dürtüleri ve test materyali ile ortaya çıkan affektif dünyayı kontrol altına alma çabası olarak değerlendirilmektedir.

Olgunun baba/otorite ile çağrışımlarını ve ilişkisini tanımlayan IV. ve VI. kartlara vermiş olduğu cevaplar değerlendirilmiştir. Olgu IV. karta 'Ne bileyim bundan bir şey çıkaramadım... post gibi bir şey' yanıtını vermiştir. VI. karta ise 'bu da post gibi. Pek bir şey çıkaramadım' yanıtını vermiştir. Post yanıtı edilgen, kadınsı bir sembol olarak değerlendirilebilir (İkiz, 2011). Diğer taraftan kimlik ile ilgili bilgi elde edebilmek için V. kart değerlendirilmiştir. Olgu V. karta 'Bu da kelebek. Kurutulmuş kelebek. Saçmalar mıyım? İçimden gelen' yanıtını vermiştir.

TAT'a verilen yanıtlar incelendiğinde elde edilen bulgular aşağıdaki gibidir. Olgunun narsisizm ve nesne kaybına gönderme yapan 1. kartta babadan, dededen alınan bir miras ile ilgili bir hikâye anlatılıyor. Nesne kaybı öyküsü verilmeyen bu hikâyede olumlu bir narsisistik bir yatırımla bitiriliyor. Obsesyoneel tipte savunmalar ve dış gerçekliğe yatırım yapılan bir hikâyeye anlatılmıştır. Ödipal üçgenin kurulması, kuşaklararası farkın ortaya çıkmasını beklediğimiz 2.kartta olgunun ödipal üçlemeye herhangi bir gönderme yapmadığı bir hikâyeye anlatılmıştır. Olgu kuşaklararası farkı ortaya koyamamıştır. Kadın ve kız çocuğu arasında bir seçim yapmakta zorlanmıştır. İlk sahne düşlemine gönderme yapan 5. kartta sınırların geçirgenliği ön plana çıkmıştır. Anne, bakan, giren, kontrol eden bir kadın olarak tasvir edilmiş ve çok değerli bulunmamıştır. Baba-oğul ilişkisini anlatan 7BM kartında kuşaklararası fark ortaya konamamış iki yaşlı erkek olarak tasvir edilmiştir. Bu iki yaşlı adamın dayanışması ve birbirlerini dayanak alma çabaları anlatılmıştır. Benzer bir şekilde 8BM kartında ise baba ve oğul arasında bir ilişki oluşturulamamış ve baba tanımlanamamıştır. Dışsal gerçekliğe çok fazla yatırım yapılmış ve babaya karşı duyulan öfkenin ön planda olduğu bir hikâyeye anlatılmış fakat sonunda baba entellektüalizasyon savunma düzeneği kullanılarak kurtarılmıştır. Karşı cinsle ilişkileri, cinselliğe karşı tutumları anlatan 13 MF kartında ise; hasta yatan bir kadın ve ona bakan bir koca tasvir edilmiştir. Bu hikâyede koca olarak tasvir edilen bireyin elinden bir şey gelmediği ile ilgili bir kurguya gidilmiş ve üzüntüsünü karısına belli etmemeye çalıştığı için arkası dönük ağladığı kurgusu ile hikâyeye bitirilmiştir. Bu protokolde incelenen son kart olan 16. kartta ise 'temiz bir sayfa, beyaz parlak.... Ama boş' şeklinde bir ifade kullanılmış ve kart reddedilmiştir. Bu da olgunun boşluk duygusu ile baş edemediği ve gelecek konusundaki belirsizliğin onda kaygı yarattığının bir göstergesi olarak kabul edilebilir.

Genel Değerlendirme:

Olgunun G, D, Dd, F+, A yanıtları değerlendirildiğinde dış dünyadan gelen tehditlere karşı kendini savunabilmek için genellikle bütün yanıtların ardından detay yanıtları verilerek dış gerçeklik kontrol altına alınmaya çalışılmış olduğu görülmektedir. Verilen A yanıtlarının çokluğu ise olgunun çocuksu bir yapılanma sergilediğini gösterir niteliktedir. Baba kartları ve kimlik kartı değerlendirildiğinde ise baba/otorite figürü ile psişik yapılanmanın edilgen, kadınsı figürlerden oluşması olarak tanımlanabilir. Baba/otorite figürü ile erkeksi bir özdeşim yapılamamış bu figür tam olarak erkeksi olmaktan çok kadınsı bir varlık olarak algılanmış olabilir. Kimlik kartında ise olgu kurutulmuş kelebek diyerek kişisel öyküsünün canlanmış olabileceği düşünülmüştür. Bu kelebek canlı bir kelebek değil kurutulmuş bir kelebektir.

TAT hikâyelerinin değerlendirilmesinde yine nesne ilişkileri ve nesne ilişkileri konusunda yaşadığı tereddütler göze çarpmaktadır. Ödipal üçgen kurulabilmiş fakat kadın-erkek arası ilişkiler erotize edilememiştir. TAT hikâyelerinden 'üzgün koca' dikkat çekici olarak değerlendirilmiştir. Bir bütün olarak TAT hikâyelerine bakıldığında alınan mirasın nasıl kullanıldığını bilememesi ve karısına bundan dolayı yansıtmak istemediği üzüntüsü yine olgunun kişisel hikâyesinin canlanmış olduğu anlamına gelebilir.

Olgu 2. Rorschach Psikogram

R: 14 G: 9 %64 D: 3 %21 Dd: 2 % 14

F+: 7 F-:3 EF: 2 C: 1 kan: 1

H: 3 (H):1 A: 4 Ad: 1 Anatomi: 2 Doğa: 2

Ban: 3 Choc: 3 Red: 2

Rc: % 28 F%: %71 F+ %: %70 TRI: 0KΣ 1.5C TRI comp: okanΣ2E

Sonuç

Her ikisi de azospermi ile erkek faktörlü kısırlık tanısı almış ve IVF yöntemi ile çocuk sahibi olmaya çalışan iki olgu Rorschach ve TAT verilerek ruhsal süreçleri değerlendirilmiştir. Her iki olgunun da dil yapısı sürekli tereddütler, yinelenen kelimeler içermektedir. Olgular bu dil yapısı ile karar vermede güçlük, kontrol duygusunun yoğunluğu ve iki yanıt arasında seçim yapmada güçlüklerini göstermektedirler. Olguların klinisyenle ve test materyali ile ilişki kurmamaları hiçbir kartı ellerine almamaları ve klinisyenle cevap vermek dışında klinisyene başvurmamak diğer bir değişle klinisyenden dayanak almamaları olguların ne dış dünyaya ne de kendi içsel süreçlerine yatırım yapmadıklarını gösteren bir bulgu olarak değerlendirilebilir. Cevaplar incelendiğinde azospermia ile erkek faktörlü kısırlık tanısı almış bu iki olgunun G (Bütün) yanıtlarını olumlu form yanıtları ile verilmiş olması ve aynı zamanda protokollerinde neredeyse tüm yanıtların bütün yanıtlardan oluşması da dış gerçekliğe aşırı bağlı, tekil ve bütüncül kalma çabası olarak değerlendirilmiştir. Bu bulgu aynı zamanda olguların dış gerçekliğe aşırı bağlı kalarak hem şu anki durumla baş etme çabası içerisinde olduklarını hem de diğerleri gibi olduklarını gösterme çabası olarak değerlendirilmiştir. Diğer taraftan dış gerçekliğe aşırı bağlı kalmış olmalarının yanı sıra içsel süreçlerine yatırım yapmadıklarının bir göstergesi de affektif ve dürtüsel dünyayı gösteren renk ve hareket yanıtlarının protokoldeki eksikliğidir. Protokollerdeki renk ve hareket yanıtlarının azlığı her iki olguda da dürtülerini kontrol altına alma ve düşünceye yatırım yapma çabası olarak değerlendirilmiştir. Protokollerdeki hareket ve renk yanıtlarının azlığı test materyali ile ortaya çıkan bilinçdışı affektif dünyayı kontrol altına alma çabası olarak değerlendirilmiştir. Her iki protokolda yetişkin bireylerde beklenenden çok daha fazla sayıda A yanıtlarının verildiği gözlemlenen başka bir dikkat çekici bulgudur. A yanıtları daha immatür ve infantil yanıtlar olduklarından dolayı her iki olguda da özdeşleşme ile ilgili sorunsala gönderme yaptığı düşünülmüştür. Baba/Otorite ile ilgili kartlar olan IV. ve VI. kartlarda her iki olgu da erkeksi bir özdeşim yapamamıştır. Her iki olgu da bu kartlara 'post' yanıtını vermiştir. E (doku) içeren bu cevap daha kadınsı bir sembolleştirmedir. Verilen bu cevaplar her iki olgunun psişik biseksüalitetlerinde özdeşleştikleri bir kadın/anne olabilir şeklinde de yorumlanabilir. Buna bağlı olarak kimlik kartı olan V. kartta ise her iki olgu da 'kelebek' yanıtını vermiş olmalarına rağmen bu kelebek yanıtı banal (Ban) olarak verilmemiştir. Ban yanıtlar diğerleri gibi olma çabası olarak değerlendirilirken kelebek yanıtları olgu 1 'renge farklı kelebek' olgu 2 de 'kurutulmuş kelebek' nitelemelerini yapmıştır. Bu olguların psişik yapılanmaları açısından önemli bir bulgu olarak değerlendirilmiştir. Her iki olgu da erkek faktörlü kısırlık tanısı alarak aslında dölleyen erkek rolünde olmadıklarını bu şekilde yansıtmış olabilirler. TAT'a verilen cevaplar değerlendirildiğinde her iki olgunun vermiş oldukları cevaplar arasında benzerlikler bulunduğu görülmüştür. Bu iki olgunun incelenen kartlara vermiş oldukları cevaplar neredeyse tamamen benzerdir. Nesne ilişkileri ve narsisistik yatırımın nasıl yapıldığını gösteren TAT 1. kartta babadan dededen alınan bir mirastan bahsedilmekte fakat bu mirasla ne yapılacağı bilinmemektedir. Ödipal üçleme ve kuşaklararası farka gönderme yapan 2. kartta ödipal üçleme kurulamamış ve kadınlar değersizleştirilmiştir. İlk sahne düşlemine gönderme yapan 5. kartta ise anne erotize edilmiş fakat aynı zamanda anne figürü bakan, giren, kontrol eden bir sembol olarak değerlendirilmiştir. 7BM ve 8BM kartlarında ise baba oğul arasındaki ilişki incelenmiş fakat kuşaklararası fark ortaya konamamış, dışsal gerçekliğe çok fazla yatırım yapılmış ve babaya karşı olan öfke ön planda anlatılmıştır. Karşı cinsle ilişkilerin incelendiği 13MF kartında ise beklenen gibi cinsel içerikli bir hikâye

anlatılmamış erkeğin duyduğu utanç dile getirilmiştir. TAT'da değerlendirilen son kart olan 16. kartta ise çocuk sahibi olmakla ilgili düşümler ve mutlu aile tablosu ortaya konmuştur.

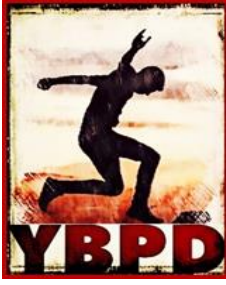
Tartışma

Sonuç kısmında kısaca her iki azospermia ile erkek faktörlü kısırlık tanısı almış iki olgudan elde edilen bulgular özetlenmiştir. Erkek faktörlü kısırlık tanısı almış olan bu iki olgunun Rorschach ve TAT'a vermiş oldukları yanıtlara bakıldığında özdeşleşme, cinsler arası fark, kuşaklararası ileti ve kuşaklararası farklılıkların net bir biçimde ortaya konmadığı yetişkin olguların aksine daha çocuksu özdeşleşmelerin yapıldığı, baba ile ilişki kurulamadığı görülmektedir. Her iki olgu da da anne/kadın bir taraftan tümgüçlü olarak değerlendirilirken diğer taraftan değersizleştirilmiştir. Daha önce de bahsedildiği gibi erkek faktörlü kısırlık tanısı almış olan erkek olguların psişik dünyalarını inceleyen herhangi bir çalışma alanyazında bulunmamaktadır. Bu olguların yaşadıkları psikolojik süreçlerin sadece anksiyete, depresyon gibi klinik belirtilerle sınırlı kalmadığı bu olgularda kısırlık sürecinin aslında psişik yapılanmalarında da büyük sorunsallara neden olduğu bu çalışma ile görülmüştür. Fisher ve Hammarberg (2012) kısırlık tanısı almış erkek olguların psiko-eğitsel grup toplantılarına katılmalarının onların yaşam kalitelerini artıracaklarını ve bu durumla daha rahat baş edebileceklerini ifade etmiştir. Dünyada ve ülkemizde kısırlık tanısı almış erkek olgularla yapılan çalışma sayısının azlığı ve yapılan işlemlerin çok saldırgan olmasının yanı sıra hegemonik erkeklik kavramları da düşünülürse kısırlık tanısı almış olguların bu ihtiyaçları daha rahat anlaşılabilir.

Kaynakça

- Alieh, G.A., & Shabnam, P. (2008). Impact of semen characteristics on the success of intrauterine insemination. *Research Journal of Biological Sciences*, 3, 161-165.
- Anzieu, D., & Chabert, C. (2011). *Projektif yöntemler*. (B. Kolbay, Çev.), İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Atak, İ. (2010). *Açıklanamayan infertilitede kadınlık ve anne-kız ilişkisinde anneliğin iletimi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Berger, D.M. (1980). Couples' reactions to male infertility and donor insemination. *The American Journal of Psychiatry*, 137(9), 1047-1049.
- Burns, L.H. (1987). Infertility as boundary ambiguity: One theoretical perspective. *Family Process*, 26(3), 359-372.
- Carmeli, Y.S., & Birenbaum-Carmeli, D. (1994). The predicament of masculinity: Towards understanding the male's experience of infertility treatments. *Sex Roles*, 30(9-10), 663-677.
- Croignani, P.G., & Rubin, B.L. (1998). ESHRE Capri Workshop Group meeting, Capri, 7-8 September 1997: Male infertility update. *Human Reproduction*, 13(7), 2025-2032.
- Dohle, G.R., Weidner, Jungwirth, A., Colpi, G., Papp, G., Pomerol, J., et al. (2004). *Guidelines on male infertility*. European Association of Urology. Available from alabmed.com/uploadfile/2014/0311/20140311013229193.pdf. Accessed Date: 08/03/2017.
- ESHRE Capri Workshop. (1996). Infertility revisited: The state of the art today and tomorrow. *Human Reproduction*, 11(8), 1779-1807.
- Etem, E.Ö., Yüce, H., Erol, D., Devenci, Ş.D., Ceylan, G.G., Elyas, H. (2009). Cytogenetic analysis in infertile males with sperm abnormalities. *Marmara Medical Journal*, 22(3), 217-224.
- Fisher, J.R., & Hammarberg, K. (2012). Psychological and social aspects of infertility in men: An overview of the evidence and implications for psychologically informed clinical care and future research. *Asian Journal of Andrology*, 14(1), 121-129.
- Glover, T., Barrat, C. (2004). *Male fertility and infertility*. New York. Cambridge University Press.
- Goldfarb, J. & Desai, N. (2011). *Assisted reproduction and male factor Fertility: Which type is right? Male infertility: Problems and solutions*. (Eds ES Sabanegh Jr): 119-124. London, Humana Press.
- Kruger, T., Oehninger, S. (2007). *Male infertility diagnosis and treatment*. Oxon. Infroma UK Ltd.
- Kunej, T., Zorn, B., Peterlin, B. (2003). Y chromosome microdeletions in infertile men with cryptorchidism. *Fertil and Steril*, 79(3), 1559-1565.
- Martin-Du Pan, R.C. (1997). *Etiology of male infertility and oligo-astheno, teratospermia (OAT)*. Arch Androl 39: 19. Available from gfmer.ch/Endo/Lectures_09/dupan1.htm. Accessed date: 09/03/2017.
- Mau, U.A., Bäckert, I.T., Kaiser, P., & Kiesel, L. (1997). Chromosomal findings in 150 couples referred for genetic counselling prior to intracytoplasmic sperm injection. *Human Reproduction*, 12(5), 930-937.
- Nikolettos, N., Asimakopoulos, B., & Hatzissabas, I. (2003). Intrafamilial sperm donation: Ethical questions and concerns. *Human Reproduction*, 18(5), 933-936.
- Okray, Z. (2012). Sihirli ayna söyle bana. *Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi, Sınır Patolojiler-I*, 61-64.

- Patel, A., Sharma, P.S.V.N., Narayan, P., Nair, B.V.S., Narayanakurup, D., & Pai, P.J. (2016). Distress in infertile males in Manipal-India: A clinic based study. *Journal of Reproduction & Infertility*, 17(4), 213-220.
- Peronace, L.A., Boivin, J., Schmidt, L. (2007). Patterns of suffering and social interaction in infertile men: 12 months after unsuccessful treatment, *J Psychosom Obstet Gynecol*, 28(2), 105-114.
- Ragni, G., De Lauretis, L., D'Ambrogio, G., Pellegrini, S., Maggioni, P., Vegetti, W., ... & Crosignani, P. G. (1998). Semen preparation by standard swim-up versus swim-up with test yolk buffer incubation in intrauterine insemination: A randomized study. *Human Reproduction*, 13(7), 1859-1863.
- Rochebrochard, E.D. (2003). Des hommes médicalement assistés pour procréer. *Population*, 58(4), 549-586.
- Smith, J.A., & Smith, A.H. (2004). Treating faith-based infertile couples using cognitive-behavioral counseling strategies: A preliminary investigation. *Counseling and Values*, 49(1), 48-63.
- Thorn, P. (2009). Understanding infertility: Psychological and social considerations from a counselling perspective. *International Journal of Fertility and Sterility*, 3(2), 48-51.
- Tunaboşlu-İkiz, T. (2001). *Rorschach testinin psikanalitik yorumu 1; Kodlama ve uygulama*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Tunaboşlu-İkiz, T. (2011). *Tematik Algı Testi, (TAT) psikanalitik yönelimli el kitabı*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- WHO-ICMART. (2009). The International Committee for Monitoring Assisted Reproductive Technology (ICMART) and the World Health Organization (WHO) Revised Glossary on ART Terminology. Available from who.int/reproductivehealth/topics/infertility/definitions/en/ Accessed date: 08/03/2017.
- Wu, F.C.W. & Bancroft, J.H.J. (1985). Male infertility. *British Medical Journal*, 290(6479), 1417-1420.



REVIEW OF A CASE STUDY IN LIGHT OF BOWEN THEORY: DIFFERENTIATION OF SELF

Esra Nihan BRIDGE¹

Kadikoy Counseling and Research Center

ORCID:0000-0001-5600-3129

ABSTRACT

The major purpose of this paper is to illustrate the theory, practice, and outcome of Bowen's Family Systems Theory. Murray Bowen is a founder of the family systems theory and one of the pioneers in family therapy. Bowen defined the term "differentiation of self" as a capacity to gain a balance between emotional and intellectual functioning without fusion. Bowen established this term in light of the family system theory and he believed self-differentiation is closely related to an individual's family life. Family system theory explains the causes of being undifferentiated in the concept of family relations, and it names some of the characteristics of the family that led to undifferentiation such as triangulation, marital conflict, sibling position, emotional cut off etc. Family systems theory demonstrates that differentiation of self is crucial to longterm intimate relationships. With this term, Bowen addressed emotional maturity and maintaining independent thinking during emotional relationships. A person's level of differentiation of self illustrates his capacity to distinguish feelings and thoughts under stressful situations. Bowen Theory has greatly influenced the world of family therapy and also studies demonstrated its effectiveness on individual therapy work. This article involves emphasizing the formulation of Bowen theory and application to a case example of an individual who struggles with differentiation. First, this paper will review the development of Bowen's theory, then, it will illustrate Bowen's eight interlocking terms. Finally, this paper will present a clinical example, applying family systems therapy to an individual who struggles with differentiation and discusses the outcomes.

Key Words

Family Systems Theory, Differentiation of Self, Case Study, Family Therapy

BOWEN TEORİSİ IŞIĞINDA BİR VAKA ÇALIŞMASININ GÖZDEN GEÇİRİLMESİ: BENLİĞİN FARKLILAŞMASI

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, Bowen Aile Sistemleri Teorisi'nin kuramsal yapılanmasını, terapi sürecinde uygulanmasını ve sonuçlarını göstermektir. Murray Bowen, aile sistemleri teorisinin kurucusu ve aile terapisinin gelişimindeki öncü isimlerden biridir. Bowen, teorisinde geçen "benliğin farklılaşması" terimini, bireyin füzyon olmadan duygusal işleyiş ve entelektüel işleyiş arasında denge kurma kapasitesi olarak tanımlamıştır. Bowen bu terimi aile sistemleri teorisi ışığında açıklamış ve kendini farklılaştırmanın bireyin aile yaşamıyla yakından ilgili olduğuna inanmıştır. Aile sistemleri teorisi benliğin farklılaşmamasının nedenlerini aile ilişkileri kavramı ile izah etmiş ve bireyde farklılaşmaya engel teşkil eden ailenin bazı özelliklerini; üçgenleşme, evlilik çatışması, kardeşlerin doğum sırası, duygusal olarak bağlantıyı kesmek vb. olacak şekilde listelemiştir. Aile sistemleri teorisi, benliğin farklılaşmasının uzun süreli yakın ilişkiler için çok önemli olduğunu vurgulamaktadır. Bu terimle Bowen, duygusal olgunluğa ve duygusal ilişkiler yaşarken de bağımsız düşünebilmeyi sürdürmeye işaret etmiştir. Bireyin benliğinin farklılaşma seviyesi, onun stresli durumlar altındaki duygularını ve düşüncelerini ayırt edebilme kapasitesini göstermektedir. Bowen'ın teorisi, aile terapisi dünyasını büyük ölçüde etkilemiş ve ayrıca yapılan çalışmalar Bowen'ın teorisinin bireysel terapi uygulamaları üzerinde de etkinliğini göstermiştir. Bu çalışma, Bowen teorisinin formülasyonunu açıklamakta ve farklılaşma ile ilgili sorun yaşayan bir danışana Bowen modeli terapi tekniklerinin uygulanmasını içermektedir. Öncelikle, bu çalışma Bowen'ın teorisinin gelişimini gözden geçirecek, daha sonra Bowen'ın teorisindeki farklılaşma ile ilgili olan sekiz önemli terimi açıklayacaktır. Son olarak, bu makale farklılaşma ile mücadele eden bir danışana aile sistemleri terapisinin bireysel terapidaki uygulanmasını içeren bir vaka çalışması sunacak ve sonuçlarını tartışacaktır.

Anahtar Kelimeler

Aile Sistemleri Teorisi, Benliğin Farklılaşması, Vaka Çalışması, Aile Terapisi

¹Couple and Family Therapist, Kadikoy Counseling and Research Center, Istanbul-Turkey, E-mail: esranihanbridge@gmail.com

Citation: Bridge, E.N. (2019). Review of a case study in light of Bowen theory: Differentiation of self. *Life Skills Journal of Psychology*, 3(5), 65-72.

Introduction

Murray Bowen is a founder of the family systems theory and one of the pioneers in family therapy (Haefner, 2014). While he was working with schizophrenic patients, he also worked with their families, in particular their mothers (Haefner, 2014). He noticed that for these families, one of the key factors that generate anxiety is having distance in their relationship. Therefore, he paid attention to enmeshed relationships in their families (Brown, 1999).

From this perspective, Murray Bowen (1966) defined the term “differentiation of self” as a capacity to gain a balance between emotional and intellectual functioning without fusion. Bowen established this term in light of the family system theory and he believed self-differentiation is closely related to an individual’s family life. Bowen indicated that a person’s level of differentiation of self illustrates his capacity to distinguish feelings and thoughts under stressful situations (Skowron & Dendy, 2004). With these words, Bowen (1976) emphasized the importance of control over the emotional process and also underlined the importance of self-differentiation to regulate emotions. Differentiation of self also enables emotion regulation includes soothing one’s own anxiety and not feeling overwhelmed by anxiety of others (Schnarch, 1997).

Family systems theory demonstrates that differentiation of self is crucial to longterm intimate relationships (Skowron, 2000). In terms of close relationships, differentiation of self appears as maintaining a sense of self and being capable to take I positions (Skowron, 2000). Differentiation addresses maintaining autonomy in intimate relationships differentiated persons are capable of supporting their spouse's without experiencing identity lost (Schnarch, 1997). With this term, Bowen also addressed the value of being autonomous and emotionally mature, and the importance of maintaining independent thinking during emotional relationships (Skowron & Friedlander, 1998).

According to Bowen (1976), poorly differentiated or undifferentiated individuals are surrounded by their feelings and they make their decision regarding their feeling. They live relationship-oriented lives and focus on comfort and balance in their relationship. In their research, Skowron et al. (2009) found that undifferentiated people greatly struggle with interpersonal distress (Skowron, Stanley, & Shapiro, 2009). In the relationship, they seek to gain acceptance, approval, and emotional closeness, which results in fusion or enmeshed relationships (Bowen, 1976). Bowen (1976) stated that if individuals are not differentiated, their emotional system will dominate over their intellectual system. They will become emotionally reactive under stress and they will show less flexibility, less adaptation, and more emotionally dependence to others (Bowen, 1976). According to Skowron (2000), less differentiated persons appear emotionally immature.

Contrarily, Bowen (1976) explains that well-differentiated individuals make their decisions using their logical thoughts. In their emotional life, they can experience intimacy and achieve closeness without fusion. They are able to deal with conflict, rejection, and separation (Haefner, 2014). In addition to better coping skills with stress, they experience significantly fewer relationship problems compared to undifferentiated people (Skowron et al., 2009). In their study, Murdock and Gore (2004) emphasized that under similar levels of stressful situations, well-differentiated individuals showed less psychological dysfunction. Well-differentiated individuals experience domination of intellectual functioning on their emotional functioning and under stress situations; they show more flexibility, more adaptation, and more emotionally independence (Bowen, 1976).

Skowron and Dendy (2004) underlined the similarities between Bowlby’s attachment theory and Bowen’s theory by stating both theories focus on autonomous self while staying emotionally connected to parents. Studies indicate that the undifferentiated self primarily requires love, approval, and security, which means non-threatening and non-increasing anxiety (Peleg-Popko, 2002). According to Skowron (2000), differentiated persons are less likely to experience fear of abandonment in their

relationships while less differentiated persons experience difficulty with closeness and separateness.

It was predicted that the level of differentiation is crucial for psychological well-being and healthy psychological development (Bowen, 1976; Skowron, Stanley & Shapiro, 2009). Skowron, Holmes, and Sabatelli (2003) conducted a research on 87 men and 134 women in total of 221 participants and assessed participants' differentiation of self and psychological well-being. In their research, found that men participants usually reported having adjustment problems related to lower emotional reactivity and developing a clear sense of self. In the same research, women participants usually reported self-regulation and interdependent relating problems. The findings of this research also supported that self-management skills and interdependent relatedness are crucial for women's wellbeing (Skowron, Holmes & Sabatelli, 2003). Bowen explained that undifferentiated people usually suffer from anxiety, dissatisfaction in marriage, and physical distress (Jenkins, Buboltz Jr, Schwartz, & Johnson, 2005). In addition to that, Peleg-Popko (2002) emphasized the relationship between low self-differentiation and high social anxiety and intensity of adolescent problems. The study by Jenkins et al. (2005) supported Bowen's idea by finding that levels of differentiation can anticipate adults' psychological adjustment.

Bowen (1976) believes the level of differentiation also affects family member's functioning. Skowron (2005) supports this idea by indicating parents' level of self-differentiation can be predictive of their children's competence. Since parents who have a good differentiation can modulate their emotional arousal and cope with stress efficiently, their children show competence, learn self-regulation, and maintain resiliency in stress situations (Skowron, 2005). Family system theory explains the causes of being undifferentiated in the concept of family relations, and it names some of the characteristics of the family that led to undifferentiation (Murdock & Gore, 2004). These characteristics were listed as eight interlocking terms and it is crucial to explain them to obtain a better understanding regarding theory.

Eight interlocking terms

According to Bowen (1976), *triangulation* is an emotional structure of three people, which is also the smallest stable relationship system in the family. When tension in the relationship of two family member increases, triangulation starts by bringing in a third person in a relationship in order to lower anxiety (Haefner, 2014). Bowen (1976) illustrated the most common triangle as the father-mother-child (third person) triangle and the triangulated person. The most vulnerable person of the family is usually the first child or the youngest child (Bowen, 1976).

Nuclear family emotional system emphasizes that a family responds to stress, which is also transferred from past generations to future generations. In Bowen's theory, this shows itself in one of three ways: as marital conflict, dysfunction in one spouse, or impairment of one or more children (Bowen, 1976). Bowen explains this concept as this: An individual, who developed his differentiation in his family of origin, chooses a spouse who has the same levels of differentiation. Couples with a low level of differentiation become more intense in emotional fusion and they have greater problems. In this relationship, one spouse obtains the dominant role and becomes a decision maker, while the other is pushed to the adaptive role. When the dominant one gains self, the adaptive one loses self. More differentiated spouses usually show less fusion while less differentiated spouses experience more fusion, which leads to anxiety for couples. In order to deal with anxiety, couples become emotionally distant towards each other (Bowen, 1976).

According to Bowen, *marital conflict* is originated undifferentiation and this conflict generates powerful tension between couples. During the "make up" period, this emotional energy appears as closeness. During the conflict period, it becomes anger. Marital conflict determines the relationship cycle between couple such as: closeness, conflict, distance, making up, and closeness (Bowen, 1976).

Dysfunction in one spouse appears as a product of an intense level of undifferentiation in the marriage. Due to the fact that one of the partners becomes adaptive in these

types of marriages, he or she loses themselves and becomes absorbed by their dominant partner. In addition to losing his or her functioning, an adaptive spouse also loses their ability to make a decision for him or herself and they become totally dependent. When anxiety increases in the relationship, it triggers a dysfunction in the adaptive spouse, such as physical problems, emotional problems, or social problems that may develop into chronic illnesses. These illnesses reinforce absorbing the undifferentiation. Dysfunctional spouses might be compensated by the over functioning of their partner and this inhibits the idea of divorce (Bowen, 1976).

Impairment of one or more children implies parents' projection of anxiety to children by excessively worrying about their attitudes, health, or their future (Bowen, 1976). Bowen states that impairment of a child is actually a projection of undifferentiation and this process will prevent the child's self-differentiation (Bowen, 1976). *Family projection process* explains the process of emotional impairment of one or more children. In the beginning, projection is usually only towards one child. However, if the level of undifferentiation is very high, the other children may be involved (Bowen, 1976). The selection of a child is usually related to their mother's stress during their birth, the sibling position (the first child and the youngest child), the sex (being the only child of that sex), and their emotional closeness with parents (Bowen, 1976). Bowen states that the most familiar example of this is a mother's overprotective behaviors to her child in order to reduce her anxiety (Cook, 2007). When the mother feels anxious, the child also starts to feel anxious. Nonetheless, this anxiety was perceived by the child from his parents and the child receives overprotective care from the mother. This projection process causes emotional fusion in the relationship, which may also lead to dysfunction for the child (Bowen, 1966).

Emotional cutoff describes the separation and isolation from the family of origin in order to escape from conflict. Bowen states that running away from family of origin is a sign of emotional dependence, which also causes vulnerability (Bowen, 1976). Struggling to manage emotional problems with family members displays itself as a cutoff, which is the origin of unresolved attachment (Haefner, 2014).

Having an unresolved emotional attachment to their parents is a major issue for the differentiation of self. Bowen believes that when poorly differentiated individuals experience intense anxiety in the family, they are inclined to cut off emotional contacts within the family (Skowron & Friedlander, 1998).

Emotional cutoffs are usually transferred from the past generation to future generations, and they repeat (Cook, 2007). When there is cutoff with the past, it is likely to also have marital conflict, withdrawal, and emotional cutoff with the children. For this reason, having family cutoff with the previous generation leads to dysfunction in the family and poorly differentiated people (Bowen, 1976). In their study, Jenkins et al. (2005) supported Bowen's idea by stating that emotional cutoffs are in anticipation of psychological problems (Jenkins, Buboltz Jr, Schwartz, & Johnson, 2005).

The family projection process continues through multiple generations (Haefner, 2014). *Multigenerational transmission process* emphasizes the transfer of the conflict to other generations via family projection process. As it was mentioned before, after the impairment of a child, the child cannot differentiate themselves from the parents and shows dysfunction. Consequently, he or she carries their undifferentiation to other generations by leading their children to be undifferentiated (Bowen, 1976).

Bowen adopted the concept of *sibling position* from Toman's (1961) work, and he described the term as "significant characteristics of birth order in the family." This concept was substantial to explain the selection of a child during the family projection process. Bowen assumed the first child is usually chosen to be triangulated and they are the least differentiated person of the family, while the youngest child is usually the opposite (Bowen, 1976).

Societal regression illustrates the link between family system and society. Bowen believes that emotional problems in the family are similar to emotional problems in society. Where anxiety exists, intellectual functioning stops and emotional decisions appear to reduce anxiety in both systems (Bowen, 1976). This dysfunction might also

be repetitive and not only can be observed in a family, but it also appears in society. All in all, the anxiety causes regression to previous levels of functioning in both systems (Bowen, 1976).

After reviewing of Bowen's theory, it is imperative to employ it on a case study. The following case study was considered, showing striking similarities to characteristics of the theory and interventions.

Case Study

Amy is a 41-year-old Caucasian woman who came to therapy because of the difficulties she has in her romantic relationship. She wanted to work on her constant crying, her heartbreak, and her communication with her partner. She has never sought psychological help nor was she diagnosed with any mental disorders before. She has never married and she has only one child, who is 17 years old boy. She and her boyfriend live in different houses and they have been in a relationship for over two years.

According to Amy, she did whatever her partner asked for, however one day her partner wanted some space from Amy. Even though Amy and her partner did not break up, when Amy came to therapy she was consistently crying. She was overly concerned with what she should do to get her boyfriend back and what her boyfriend thinks about her. Also, she was frequently seeking approval.

She was raised in a family that consisted of a mother, father, sister, and two brothers. She was the youngest child of the family. Amy stated that at the beginning of her parents' marriage, her father had an affair with another woman and her mother never forgave him. Even though her mother did not forgive her father, they stayed in the marriage until her father died. She reported that her mother and father spent all their lives silent towards each other. Because she was the youngest kid and her older siblings left the home before Amy, Amy said she was involved in her parents' relationship too much. She reported that her mother always talked about her father in a negative way and this caused Amy to hate her dad for all of her adolescent years.

According to her description, Amy's maternal grandmother came to this country after she got married to her grandfather. Amy never met her grandfather because he died before she was born. Amy also said she has seen her maternal grandmother only a couple of times in her life. She said because of her grandmother's marriages (she got married four times), her mother was very distant to her mom. Her mother was not in contact with her siblings either, and this caused Amy to have a distant relationship with her cousins.

Amy said she now lives in a different city than her mother. She talks to her mother every day and visits her frequently. She described their relationship as very close. When Amy had a problem with her boyfriend, she could talk to her mother about it. However, Amy reported that this time she did not tell her anything about her boyfriend's attitude because she did not want to make her mother upset. She said that if her mother learns of this, she will call him and yell at him, and this can cause more tension in Amy's relationship.

Exploring her relationship with her boyfriend showed that her boyfriend was arrested because he exposed himself to a random girl in the street. Amy also mentioned her boyfriend has many sexy women friends in his social media profile and those women frequently sent posts to him. She also said that her boyfriend sometimes asks her to send nude pictures of her and she does. However, recently he asked Amy to send him a nude picture of her and another person together and this made Amy uncomfortable.

Taking a close look at Amy's life and her family of origin, it is easy to note that this case study illustrates some similar characteristics of Bowen's description of low level differentiated self. Although there might be other explanations and aspects, in this case, the paper will only focus on Bowen's theory. In light of Bowen's definition of interlocking terms of family system theory, it can be assumed that Amy struggles with the differentiation of self. Being a part of triangulation, her emotional cutoffs,

emotional reactivity, her enmeshed relationship with her mother, and her fusion with her partner bolster the idea of the low level of differentiation.

Amy's history of taking her mother's side over her fathers can be defined as a triangulation, which represents Amy and her mother's dyad over her father. According to Bowen's (1976) definition, the youngest child is at risk to be triangulated during marital conflict, which supports the possibility of her engagement in a triangle. Even though Amy's dad died, it can be easily interpreted that Amy still has an enmeshed relationship with her mother.

Emotional cutoff is another crucial factor in Amy's life that reinforces a low level of differentiation. This characteristic was also transferred from her mother's family to Amy's cut-offs with her mother's siblings and cousins, and it supports the idea of low level of differentiation. Bowen (1976) also emphasizes that running away from a family of origin is another sign of emotional dependence and necessity of closeness.

The other significant factor that addresses a low level of differentiation is Amy's tendency to make emotional decisions. For example, when Amy planned her vacation to Peru for four days, she invited her mother, too. However, her mother changed the destination and length of the trip and Amy had to go somewhere she did not want for her vacation. When I asked the reason why, she said that if she did not go and then her mother passes away, she would feel so bad. This demonstrates that her mother can affect Amy's decisions and Amy feels guilty when she disregards her feelings.

The fusion also showed itself in Amy's relationship with her partner. She adopted her partner's opinions and expressed them like her own opinions. When she learned that her partner was cheating on her, even though she was sad, she said that "every woman is cheated on by her partner; it's not the end of the world." When the therapist challenged this idea, Amy said, "My boyfriend told this to me and because he cheated on me, this does not mean he does not love me, right?" This can be considered as a sign of adopting someone else's opinion like your opinion and struggling to maintain independent thinking. In the relationship, such people seek to gain acceptance, approval, and emotional closeness, which results in fusion or enmeshed relationships (Bowen, 1976).

When Amy's boyfriend wanted space from her, Amy showed emotional reactivity by crying. She also mentioned that instead of giving him space, she called her boyfriend many times crying. While she shows more emotional dependence on her partner, she continued reacting emotionally, which illustrates the major characteristic of a poorly differentiated person.

Considering the transfer of past relationship patterns to the next generation was another striking fact in Amy's family. The cheating theme started in her parents' relationship and this projected itself onto all the children's future relationships, except one. Repetition of a cheating theme in the family supports the idea of multigenerational transmission process.

Intervention

Bowen (1976) stated that the emotional health of an individual cannot be separated from the family. Using this knowledge about family system theory, Amy and her family could potentially benefit from family therapy focused on systemic approach. From this perspective, even though it is important to involve as many family members as possible to increase the level of self-differentiation, Amy is only able to attend individual therapy.

McGoldrick and Carter (2001) emphasized the techniques for family therapy with one person by explaining that system interactions, fusion, differentiation, triangles, distancing and cut-off are the areas which need to be intervened. They said that detriangulation, opening up a close system, and taking an I positions are the most effective techniques to use in therapy.

Family systems theory encourages using a multigenerational genogram to gather information about the family's history (McGoldrick and Carter, 2001). Identifying the relationship patterns in previous generations was helpful for Amy to gain insight.

Since she was not aware of the transfer of patterns (such as cutoffs and the cheating theme) from past generations to future generations, it was valuable for her to see the relationship patterns in the family.

In terms of de-triangulation, Amy said she had a chance to develop an individual relationship with her father after she gave birth. After she saw her dad's relationship with her son, she said she started to see her dad in a different light than before. She also said she realized that all that time, her mother brainwashed her about her dad and she hated from her dad for no reason. Before Amy's father passed away, she said they developed a better relationship and made up for those years. Here, there was no work possible about de-triangulation. Since Amy's dad passed away last year, she still shows emotional sensitivity about this topic. However, in therapy, talking about that triangulation's effects and how she realized she was in triangulation was beneficial.

Bowen (1976) stated that having family cutoff with the previous generation leads to dysfunction in the family. For this reason, reopening the emotional cutoff and reconnecting with family members is crucial for Amy to resolve the emotional conflict. Since Amy has never experienced conflict between her mother's siblings, contacting her cousins and re-opening that cutoffs can also benefit her self-differentiation. Even though Amy has not taken any step to make a connection with her maternal relatives, she is comfortable with this idea.

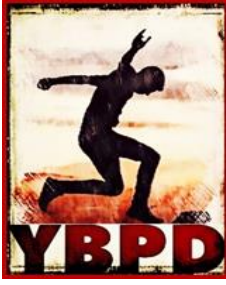
Discussion and Conclusion

Finally, by reinforcing, taking I positions, and maintaining independent thinking, the fusion in Amy's relationships can be prevented. During therapy, work focused on differentiating Amy's feelings from her partner's opinions. In the beginning, she tended to talk about her partner too much. When she was making comments about her partner's opinions about herself, she was asked, "This is what he thinks, what do you think?" This helped Amy to start independently thinking. Now, Amy has started to spend time on her own opinions and started to talk about herself in therapy.

As a result, these methods and therapy might help Amy's self-differentiation, her empowerment, and also prevent transference of the same patterns to the next generation. This paper only focused on Bowen's theory, however, benefiting from other aspects and techniques certainly can contribute therapy.

References

- Bowen, M. (1966). The use of family theory in clinical practice. *Comprehensive Psychiatry*, 7(5), 345-374.
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. In P. J. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (42-90). New York: Gardner Press.
- Brown, J. (1999). Bowen family systems theory: Illustration and critique. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 20(2), 94-103.
- Cook, L. (2007). Perceived conflict, sibling position, cut-off, and multigenerational transmission in the family of origin of chemically dependent persons: An application of Bowen family systems theory. *Journal of Addictions Nursing*, 18, 131-140.
- Haefner, J. (2014). An application of Bowen family systems theory. *Issues in Mental Health Nursing*, 35, 835-841.
- Jenkins, S.M., Buboltz Jr, W.C., Schwartz, P.J., & Johnson, P. (2005). Differentiation of self and psychosocial development. *Contemporary Family Therapy* 27(2), 251-261.
- Knutson-Martin, C. (1994). The female voice: Applications to Bowen's family systems theory. *Journal of Marital and Family Therapy*, 20(1), 35-46.
- MacKay, L. (2012). Trauma and Bowen family systems theory: Working with adults who were abused as children. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy* 33(3), 232-241.
- McGoldrick, M & Carter, B. (2001). Advances in coaching: Family therapy with one person. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27(3), 281-300.
- Murdock, N.L, & Gore, P.A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 319-335.
- Peleg-Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 24(2), 355-369.
- Schnarch, D. (1997). *Passionate marriage: Sex, love, and intimacy in emotionally committed relationships*. New York: Norton.
- Skowron, E.A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237.
- Skowron, E.A. (2005). Parent differentiation of self and child competence in low-income urban families. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 337-346.
- Skowron, E.A., & Dendy, A.K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 337-357.
- Skowron, E.A., & Friedlander, M.L. (1998). The differentiation of self-inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235-246.
- Skowron, E.A., Holmes, S.E., & Sabatelli, R.M. (2003). Deconstructing differentiation: Self regulation, interdependent relating, and well-being in adulthood. *Contemporary Family Therapy* 25(1), 111-129.
- Skowron, E.A., Stanley, K.L., & Shapiro, M.D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31, 3-18.



THE PREDICTIVE ROLE OF EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS IN THE EVALUATION OF PRE-MARITAL ROMANTIC RELATIONSHIPS AMONG UNIVERSITY STUDENTS*

Serdar KORUK¹

Eskisehir Osmangazi University

ORCID:0000-0003-3170-4302

Ali Ammar KURT²

Mersin University

ORCID:0000-0001-8904-8091

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the predictive role of the early maladaptive schemas on the pre-marital romantic relationship evaluation process among Turkish university students. The study group of this research, which was conducted as a quantitative research and in which correlational design was used, consists of 122 university students who were in a romantic relationship and who declared that they were willing to marry or were not sure in this regard. Students who were in a romantic relationship and did not consider marrying their current partner were not included in the study. The Turkish Young Schema Questionnaire-Short Form-3 and Premarital Relationship Assessment Scale were used to collect the data. The results of the t-test analysis indicated that premarital romantic relationship assessment dimensions did not differ to gender and emotional deprivation, failure, social isolation/alienation, enmeshment/dependency, and defectiveness maladaptive schemas differed to gender. The results of the multiple linear regression analysis revealed that emotional deprivation schema predicted religious values assessment dimension negatively, emotional deprivation and defectiveness schemas predicted communication assessment dimension negatively, vulnerability to harm schema predicted friendships assessment dimension negatively, defectiveness schema predicted family relationships assessment dimension negatively, emotional inhibition and insufficient self-control/entitlement schemas predicted sexual cohesion assessment dimension for emotional inhibition negatively and for insufficient self-control/entitlement positively, defectiveness and vulnerability to harm and illness schemas predicted overall premarital evaluation score negatively. Results were discussed in the light of traditional gender roles, meanings attributed to marriage and relevant literature.

Key Words

Early Maladaptive Schemas, Pre-Marital Relationship, University Students

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE EVLİLİK ÖNCESİ ROMANTİK İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİNDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALARIN YORDAYICI ROLÜ

ÖZ

Bu çalışmanın amacı Türk üniversite öğrencilerinde sahip olunan erken dönem uyum bozucu şemaların, evlilik öncesi romantik ilişkileri değerlendirme sürecindeki yordayıcı rolünün belirlenmesidir. Nicel araştırma olarak yürütülen ve ilişkisel desenin kullanıldığı bu araştırmanın çalışma grubunu bir romantik ilişki içerisinde olan ve partneriyle evlenmeyi düşündüğünü veya bu konuda kararsız olduğunu beyan eden 122 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Bir romantik ilişkisi olan ve mevcut partneriyle evlenmeyi düşünmeyen öğrenciler çalışmaya alınmamıştır. Verilerin toplanmasında Young Şema Ölçeği-Kısa Form-3 Türkçe formu ve Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Yürütülen t-testi bulguları, evlilik öncesi romantik ilişkileri değerlendirme boyutlarının cinsiyete göre farklılaşmadığını, duygusal yoksunluk, başarısızlık, sosyal izolasyon, bağımlılık ve kusurluluk uyum bozucu şemalarının cinsiyete göre farklılaştığını göstermiştir. Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi bulguları, duygusal yoksunluk uyum bozucu şemasının dini değerler değerlendirme boyutunu olumsuz yönde, duygusal yoksunluk ve kusurluluk uyum bozucu şemalarının iletişim değerlendirme boyutunu olumsuz yönde, dayanıksızlık uyum bozucu şemasının arkadaşlar değerlendirme boyutunu olumsuz yönde, kusurluluk uyum bozucu şemasının aile ilişkileri değerlendirme boyutunu olumsuz yönde, duygusal yoksunluk ve yetersiz öz-denetim/büyükleme için olumsuz yönde, kusurluluk ve dayanıksızlık için olumlu yönde, kusurluluk ve dayanıksızlık uyum bozucu şemalarının genel ilişki değerlendirme puanını olumsuz yönde yordadığını ortaya koymuştur. Bulgular geleneksel cinsiyet rolleri, evliliğe yüklenen anlamlar ve ilgili alan yazın kapsamında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Evlilik Öncesi İlişkiler, Üniversite Öğrencileri

*Presented as oral presentation in V. International Eurasia Educational Research Congress. 02-05 May 2018, Antalya, Turkey.

¹Research Assistant, PhD(c), Eskisehir Osmangazi University Psychological Counseling and Guidance Department, Eskisehir/Turkey, e-mail: serdarkoruk1989@gmail.com

²MA Student, Mersin University Psychological Counseling and Guidance Department, Mersin/Turkey, e-mail: aliamarr@gmail.com

Citation: Koruk, S., Kurt, A.A. (2019). The predictive role of early maladaptive schemas in the evaluation of pre-marital romantic relationships among university students. *Life Skills Journal of Psychology*, 3(5), 73-83.

Introduction

Marriage can be described as a universal institution and may differentiate pursuant to the cultural values of the one. Marriage provides for the continuity of the descendants, in which the two individuals form an agreement for a permanent union and the individuals undertake various responsibilities towards each other (Ozabaci & Erkan, 2014). Marriage has a significant role in the one's life to help to fulfill their life purposes like sexuality, productivity, belonging and having offsprings throughout their life-time (Nazli, 2014).

Healthy marriages are often explained as marriages where spouses acquaint themselves with each other in many ways, meet reciprocally with their psychological, social, emotional and sexual needs, meet in common activities and interests, and marry in the context of material and spiritual values. Unhealthy marriages are defined as marriages where spouses do not adequately recognize each other's characteristics and are therefore not generally satisfied with reciprocal needs and expectations (Saxton, 1982; Yalcin & Hamamci, 2012). Having an unhealthy marriage relationship can have negative consequences for the psychological health of partners. In order to ensure healthy marriages at this point, it is necessary for the individuals to be able to evaluate their partner in a healthy way and make healthy decisions during the premarital evaluation process. There are some cognitive factors affecting the premarital evaluation process, and the early maladaptive schemas are one of them.

The negative experiences that people face in their early childhood have an unhealthy effect on the close relationships they established during adulthood (Tezel, Kislak & Boysan, 2015). Young, Klosko and Weishaar (2003) have described the effect of early negative life experiences on an individual with the concept of early maladaptive schemas. Early maladaptive schemas are defined as permanent and persistent cognitive themes that direct emotional and cognitive reactions of individuals, which result in individuals associating with individuals who are objects of attachment in infancy and childhood, and that enable individuals to make sense of themselves and the outside world (Young et al., 2003). The maladaptive schemas of the individuals and the schema fields formed by these schemas shape the perception of the emotions, behaviors and environmental stimuli in close relationships. According to this approach, dysfunctional cognitive patterns of individuals formed in childhood cause problems in close relationships in future (Arntz & Jacob, 2013). Early maladaptive schemas are caused by negative interactions on the basis of unmet care, love and interest needs, neglect and abuse experiences, traumatic situations and generally on the basis of insecure attachment in early life (Jind, 2000). These schemas can be triggered in cases where similar emotions are experienced in the following years and can affect emotions and behaviors (Young et al., 2003).

Five schema domains and the maladaptive schemas that are categorized under these domains are described as follows: *impaired autonomy* (enmeshment/dependency, abandonment, failure, negativity/pessimism, vulnerability to harm and illness), *disconnection* (emotional deprivation, emotional inhibition, social isolation/alienation, defectiveness), *unrelenting standards* (unrelenting standards, approval seeking), *impaired limits* (insufficient self-control/entitlement) and *other directness* (self-sacrifice, punitiveness) (Young et al., 2003).

Interpersonal processes are one of the important dimensions affecting couple adjustment and couples' evaluations of each other. Interpersonal processes refer to mutual behavioral, emotional and cognitive interactions between the couple. Couples' attitudes towards conflict resolution and problem solving are the points where relationship adjustment researchers focus (Bradbury, Fincham & Beach, 2000). Margolin and Wampold (1981) stated that non-functional expectations in close relationships are associated with higher negative responsiveness. In this situation, couples' maladaptive attitudes towards each other's feelings and behaviors play an important role. Early maladaptive schemas are seen as an important source of non-functional strategies and attitudes in couple interactions (Hayes & Parsonnet, 2016).

Dumitrescu and Rusu (2012) investigated the relationship between early maladaptive schemas and couple adjustment on 182 university students and they found that

emotional deprivation, abandonment, social isolation, defectiveness, dependency, vulnerability to harm and illness, approval seeking and pessimism schemas negatively predict couple adjustment.

Sahin's (2015) research, which was conducted on 100 individuals (age range 20 to 40) who had romantic relationships, found positive correlations between relationship stability and schemas of entitlement, approval seeking and punitiveness.

Yigit and Celik (2016) conducted a study on 188 married and 246 in-relationship individuals and the findings showed that for participants having a romantic relationship, relationship satisfaction was significantly and negatively predicted by disconnection schema domain. For married participants, disconnection schema domain and length of relationship significantly and negatively predicted relationship satisfaction.

Zeinali and Amirsardari (2018) conducted a research on 357 undergraduate students and they found that overvigilance/inhibition and other-directness schema domains were significant predictors of infidelity proness.

It is thought that maladaptive schemas possessed at the cognitive and emotional level, such as many factors on marriage, one of the life tasks of the adulthood period, are also effective. In this study, it is examined how the early maladaptive schemas affect the premarital decision-making process. The study's research questions are as follows;

- 1.How do the pre-marital romantic relationship assessment dimensions differ according to gender in university students?
- 2.How do the early maladaptive schemas differ according to gender in university students?
- 3.Do early maladaptive schemas in university students predict pre-marital romantic relationship assessment dimensions?

Method

Design

In this research conducted as quantitative research, correlational design is used from quantitative research designs. It explains whether there is an association between two or more cases in the relational aspect (Yildirim & Simsek, 2005).

Study Group

The study group of the research consists of a total of 122 university students in a romantic relationship from two different universities. Both university are state universities, one of them is in Central Anatolia and the other one is in South of Turkey. The mean age of the study group was 21.67 (Sd=1.57) and the mean duration of romantic relationship was 2.1 years (Sd=1.75).

The convenient sampling technique was used to form the study group. Individuals who responded "yes" and "not sure" to the question "Do you think of marrying your current partner?" in the demographic information section of the scales given to the participants were included in the study. Individuals who responded "no" were not included in the study. Demographic information of the study group is presented in Table 1.

Table 1. Demographic information

Demographic Variables		N	%
Gender	Male	39	32
	Female	83	68
	Sum	122	100
Department	Psychological counseling and guidance	67	55
	Pharmacy	26	21
	Conservatory	4	3
	Pre-school teaching	13	11
	Primary school teaching	10	8
	NA	2	2
	Sum	122	100
Grade	1. grade	5	4
	2. grade	6	5
	3. grade	48	39
	4. grade	49	40
	5. grade	9	8
	NA	5	4
	Sum	122	100
Do you think of marrying your current partner?	Yes	89	73
	Not sure	33	27
	Sum	122	100

Data Collection Tools

The demographic information form formed by the researchers was used to measure demographic information of participants. In this form, participants are asked about age, gender, department, relationship status, duration of the relationship and whether or not they think about getting married to the current partner.

Premarital Relations Assessment Scale (PRAS): Scale was developed by Kalkan and Kaya (2007) was used in evaluating premarital relationships. The scale consisting of 34 items is rated as a five-point Likert (1-Never agree, 5-Completely agree) and consists of five sub-factors: religious values, communication, friendships, family relationships and sexual cohesion. The high score on each subscale and the sum of the scales indicates the positive evaluation of the relevant dimension. In the scale development study, the Cronbach Alpha internal consistency score for the whole scale was 0.86, which was between 0.68 and 0.77 for the sub-factors. The test-retest reliability coefficient was calculated at three weeks intervals and this value was found to be 0.72. These values are sufficient for the reliability of the PRAS. In the present study, the Cronbach Alpha internal consistency score was 0.80 for the whole scale and for the sub-factors it was between 0.61 and 0.72.

Turkish Young Schema Questionnaire-Short Form 3 (TYSQ-S3): Scale was developed by Young et al. (1991, 2003) and adapted to Turkish by Soygut, Karaosmanoglu and Cakir (2009) was used to measure early maladaptive schemas. The adapted scale consists of 90 items and is rated on the six Likert (1-Completely wrong for me, 6-Completely true for me). YSQ-SF3 measures 14 maladaptive schemas and 5 schema domains which maladaptive schemas form. Five schema domains and the maladaptive schemas that are categorized under these domains are described as follows: impaired autonomy (enmeshment/dependency, abandonment, failure, negativity/pessimism, vulnerability to harm and illness), disconnection (emotional deprivation, emotional inhibition, social isolation/alienation, defectiveness), unrelenting standards (unrelenting standards, approval seeking), impaired limits (insufficient self-control/entitlement) and other directness (self-sacrifice, punitiveness). The adaptation study was conducted on 1071 university students and the internal consistency coefficient of Cronbach Alpha for maladaptive schemas ranged from 0.63

to 0.80; for schema domains, between 0.53 and 0.81. Test-retest reliability on 150 university students at three-week intervals was 0.66 to 0.82 for maladaptive schemas; for the schema domains, the test-retest reliability coefficients between 0.66 and 0.83 have been reached. In the present study, the Cronbach Alpha internal consistency coefficient for maladaptive schemas ranged from 0.64 to 0.85.

Data Collection and Analysis

The data collection tools used in the study were combined with the demographic information form and presented to participants. Participants were briefed about the general purpose of the study before scales were presented. In the analysis of the data, frequency analysis, correlation analysis, t-test and multiple linear regression analysis (forward technique) techniques were used.

Results

Before the regression analysis, multiple correlation analysis was conducted to determine whether there were significant relationships between the variables. The correlations between PRAS and YSQ-SF3 were presented in Table 2.

Table 2. The correlations between PRAS and YSQ-SF3

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1-Religious values	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2-Communication	.21*	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3-Friendships	.11	.52**	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4-Family relationships	.39**	.52**	.44**	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5-Sexual cohesion	-.02	.18*	.14*	.03	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6-Overall pre-marital evaluation	.59**	.74**	.69**	.80**	.32**	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7-Emotional deprivation	-.19*	-.53**	-.28**	-.26**	-.08	-.42**	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8-Failure	-.18*	-.50**	-.29**	-.39**	-.16	-.47**	.47**	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9-Negativity/pessimism	-.09	-.26**	-.30**	-.30**	-.12	-.34**	.32**	.61**	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10-Social isolation/alienation	-.14	-.43**	-.34**	-.33**	-.06	-.41**	.57**	.68**	.67**	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11-Emotional inhibition	-.12	-.45**	-.22*	-.20*	-.21*	-.36**	.51**	.55**	.43**	.60**	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-
12-Approval seeking	-.01	-.02	-.23**	-.18*	-.12	-.18	.03	.32**	.46**	.24**	.08	1	-	-	-	-	-	-	-	-
13-Enmeshment/dependency	-.18*	-.50**	-.25**	-.32**	-.17	-.43**	.50**	.69**	.56**	.65**	.45**	.26**	1	-	-	-	-	-	-	-
14-Insufficient self-control/entitlement	.01	-.19*	-.16	-.18	.09	-.15	.18	.25**	.21*	.27**	.36**	.32**	.14	1	-	-	-	-	-	-
15-Self-sacrifice	.04	-.06	-.06	-.01	-.06	-.03	.19*	.27**	.39**	.35**	.22*	.28**	.28**	.22*	1	-	-	-	-	-
16-Abandonment	-.15	-.42**	-.33**	-.30**	-.12	-.41**	.58**	.67**	.60**	.64**	.48**	.36**	.65**	.23*	.23*	1	-	-	-	-
17-Punitiveness	-.06	-.17	-.24**	-.14	-.15	-.23*	.13	.44**	.56**	.39**	.32**	.63**	.38**	.37**	.41**	.37**	1	-	-	-
18-Defectiveness	-.16	-.59**	-.35**	-.42**	-.16	-.52**	.64**	.72**	.55**	.72**	.64**	.12	.70**	.24**	.13	.70**	.27**	1	-	-
19-Vulnerability to harm and illness	-.13	-.37**	-.43**	-.33**	-.18*	-.45**	.32**	.56**	.67**	.63**	.41**	.46**	.51**	.29**	.18	.62**	.53**	.56**	1	-
20-Unrelenting standards	-.08	-.23**	-.27**	-.22*	-.05	-.27**	.19*	.21*	.35**	.30**	.31**	.35**	.21*	.36**	.16	.33**	.34**	.26**	.33**	1

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Considering overall pre-marital evaluation score, defectiveness, failure and vulnerability to harm and illness schemas were found to be highly negatively correlated. Significant many other correlations were observed among most of the variables of the study.

PRAS T-test Results

T-test analysis was conducted on the pre-marital romantic relationship assessment dimensions to analyze the first research question of the study. According to the t-test results, there was no significant difference in the measured dimensions according to the gender. In all subscales except for the sexual cohesion subscale, and in the general score, female students had higher scores and male students only had higher scores in sexual cohesion subscale. PRAS t-test results are given in Table 3.

Table 3. PRAS T-test results (N=122)

Subscales	Gender	N	\bar{X}	Ss	t	p
Religious values	Male	39	4.07	0.66	-1.02	0.520
	Female	83	4.20	0.70		
Communication	Male	39	4.24	0.61	-2.42	0.080
	Female	83	4.50	0.47		
Friendships	Male	39	4.07	0.59	-0.98	0.970
	Female	83	4.18	0.57		
Family relationships	Male	39	4.14	0.75	-0.78	0.410
	Female	83	4.25	0.67		
Sexual cohesion	Male	39	4.46	0.35	1.11	0.180
	Female	83	4.37	0.46		
Overall pre-marital evaluation	Male	39	4.19	0.41	-1.40	0.670
	Female	83	4.30	0.36		

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

YSQ-SF3 T-test Results

T-test analysis was conducted on the maladaptive schemas to analyze the second research question of the study. T-test results showed that there was a significant difference in subscales of emotional deprivation, failure, social isolation/alienation, enmeshment/dependency, and defectiveness according to gender. The scores of male students were found to be higher in all maladaptive schemas which differed significantly according to gender. YSQ-SF3 t-test Results are given in Table 4.

Table 4. YSQ-SF3 T-test results (N=122)

Subscales	Gender	N	\bar{X}	Ss	t	p
Emotional deprivation	Male	39	1.92	.92	3.46	0.000***
	Female	83	1.43	.63		
Failure	Male	39	2.07	.98	2.23	0.000***
	Female	83	1.75	.62		
Negativity/pessimism	Male	39	2.44	1.33	0.68	0.070
	Female	83	2.29	1.04		
Social isolation/alienation	Male	39	2.46	1.21	2.51	0.000***
	Female	83	2.00	.78		
Emotional inhibition	Male	39	2.48	1.20	2.19	0.200
	Female	83	2.04	.97		
Approval seeking	Male	39	3.01	.91	-1.92	0.150
	Female	83	3.39	1.07		
Enmeshment/dependency	Male	39	1.90	.92	2.59	0.000***
	Female	83	1.56	.55		
Insufficient self-control/entitlement	Male	39	3.79	.93	0.53	0.610
	Female	83	3.69	.89		
Self-sacrifice	Male	39	2.75	.84	-1.18	0.240
	Female	83	2.96	.97		
Abandonment	Male	39	1.87	.93	1.51	0.060
	Female	83	1.64	.72		
Punitiveness	Male	39	3.48	.84	1.49	0.530
	Female	83	3.21	.96		
Defectiveness	Male	39	2.00	1.01	4.61	0.000***
	Female	83	1.37	.51		
Vulnerability to harm and illness	Male	39	2.42	1.09	1.38	0.230
	Female	83	2.16	.95		
Unrelenting standards	Male	39	2.78	1.36	0.68	0.690
	Female	83	2.61	1.31		

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Regression Analysis Findings Related to the Prediction of Pre-marital Relationship Dimensions by Maladaptive Schemas

Regression analysis findings related to the prediction of pre-marital relationship dimensions by maladaptive schemas are given in Table 5. Emotional deprivation schema predicts religious values pre-marital evaluation dimension negatively ($B=-.17$, $p<0.05$). This schema alone explains 4% of the total variance. Defectiveness ($B=-.30$, $p<0.001$) and emotional deprivation ($B=-.17$, $p<0.001$) maladaptive schemas predict communication negatively. These two schemas explain %39 of the total variance. Vulnerability to harm and illness schema predicts friendships negatively ($B=-.25$, $p<0.001$). This schema alone explains 18% of the total variance. Defectiveness schema predicts family relationships negatively ($B=-.38$, $p<0.001$). This schema alone explains 17% of the total variance. Insufficient self-control/entitlement schema predicts sexual cohesion positively ($B= .09$, $p<0.05$), emotional inhibition predicts negatively ($B=-.11$, $p<0.001$). These two schemas explain %8 of the total variance. Defectiveness ($B=-.20$, $p<0.001$) and vulnerability to harm and illness ($B=-.09$, $p<0.05$) schemas predict overall pre-marital evaluation negatively. These two schemas explain %31 of the total variance.

Table 5. Regression analysis findings related to the prediction of pre-marital relationship dimension by maladaptive schemas

Religious values	B	SH	β	t	p
Constant	4.43	0.14		31.43	0.000***
Emotional deprivation	-.17	0.08	-.19	-2.15	0.030*
n=122, R=.19, R ² =.04, F=4.62, p<0.05					
Communication	B	SH	β	t	p
Constant	5.15	0.09		54.62	0.000***
Defectiveness	-.30	0.07	-.43	-4.63	0.000***
Emotional deprivation	-.17	0.06	-.25	-2.68	0.000***
n=122, R=.62, R ² =.39, F=37.58, p<0.001					
Friendships	B	SH	β	t	p
Constant	4.71	0.12		40.02	0.000***
Vulnerability to harm and illness	-.25	0.05	-.43	-5.21	0.000***
n=122, R=.43, R ² =.18, F=27.13, p<0.001					
Family relationships	B	SH	β	t	p
Constant	4.81	0.13		36.26	0.000***
Defectiveness	-.38	0.08	-.42	-4.99	0.000***
n=122, R=.42, R ² =.17, F=24.95, p<0.001					
Sexual cohesion	B	SH	β	t	p
Constant	4.31	0.16		26.69	0.000***
Emotional inhibition	-.11	0.04	-.28	-2.97	0.000***
Insufficient self-control/entitlement	.09	0.05	.19	1.99	0.050*
n=122, R=.28, R ² =.08, F=4.90, p<0.05					
Overall pre-marital evaluation	B	SH	β	t	p
Constant	4.77	0.08		62.35	0.000***
Defectiveness	-.20	0.05	-.39	-4.27	0.000***
Vulnerability to harm and illness	-.09	0.04	-.23	-2.47	0.020*
n=122, R=.55, R ² =.31, F=26.26, p<0.05					

(*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001)

Discussion

This study is conducted to determine the effects of early maladaptive schemas on the pre-marital romantic relationship evaluation process among Turkish university students. The results reveal that maladaptive schemas of emotional deprivation,

defectiveness, vulnerability to harm, emotional inhibition and insufficient self-control predict the various dimensions of the process of evaluating pre-marital relationships.

When considering the PRAS t-test findings, no subscale showed any significant difference according to gender except for sexual cohesion, female students evaluate more positive their relationships and their points were found higher than male students. It indicates that Turkish female students have more positive view over their romantic relationships than male students. This can be explained with traditional gender roles. The culture in which the individual lives affect how she/he thinks, feels and behaves and the culture socially constructs his/her personality (Powell & Greenkouse, 2010). Turkish culture promotes marriage and sees it as one of the most important developmental tasks in transition to adulthood. Pre-marital dating relationships are discouraged especially for female young individuals. This social pressure directs females to put more emphasis on forming a marriage regardless of relationship satisfaction. Ayan (2014) and Alptekin (2014) explained that female students have more positive attitudes towards benevolent sexism which means a patronizing attitude that treats women as needing men's help, protection, and provision. In Turkey, male university students are more sexually active than females and male students acknowledge premarital sexual experience as normal (Pinar et al., 2009). This social allowance allows them to feel stronger in the field of sexuality and to explore this area more.

YSQ-SF3 t-test findings indicates that emotional deprivation, failure, social isolation/alienation, enmeshment/dependency, and defectiveness maladaptive schemas significantly differ depending on the gender. Except for the social isolation/alienation schema, male students' schema points were found to be higher. There are studies reporting that male students have more maladaptive schemas (Colakoglu, 2012; Ozbas, Sayin & Cosar, 2012; Saygili, 2014). Social isolation/alienation schema is related to fear of being excluded from a group or community and feeling isolated (Young et al., 2003). It points out the lack of self-confidence to construct healthy interpersonal relationships. Over protective parenting styles in Turkey female students had been exposure may diminish their inner motivation to be a part of a social group.

Emotional deprivation schema predicts religious values dimension negatively. Emotional deprivation means one's belief that his/her emotional expectations will not be satisfied enough by others (Young et al., 2003). Religious values dimension explains the situation that one's religious and spiritual values are respected and cared by his/her partner. The lack of respect and care may trigger emotional deprivation schema and this can confirm the schema's mechanism. Similarly, Kebritchi and Mohammadkhani (2016) found that emotional deprivation schema has negative correlation with religious orientation among young married couples.

Defectiveness and emotional deprivation schemas predicts communication negatively. Defectiveness is the feeling of being irritating, bad, unwanted, worthless, and useless in important matters. Both defectiveness and emotional deprivation schemas belong to the disconnection schema domain (Young et al., 2003). These schemas are strong structures that inhibit communication process. The schema of defectiveness may withdraw the individual from the communication process to avoid any possible negative evaluation.

Vulnerability to harm and illness schema is found to be a stronger negative predictor of friendships dimension which explains partners' evaluations and adjustments of each other's friends. This schema is an exaggerated fear of being exposure to a catastrophe and not being protected from it. This catastrophe may be medical, emotional, social, or external (Young et al., 2003). This schema can force a person to stay away from his or her partner's circle of friends to stick his or her own circle or just to the partner. While restricting social circle, this schema may strengthen mutual commitment (Mohammadi & Soleymani, 2017).

Emotional inhibition schema predicts sexual cohesion negatively while insufficient self-control/entitlement predicts positively. In Kebritchi's and Mohammadkhani's (2016) study, both schemas showed negative correlation with sexual relationship.

Gomes and Nobre (2012) found that failure and enmeshment/dependency maladaptive schemas are negatively related to sexual functioning. Emotional deprivation schema may prevent the individual from explaining his / her sexual demands, desires and dissatisfactions to the partner. On the other hand, insufficient self-control/entitlement schema may act as a mechanism of satisfying sexual demands and desires unilaterally in Turkish culture.

Lastly, considering overall pre-marital evaluation, defectiveness and vulnerability to harm and illness schemas both predict negatively. Vulnerability to harm and illness schema may cause the individual to have the feeling and thought that the marriage may be a dangerous and harmful situation and therefore the individual may develop negative feelings towards his/her partner. Individuals with strong defectiveness schema on the other hand may have the idea that their partners see them inferior and not capable of continuing the relationship in order to surrender the schema. This surrender may produce negative feelings and emotions both towards the partner and the relationship.

Limitations

In this study, the equality of the number of gender has not been reached at the planned level. This was an important limitation of the study. Another limitation was that most participants are from department of psychological counseling and guidance which means participants have higher level of self awareness and psychological cognition. In the further studies which will be conducted on similar issues, it is recommended that more participants be taken into the study and that gender distribution is taken into consideration and also participant from different fields and departments will represent more comparable data.

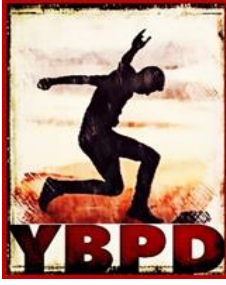
Conflict of Interest

On behalf of all authors, the corresponding author states that there is no conflict of interest.

References

- Alptekin, D. (2014). Inquiry of gender discrimination in contrast emotions: A study on perception of gender of youth university. *Selcuk University Journal of Institute of Social Sciences*, 32, 203-211.
- Arntz, A. & Jacop, G. (2013). *Schema therapy in practise: An introductory guide to the schema mode approach*. Oxford, UK: Wiley-Blackwell.
- Ayan, S. (2014). Saxisim: Ambivalent saxisim. *Cumhuriyet Medical Journal*, 36(2), 147-156.
- Bradbury, T.N., Fincham, F.D., & Beach, S.R. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964-980.
- Colakoglu, E.T. (2012). *Self-concept, early maladaptive schemas, perceived parenting styles, and interpersonal relations in young adults*. (Unpublished Master Thesis). Maltepe University, Institute of Social Sciences, İstanbul.
- Dumitrescu, D., & Rusu, A.S. (2012). Relationship between early maladaptive schemas, couple satisfaction and individual mate value: An evolutionary psychological approach. *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*, 12(1), 63-76.
- Gomes, A.L.Q., & Nobre, P. (2012). Early maladaptive schemas and sexual dysfunction in men. *Archives of Sexual Behavior*, 41(1), 311-320.
- Hayes, C., & Parsonnet, P.R. (2016). Issue: Couples and Relationships. *The Schema Therapy Bulletin*, 3, 1.
- Jind, L. (2000). Can the perception of traumatic events result in cognitive schema changes? A critical review through the empiric literature. *Nordisk Psykologi*, 52, 115-134.
- Kalkan, M., & Kaya, S.N. (2007). The development of premarital relationship assessment scale: Studies of validity and reliability. *Family and Society*, 3(11), 35-40.
- Kebritchi, A., & Mohammadkhani, S. (2016). The role of marital burnout and early maladaptive schemas in marital satisfaction between young couples. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5(12), 239-246.
- Margolin, G., & Wampold, B.E. (1981). Sequential analysis of conflict and accord in distressed and nondistressed marital partners. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49(4), 554-567.
- Mohammadi, B., & Soleymani, A. (2017). Early maladaptive schemas and marital satisfaction as predictors of marital commitment. *International Journal of Behavioral Sciences*, 11(1), 16-22.
- Nazli, S. (2014). *Family counseling* (11. ed.), Ankara: Ani Publishing.
- Ozabaci, N., & Erkan, Z. (2014). *Family counseling. An overview of theory and practice*. Ankara: Pegem Publishing.
- Ozbas, A.A., Sayin, A., & Cosar, B. (2012). Investigation of the relationship between examination anxiety and early maladaptive schemas of students who are preparing for university examination. *Journal of Cognitive Behavioral Psychotherapy and Research*, 1(2), 81-89.
- Pinar, G., Dogan, N., Okdem, S., Algier, L., & Oksuz, E. (2009). Knowledge, attitudes, and behavior of students related to sexual health in a private university. *Medical Researches Journal*, 7(2), 105-113.
- Powell, G. N., & Greenhaus, J. H. (2010). Sex, gender, and decisions at the family-work interface. *Journal of Management*, 36(4), 1011-1039.
- Sabzikar, F., Bahrami Hidaji, M., & Sodagar, S. (2015). Predicting the marital adjustment based on the early maladaptive schemas in women. *International Journal of Biology, Pharmacy and Allied Sciences*, 4(11), 1005-1012.

- Sahin, C. (2015). *Research on the relationship between early maladaptive schemas and relationship stability in the individuals aged between 20-40* (Unpublished Master Thesis). Istanbul: Halic University Institute of Social Sciences.
- Saxton, L. (1982). *Marriage. The nature of marriage, the individual, marriage, and the family*. California: Wadsworth Publishing.
- Soygut, G., Karaosmanoglu, A., & Cakir, Z. (2009). Assessment of early maladaptive schemas: A psychometric study of the Turkish Young Schema Questionnaire-Short Form-3. *Turkish Journal of Psychiatry*, 20(1), 75-84.
- Tezel, F.K., Kislak, S.T., & Boysan, M. (2015). Relationships between childhood traumatic experiences, early maladaptive schemas and interpersonal styles. *Archives of Neuropsychiatry*, 52(3), 226-232.
- Yalcin, I., & Hamamci, Z. (2012). *Pre-marriage counseling*. Ankara: Ani Publishing.
- Yigit, I. & Celik, C. (2016). Assessment of relationship satisfaction in terms of early maladaptive schemas, interpersonal styles, and self-perception. *Turkish Psychological Articles*, 19(38), 77-90.
- Yildirim, A., & Simsek, H. (2005). *Qualitative research methods in social sciences*. Ankara: Seckin.
- Young, J. (1991). *Early maladaptive schemas*. Unpublished manuscript.
- Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York. The Guilford Press.
- Zeinali, A., & Amirsardari, L. (2018). Predicting infidelity proneness using early maladaptive schemas. *Journal of Healthy Research*, 9(1), 3-6.



HASTANE ANKSİYETE VE DEPRESYON ÖLÇEĞİ (HADS) ÜZERİNE BİR ÇALIŞMA

Didem TETİK KÜÇÜKELÇİ¹

Yıldız Teknik Üniversitesi

ORCID:0000-0001-8911-4554

ÖZ

Bu çalışmanın amacı; Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği'ni, bedensel rahatsızlığı olmayan bir örnekleme uygulayarak sonuçlarını değerlendirmektir. Günümüz yoğun hayat şartlarında anksiyete ve depresyon gibi şikâyetlere sahip kişilerin sayısı her geçen gün artmaktadır. Bu çalışmada kullanılan Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeğindeki maddeler, 'hastane' sözcüğü kullanılmadan sağlıklı bireylere yöneltilmiştir. Çalışma, bedensel rahatsızlığı olmayan ve İstanbul'da yaşayan 276 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 240'ı kadın, 36'sı erkektir. Yaşları 35 ve üzerinde 182 kişi, üniversite mezunu olanlar ise 178 kişidir. Ayrıca katılımcıların 142'si yönetici statüsünde çalışmaktadır. İş tecrübesi 16 yıl ve üzeri olanlar ise 114 kişidir. Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 22.0 ve AMOS 22.0 ile analiz edilmiştir. Yapı geçerliği için Açıklayıcı Faktör Analizi ile Doğrulayıcı Faktör Analizi kullanılmıştır. Buna göre; ($p<0.05$) olmak üzere ki-kare (57.984), ki-kare/df (2.899) model test değerlerine göre, doğrulayıcı faktör analizinin anlamlı olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca uyum indeks değerleri GFI (.958), CFI (.953), SRMR (.0487), RMSEA (.080) "kabul edilebilir uyum" sınırları dâhilinde yer almaktadır (Kline, 2005; Sümer, 2000). Analizler sonucunda, ölçeğe ait 14 maddeden 2 tanesi faktör yükleri düşük olduğu için elenmiştir. Literatürde 2 faktör altında toplanmış olan bu ölçek, bu çalışmada 3 faktör altında toplanmıştır. 12 maddeden oluşan ölçeğin faktörleri, anksiyete, depresyon ve hafif depresyon şeklinde adlandırılmıştır. Ayrıca, güvenilirlik analizi kapsamında hesaplanan Cronbach's Alpha (0.81) ve AVE ile CR değerleri de hesaplanmıştır. Cronbach's Alpha (0.81) değeri ile oldukça güvenilir düzeydedir. AVE ve CR değerleri de ölçekte faktör bazında hesaplanmıştır. Sonuçlara göre, AVE değerleri tercih edildiği gibi 0.50 değerinden, CR değerleri de 0.70 değerinden daha büyüktür. Ayrıca CR değerlerinin de tercih edildiği şekilde AVE değerlerinden büyük olduğu hesaplamalar sonucunda ortaya konmuştur. Tüm bu analizler ve çalışmalar ölçeğin, bedensel hastalığı olmayan bireylere uygulanabilir olduğunu göstermektedir. Ölçek, bedensel rahatsızlığı olmayan örneklem için de güvenilir, geçerli ve kullanılabilirdir.

Anahtar Kelimeler

HADS, Faktör Analizleri, Güvenirlik, Geçerlilik

A STUDY ON THE HOSPITAL ANXIETY AND DEPRESSION SCALE (HADS)

ABSTRACT

The aim of this study is to evaluate the results of the Hospital Anxiety and Depression Scale by applying a sample without any physical discomfort. The number of people with complaints such as anxiety and depression is increasing day by day. The items in the hospital anxiety and depression scale used in this study were directed to healthy individuals without using the word "hospital". 240 of the participants were female and 36 were male. There are 182 people aged 35 and over, and 178 are university graduates. In addition, 142 of the participants work as executive positions. Work experience of 16 years and over is 114 persons. The study was performed with 276 people without any physical discomfort. The data were analyzed by SPSS 22.0 and AMOS 22.0. Constructive factor analysis and confirmatory factor analysis were used for construct validity. In the confirmatory factor analysis, model test values ($p<0.05$); χ^2 (57.84), χ^2/df (2.899), Confirmatory Factor Analysis is significant. In addition, fit index values were found to be within the "acceptable harmonization" limits of GFI (.958), CFI (.953), SRMR (.0487), and RMSEA (.080) (Kline, 2005; Sumer, 2000). As a result of the analyzes, 2 of the 14 items of the scale were eliminated because the factor loads were low. This scale, which was collected under 2 factors in the literature, was collected under 3 factors in this study. The first dimension of 6 items is named anxiety. The third dimension was named as depression, and the third with 3 items was called mild depression. In addition, Cronbach's Alpha (0.81) and AVE and CR values calculated within the scope of reliability analysis indicate that the scale is applicable to individuals without physical illness. Composite Reliability (CR) and Convergence Validity (AVE) values for the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) were calculated for each dimension separately. According to this, the AVE values of all dimensions are 0.50 and the CR values are higher than 0.70. CR values higher than the AVE values (0.50) are expected to be higher than the critical value (0.70). The scale is also reliable, valid and usable for non-bodily diseases.

Key Words

HADS, Factor Analysis, Validity, Reliability

¹Dr., Yıldız Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, e-mail: didemkucukelci@yahoo.com.tr

Alıntı: Tetik Küçükkelçi, D. (2019). Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) üzerine bir çalışma. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 85-91.

Giriş

Bedensel hastalıklar, bireyleri psikiyatrik olarak olumsuz etkileyebilmektedir. Bu olumsuzluklar, kişilerin yaşam kalitelerini düşürebilmekte ve iyileşme süreçlerini yavaşlatabilmekte, hatta daha da kötüleştirebilmektedir. Hastalık, ne olursa olsun kişileri fizyolojik, duygusal, ruhsal ve toplumsal anlamda olumsuz etkilemektedir. Herhangi bir nedenle hastaneye yatan bireylerde, hastalık veya hastane ortamı ile ilgili düşünceler, olumsuz duygu ve davranışlara sebep olabilmektedir. Hastalığın kişide herhangi bir ruhsal bozukluk ihtimalini arttırdığı da saptanmıştır (Gagnonn ve Patten, 2002; Grau ve ark., 2003; Li ve ark., 2003).

Bireylerin yaşadıkları sağlık problemleri, birçok alanda olumsuz etkilere yol açabilmektedir (Öz, 1999; Özkan, 2001). Bedensel hastalığın ne olduğu, şiddeti, süreci, ciddiyetinin boyutu, hastalığın seyri, etkilenen organ ve sistemlerle bu durumun birey açısından ne anlama geldiği ve önemi, göz önünde tutulması gereken faktörlerdir. Ayrıca gösterilen psikolojik tepkiler de çok önemlidir. Bireye özgü değişkenler ve hastalığın kendi özelliklerine göre farklılaşmakla birlikte fizyolojik hastalığa dönük ortaya konan davranışsal, duygusal ve hatta zihinsel reaksiyonları yorumlarken hastayı bütünsel bir bakış açısıyla değerlendirmek önem kazanmaktadır (Öz, 1999; Özkan 2001). Bedensel rahatsızlıklarla birlikte en çok görülen psikolojik rahatsızlıkların başında ise depresyon ve anksiyete gelmektedir (Özmen ve Aydemir, 1993; Aydemir ve Bayraktar, 1996).

Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS), Zigmond ve Snaith (1983) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 14 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerin 7 tanesi anksiyete, diğer 7 tanesi de depresyon belirtilerini ölçmektedir. Ölçekte bulunan maddeler, 4'lü likert ölçeği ile değerlendirilmekte ve 0-3 arasında bir puanlama sistemine dayandırılmaktadır. Puanlamaya göre 0-1 arası hasta olmayan, 2 sınırda hasta, 2-3 arası da ağır hasta şeklinde değerlendirilmektedir. Ayrıca ölçekten elde edilen puanların bedensel hastalıklardan etkilenmediği görülmektedir (Clark ve Steer, 1994). Ölçeğin amacı tanı koymak değildir, hastaların psikolojik durumlarını ölçmek ve gerekli önlemleri alabilmektir (Zigmond ve Snaith, 1983). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması ile geçerlik ve güvenilirlik analizleri, Aydemir ve arkadaşları (1997) tarafından yapılmıştır. HADS ölçeği, hiçbir bedensel hastalığı olmayanlara da uygulanmıştır, ancak hasta gruplarında daha hassas sonuçlar verdiği görülmüştür (Aydemir ve ark., 1997).

Yöntem

Örneklem

Ölçek uygulaması Temmuz 2017-Ocak 2018 arasında gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya 300 birey dâhil edilmiştir. Fakat yapılan değerlendirmede, 24 ölçeğin doldurulmasında eksiklikler olduğu için, bu katılımcılara uygulanan ölçekler değerlendirmeye alınmamıştır.

Araştırma 276 bireyin doldurduğu ölçeklerle tamamlanmıştır. Katılımcıların 240'ı (87.0%) kadın, 36'sı (13.0%) erkek bireylerden oluşmaktadır. Yaşları 30 ile 34 arasında 70 (25.4%) kişi, yaşları 35 ve üzerinde olan 182 kişi bulunmaktadır. Lisans mezunu olanlar 178 (64.5%) kişi, lisansüstü mezunu olanlar ise 84 (30.4%) kişidir. Ayrıca katılımcıların 142'si (51.4%) yönetici statüsünde çalışmaktadır. İş tecrübesi 16 yıl ve üzeri olanlar örneklemin 41.3% (114)'ünü oluşturmaktadır. Ayrıntılar Tablo1'de gösterilmektedir.

Tablo1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler		N (276)	%
Cinsiyet	Erkek	36	13%
	Kadın	240	87%
Yaş	25'ten Az	2	0.7%
	25-29 Arası	22	8%
	30-34 Arası	70	25.4%
	35 ve Üzeri	182	65.9%
Eğitim Düzeyi	İlk/Ortaokul	2	0.7%
	Lise	12	4.3%
	Lisans	178	64.5%
	Master/Doktora	84	30.4%
Meslek	Yönetici	142	51.4%
	Meslek Elemanı	42	15.2%
	Öğretmen-Eğitmen	54	19.6%
	Diğer	38	13.8%
Deneyim	5 Yıldan Az	32	11.6%
	5-10 Yıl	60	21.7%
	11-16	70	25.4%
	16 Yıl ve Üzeri	114	41.3%

Verilerin Analizi

Katılımcılara uygulanan Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği'ne verilen yanıtlar 5'li likert ölçeği ile derecelendirilmiştir. (1) Hiç Katılmıyorum, (2) Katılmıyorum, (3) Fikrim Yok, (4) Katılıyorum, (5) Kesinlikle Katılıyorum şeklinde ağırlıklandırılmıştır. Veriler, SPSS 22.00 ve AMOS 22.0 programları kullanılarak analiz edilmiştir.

Öncelikle, Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği'ne açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Sonrasında doğrulayıcı faktör analizi AMOS programında yapılmıştır. Güvenilirlik analizi için ise Cronbach's Alpha değerleri ve Birleşik Güvenilirlik (composite reliability CR) ve Yakınsak Geçerlilik (AVE) değerleri de boyut bazında ayrı ayrı hesaplanmıştır.

Açımlayıcı Faktör Analizi

Bağımsız değişkenlerin miktarını ve faktör yüklerini saptamak için faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi birden fazla değişkene bağlı bir değişkenin açıklanmasını sağlar. Ayrıca bu analizde değişkenlerin birbirleriyle bağımlılıklarının kökenleri ortaya konur (Turgut ve Baykul, 1992).

Tablo 2. Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) için faktör analizi

Faktörler	Maddeler	Faktör Yüğü	Açıkladığı Varyans
Anksiyete	1. Gergin ve telaşlı birisiyim.	0.762	24.134
	13. Olaylar karşısında aniden paniğe kapılıyorum.	0.749	
	3. Her an kötü bir şey olacakmış hissine kapılıyorum.	0.703	
	5. Endişe veren düşünceler aklımı mutlaka meşgul eder.	0.658	
	9. Vücutum bir takım ağrılar içinde olduğunda korku hissine	0.648	
	11. Hep bir şeyler yapmak zorundaymışım hissi beni rahatsız ediyor.	0.631	
Depresyon	8. Pek çok konuda yavaşlatıldığımı düşünürüm.	0.749	17.893
	2. Eskiden keyif aldığım şeylerden hala keyif alıyorum.	0.668	
	10. Fiziksel görünüşüme olan ilgim azalıyor.	0.636	
Hafif Depresyon	6. Neşeliyimdir.	0.798	16.544
	4. Olaylara eğlenceli tarafından bakmayı tercih ederim.	0.796	
	7. Oturup kalkma konusunda gayet rahat davranırım.	0.698	
Tüm Ölçek			58.571

KMO: 0.793 Bartlett's Test of Sphericity p value: 0.000

Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS)'nin faktör analizine uygun olup olmadığını saptamak için yapılan ön testlerde Bartlett's için olasılık değeri ($p < 0.05$) ve KMO değeri 0.793 olarak bulunmuştur. Dolayısıyla bu veri seti faktör analizine "oldukça" düzeyinde uygun bulunmuştur (Turgut ve Baykul, 1992).

Ölçekte yer alan 14 maddenin 2'sinin faktör yükleri düşük olarak bulunmuştur. Bu nedenle bu maddeler analize alınmamıştır. Ölçek literatürde 2 boyut halinde yer alırken uyarılma çalışmaları sonucunda 3 boyut olarak değerlendirilmiştir. Buna göre 6 maddeli ilk boyutta "anksiyete"yi ifade eden maddeler, 3 maddelik ikinci boyutta "depresyon" kavramını ifade eden maddeler ve 3 maddelik son boyutta ise "hafif depresyon"u ifade eden maddeler bir araya gelmiş bulunmaktadır. Literatürde ölçeğin 12. maddesi olan "*Beklenti içinde olduğumda keyifli hissederim*" ve "*İyi bir kitaptan, müzikten veya TV programından keyif alırım*" maddeleri faktör yükü düşüklüğü nedeniyle analizden çıkarılmıştır.

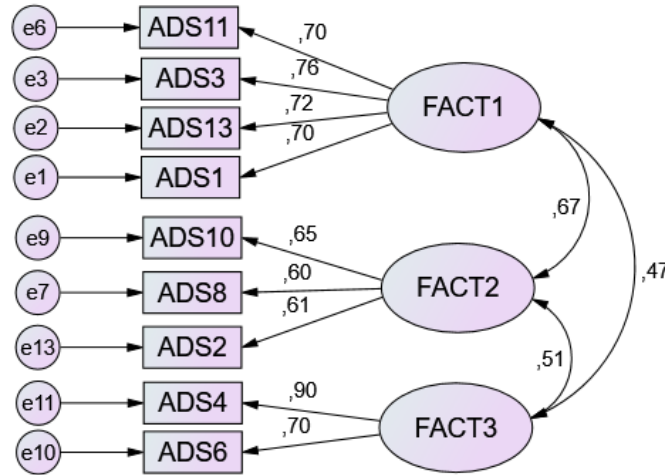
Ölçeğin 6 maddeden oluşan anksiyete boyutunun açıklayıcılığı %24.134; 3 maddeden oluşan depresyon boyutunun açıklayıcılık yüzdesi 17.893; 3 maddeden oluşan hafif depresyon boyutunun açıklayıcılık yüzdesi ise 16.544 olarak gerçekleşmiştir. Toplamda ölçeğin kavramı açıklama oranı % 58.571 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliğinin sağlandığı bu analizle ortaya konmuştur.

Doğrulayıcı Faktör Analizi

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) ölçeğinin ölçüm modelinin anlamlılığı incelenmiştir. Bulgular değerlendirildiğinde modelin anlamlı olduğu saptanmıştır. Ayrıca tam modelin uygunluğuna bakılmış ve iyi uyum ölçütleri yardımıyla uygunluğu incelenmiştir. Örneklem büyüklüğü arttığında Ki-Kare (χ^2) değeri yükselmektedir. Ki-Kare (χ^2) testinin anlamlılık düzeyi ise düşük çıkmaktadır (Bollen, 1989; Fornell ve Larcker, 1981; Bagozzi vd., 1999). Ölçeklerin doğrulayıcı faktör analiziyle değerlendirilmesinde ve genel test edilen modellerin uygunluğuna, serbestlik derecesiyle düzeltilmiş (χ^2/df) değeri, diğer uyum iyiliği indeksleri ve standartlaştırılmış artık kovaryans matrisindeki değerlerin incelenmesi neticesinde karar verilmiştir (Bayram, 2013).

Açımlayıcı faktör analizinde 12 madde ile analizi sonuçlandırılan Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) için doğrulayıcı faktör analizi uygulandığında 3 madde, faktör yükleri düşük olması nedeniyle değerlendirmeye alınmamıştır. Diğer 9 maddeyle yapılan doğrulayıcı faktör analizinde madde faktör ağırlık değerleri 0.60-0.90 arasında bulunmuştur. Analizden çıkarılan maddeler; birinci boyutta yer alan "*5. Endişe veren düşünceler aklımı mutlaka meşgul eder*" ve "*9. Vücutum bir takım ağrılar içinde olduğunda korku hissine kapılıyorum.*" maddeleridir. Ayrıca, üçüncü boyutta

yer alan “7. Oturup kalkma konusunda gayet rahat davranırım” maddesi de elenen 3. madde olmuştur.



Şekil1. HADS Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucu

Doğrulayıcı faktör analizinde model test değerleri χ^2 (57.984), ($p < 0.05$), χ^2/df (2.899) olarak saptanmıştır. Bu bulgular doğrulayıcı faktör analizinin anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır. Uyum indeks değerleri GFI (.958), CFI (.953), SRMR (.0487), RMSEA (.080) olarak bulunmuştur. Bu değerler DFA verileriyle modelin kabul edilebilir uyum sınırları içinde olduğunu göstermektedir (Kline, 2005; Sümer, 2000).

Güvenilirlik ve İç Tutarlılık Ölçütü Değerleri

Bir çalışmada kullanılan ölçeğin geçerliliği ve güvenilirliği, çalışmanın sonuçları bakımından büyük önem taşımaktadır. Güvenilirlik, bir ölçeğin farklı zaman dilimlerinde aynı örneklem üzerinde tekrar uygulandığında bile aynı neticeleri verme derecesidir (Özdoğan ve Tüzün, 2007, s.644). Bu çalışmada, güvenilirlik Cronbach's Alpha değerleriyle saptanmıştır. Bu değer 0.70 ve üzerinde olması halinde bir ölçek güvenilir bir ölçek olarak değerlendirilir (Kalaycı, 2006).

Tablo 3. HADS için Güvenilirlik Değerleri

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach's Alpha
Anksiyete Boyutu	4	0.805
Depresyon Boyutu	3	0.767
Hafif Depresyon Boyutu	2	0.785
Tüm Ölçek	9	0.810

Doğrulayıcı faktör analizi sonucu 9 madde kalan Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) güvenilirlik değeri (0.81) olarak tespit edilmiştir. Alt boyutlarda ise 4 maddeli birinci boyutta (0.805), 3 maddeli ikinci boyutta (0.767) ve 2 maddeli üçüncü boyutta ise (0.785) olarak tespit edilmiştir. Buna göre toplam güvenilirlik ve birinci boyutta “yüksek güvenilir” ikinci ve üçüncü boyutta ise “oldukça güvenilir” düzeyinde katsayılar elde edildiği anlaşılmaktadır.

Birleşik Güvenilirlik (CR) ve Yakınsak Geçerlilik (AVE)

Ölçekle elde edilen bilgilerin tekrarlanan ölçümlerde aynı sonuçların elde edilebileceğine ve hatadan arındırılmış olduğuna güven duyulması gerekir. Birleşik güvenilirlik; sayısal olarak birden fazla, heterojen, fakat birbirine yakın ifadelerin genel güvenilirliğini saptamak için kullanılır (Raykov, 1998). Cronbach's Alpha katsayısı madde sayısı fazla olduğu durumda yüksek değer verdiği için CR değeri Cronbach's Alpha katsayısına alternatif ya da onaylama aracı olarak kullanılabilir. Yakınsaklık geçerliliği için Fornell ve Larcker (1981)'a ait hesaplama yöntemi uygulanmıştır. Yakınsak geçerlilik (AVE), faktöre ilişkin maddelerin faktör yüklerinin karelerinin toplamının madde sayısına bölünmesiyle bulunmaktadır. Tüm faktör yapıları için ayrı ayrı değerlendirme yapılır. Değişkenlere

ilişkin ifadelerin birbirleriyle ve oluşturdukları faktörle ilişkili olduklarını ortaya koyar. Bu analize göre, bir ölçeğin yakınsaklık geçerliliğinin elde edilebilmesi için maddelerin ortalama açıklanan varyans (AVE) yani yakınsak geçerlik değerlerinin 0.50'nin ve bileşik güvenilirlik değerlerinin (CR) ise 0.70'in üzerinde olması gerekmektedir (Fornell ve Larcker, 1981).

Tablo 4. Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği için CR ve AVE Değerleri

Faktörler	Maddeler	Faktör Yüğü	AVE	CR
Anksiyete Boyutu	Madde1	0.696	0.517	0.810
	Madde13	0.718		
	Madde3	0.763		
	Madd11	0.697		
Depresyon Boyutu	Madde8	0.600	0.620	0.811
	Madde10	0.650		
	Madde2	0.609		
Hafif Depresyon Boyutu	Madde6	0.703	0.650	0.786
	Madde4	0.898		

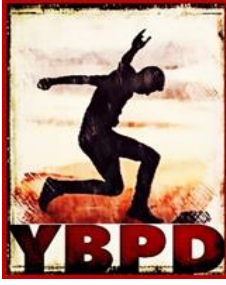
Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) için composite reliability (CR) ve ortalama açıklanan varyans (AVE) değerleri boyut bazında ayrı ayrı hesaplanmıştır. AVE değerlerinin tümünde (0.50) değerinden, CR değerlerinde ise (0.70) kritik değerinden yüksek değerler hesaplanmıştır. Ayrıca, tüm boyutlarda CR değerleri AVE değerlerinden büyük çıkmaktadır. Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS) ölçeğinin birleşik güvenilirlik şartı ve yakınsak geçerlilik şartı da sağlanmış olmaktadır. Birinci boyutta literatürde geçen anksiyete boyutuna ait 4 madde yer aldığından bu boyuta "anksiyete" adı verilebilir. İkinci ve üçüncü boyuttaki maddeler ise literatürde geçen ölçeğin depresyon boyutunda yer alan maddelerdir. Boyutlarda geçen maddeler incelendiğinde ikinci boyuta "depresyon", üçüncü boyuta ise "hafif depresyon" adlarının verilebileceği ifade edilebilir.

Sonuç

Bu araştırmanın amacı, Zigmond ve Snaith (1983) tarafından geliştirilen ve Aydemir ve arkadaşları (1997) tarafından Türkçe'ye uyarlanan, geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılan Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği'ni fiziksel hastalığı olmayan katılımcılardan oluşan örnekleme uygulamaktır. Günümüzün zorlu yaşam koşulları nedeniyle anksiyete, depresyon veya depresyon-anksiyete eğilimi her geçen gün artmakta ve yaygınlaşmaktadır. Bunun sonucunda, yapılan araştırmalarda depresyon ve anksiyeteye yönelik ölçeklerin kullanımı da artmaktadır. Bu çalışmada Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği'nin sağlıklı bireylere uygulanması sonucunda elde edilen verilerin analizleri yapılarak sonuçları değerlendirilmiştir. Ölçeğe uygulanan açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklayıcılık %58.571 şeklinde gerçekleşmiştir. Sonrasında uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda maddelerin faktör yüklerinin 0.60 ile 0.90 aralığında olduğu görülmektedir. Ayrıca, $\chi^2(57,984)$, χ^2/df (2.899) bulunduğundan doğrulayıcı faktör analizinin anlamlı olduğu söylenebilmektedir. Uyum indeks değerleri GFI (.958), CFI (.953), SRMR (.0487), RMSEA (.080) şeklinde gerçekleşmiştir. Bu değerler ile ölçeğin kabul edilebilir uyum değerleri sınırları içinde olduğu söylenebilmektedir. Ölçeğin faktör değerlerine bakıldığında anksiyete (birinci boyut), depresyon (ikinci boyut) ve hafif depresyon (üçüncü boyut) arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Ölçeğin güvenilirlik analizi aşamasında elde edilen Cronbach's Alpha değeri 0.81 olarak hesaplanmıştır. Bu değer, ölçeğin yüksek güvenilir skalada yer aldığını kanıtlamaktadır (Büyüköztürk, 2010). Ayrıca, elde edilen AVE ve CR değerleri de ölçme aracının güvenilir olduğunu tekrar desteklemektedir. Tüm bu veriler ile Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği'nin sağlıklı kişilere uygulanabileceği sonucu elde edilmiştir. Ayrıca ölçek, başka ölçeklerle karşılaştırma amaçlı kullanılabilir. Çalışma sonucunda 3 boyut altında toplanmış olan ölçek, uzmanlar ve araştırmacılar tarafından kullanılabilir.

Kaynakça

- Aydemir, Ö., Bayraktar, E. (1996). Genel tıpta anksiyete. *PsychoMed*, 2(3), 102-112.
- Aydemir, Ö., Güvenir, T., Kuey, L., & Kültür, S. (1997). Validity and reliability of Turkish version of Hospital Anxiety and Depression Scale. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 8(4), 280-287.
- Bagozzi, R.P., Gopinath, M., & Nyer, P.U. (1999). The role of emotions in marketing. *Journal of The Academy of Marketing Science*, 27(2), 184-206.
- Bayram, N. (2013). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş amos uygulamaları*. Ezgi Yayınevi.
- Bollen, K.A. (1989). *Structural equations with latent variables*. John Wiley and Sons Inc., New York.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*, Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Clark, D.A., & Steer, R.A. (1994). Use of nonsomatic symptoms to differentiate clinically depressed and nondepressed hospitalized patients with chronic medical illnesses. *Psychological Reports*, 75(3), 1089-1090.
- Fornell, C., & Larcker, D.F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Gagnon, L.M., & Pat ten, S.B. (2002). Major depression and its association with long-term medical conditions. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 47(2), 149-152.
- Grau, M.A., Suner, R., Abuli, P. (2003). Anxiety and depression levels in medical inpatients and their relation to the severity of illness. *J Behaviour Medicine*, 26(2), 119-132.
- Kalaycı, Ş. (2006). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayın Dağıtım, Ankara.
- Kline, R.B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2. ed.). NY: The Guilford Press.
- Li, H.C., Zheng, L.L., Teng, J.R., & Shen, M.Y. (2003). Study on anxiety and depressive disorder of inpatients in general hospital. *Journal of Zhejiang University. Medical Sciences*, 32(4), 342-348.
- Öz, F. (1999). Cerrahi girişim sürecinde yaşanan psikiyatrik, psikososyal sorunlar. *Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi Kongre Kitabı*. İstanbul: 56-61.
- Özkan, S. (2001). Genel tıpta depresyon . *Hipokrat Dergisi* 10, 79-83.
- Özdoğan, F.B, Kalemci Tüzün, İ., (2007). Öğrencilerin üniversitelerine duydukları güven üzerine bir araştırma. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2), 639-650.
- Raykov, T. (1998). Coefficient alpha and composite reliability with interrelated nonhomogeneous items. *Applied Psychological Measurement*, 22(4), 375-385.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 74-79.
- Turgut, M.F., Baykul, Y. (1992). *Ölçekleme teknikleri*. ÖSYM Yayınları, Ankara.
- Zigmond, A.S., & Snaith, R.P. (1983). The Hospital Anxiety and Depression Scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 67(6), 361-370.



SOSYAL VE EVRİMSEL PSİKOLOJİDE İNSAN ÖZGECİLİĞİ BİLMECESİ

Emir ÜZÜMÇEKER¹

Dokuz Eylül Üniversitesi
ORCID:0000-0003-0969-9770

Gizem Naz GEZGİN²

Dokuz Eylül Üniversitesi
ORCID:0000-0002-2303-9069

Serap AKFIRAT³

Dokuz Eylül Üniversitesi
ORCID:0000-0002-4242-3381

ÖZ

Özgeçilik, bireyin kendisi için kayba veya zarara yol açan, ancak diğerlerine fayda sağlayan davranışların sergilenmesi anlamına gelmektedir. Doğal seçim sonucu, bireylerin, kendi çıkarlarını gözetecek şekilde davrandığı, bu davranış örüntülerinin de gelecek kuşaklara aktarıldığı varsayılmaktadır. Ancak, insanlarda özgeci davranış tüm kültürlerde ve oldukça geniş bir yelpazede gözlenmektedir. Bu çalışmada insan özgeçiliğinin kökenini açıklamak üzere ortaya atılmış evrimsel yaklaşımlar sistematik bir şekilde incelenmektedir. Bu çerçevede akraba seçilimi, karşılıklı özgeçilik ve masraflı sinyalleşme kuramları, insan dâhil tüm canlılarda gözlenen özgeci davranışın evrimine dair çeşitli biyolojik açıklamalar sunmaktadır. Akraba seçilimi kuramı, özgeci davranışın bireyin genlerini paylaştığı akrabalarına fayda sağlayarak genlerinin gelecek kuşaklara aktarılma olasılığını artırdığını savunur. Karşılıklı özgeçilik kuramına göre bireyin diğerlerine yaptığı yardımların karşılığı onlarda gelecekte alacağı yardımlardır. Masraflı sinyalleşme kuramı, özgeci davranışın bireyin sahip olduğu kaynakları sergileyerek eş bulma şansını artırarak bireye fayda sağlayabileceğini belirtir. Grup seçimine ve kültürel seçilime dayanan yaklaşımlar ise insan özgeçiliğinin diğer canlılardan nitel olarak farklı olduğunu savunmaktadır ve daha farklı evrimsel mekanizmalar önermektedir. Grup seçilimi kuramı, özgeci davranışın getirdiği işbirliğinin, özgeci bireylerden oluşan grupları diğer gruplarla rekabette avantajlı hale getirdiğini savunmaktadır. Kültürel seçilime dayanan kuramlar da, özgeci davranışın gruplar arası rekabet nedeniyle adaptif hale geldiğini, ayrıca bu davranışların kültürel normlar olarak aktarıldığını iddia etmektedir. Bu çalışmada bu iki farklı yaklaşıma sahip kuramlar tanıtılmakta, temel varsayımları ve yaklaşımlara destek sağlayan görgül çalışmalar sunulmaktadır. Yaklaşımların güçlü ve zayıf yanları tartışılmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Özgeçilik, Evrimsel Psikoloji, Doğal Seçim

THE RIDDLE OF HUMAN ALTRUISM IN SOCIAL AND EVOLUTIONARY PSYCHOLOGY

ABSTRACT

Altruism is defined as the behaviors which causes loss or damage for the individual, but provides benefit for others. It is assumed that natural selection causes individuals to act according to their own interest and such patterns of behavior to be transferred to the future generations. However, altruistic human behavior is observed in all cultures and in a wide array. In this paper, the evolutionary approaches which are proposed to explain the origin of human altruism are systematically examined. In this framework, theories of kin selection, reciprocal altruism and costly signaling present biological explanations for the altruistic behaviors that are observed in all species, including humans. Kin selection theory defends that altruistic behavior increases the probability of passing one's genes to next generations by providing benefit to their relatives with whom they share genes. Reciprocal altruism theory states that altruism provides benefit by future help one receives from those he/she helped. Costly signaling theory argues that altruistic behavior increases individuals' chance of mating by enabling them to exhibit their resources. On the other hand, the approaches that are based on group selection and cultural selection defend that human altruism is qualitatively different from that of other species and propose different evolutionary mechanisms. Group selection theory argues that the cooperation provided by altruism ensures the group's advantage in intergroup competition. Theories based on cultural selection, in addition, state that altruistic behaviors can be transmitted as cultural norms. The main assumptions and the empirical studies that support the theories with these two approaches are presented and their strong and weak point are discussed.

Key Words

Altruism, Evolutionary Psychology, Natural Selection

¹Arş. Gör., Dokuz Eylül Üniversitesi Psikoloji Bölümü Sosyal Psikoloji Anabilim Dalı, e-mail: emir.uzumceker@deu.edu.tr

²Uzm. Psk., e-mail: gizemnazgezgin@gmail.com

³Doç. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi Psikoloji Bölümü Sosyal Psikoloji Anabilim Dalı, e-mail: serap.akfirat@deu.edu.tr

Alıntı: Üzümcüker, E., Gezgün, G.N., Akfirat, S. (2019). Sosyal ve evrimsel psikolojide insan özgeçiliği bilmececi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 93-110.

Giriş

Sosyal psikolojide diğerlerine yönelik olumlu davranışlar, prososyal (toplum yanlısı) davranışlar ve özgeci davranışlar olmak üzere iki farklı şekilde kavramsallaştırılmakta ve incelenmektedir. Genel olarak, prososyal ve özgeci davranış arasındaki ayrım, bireye sağlayacağı fayda ve zarar temeline dayanmaktadır. Prososyal davranış bir başkasına fayda sağlayan gönüllü davranıştır (Jensen, Vaish ve Schmidt, 2014) ve prososyal davranışta bulunan kişi, bu davranışından dolayı herhangi bir kişisel bedel ödemez, prososyal davranışta bulunmak kişinin kendisine zarar getirmez, kendi çıkarlarına ters düşmez, hatta bazen kişinin çıkarına bile olabilir. Örneğin caddeden karşıya geçerken yanınızda bulunan görme engellinin koluna girerek ona yardımcı olabilirsiniz. Bunun size bir maliyeti yoktur, yolunuzu değiştirmeniz, zamanınızı ayırmanız, enerji harcamanız gerekmez. Hatta çevredeki insanların onaylayıcı ve takdir dolu bakışları sayesinde kendinizi daha iyi hissedebilirsiniz. Öte yandan, özgeci davranış, bir kişinin tamamen gönüllülük esasına dayalı olarak kendi çıkarını gözetmeksizin ve hatta bazen bedel ödemek suretiyle bir başkasına fayda sağladığı davranıştır (Silk ve House, 2011). Örneğin siz caddenin karşısına geçmeksizin yolunuza devam edip gidecekken caddenin karşısına geçmeye çalışan görme engelli birine yardım ederseniz rotanızı değiştireceksiniz, belki gideceğiniz yere geç kalacaksınız, ya da en azından yolunuzu uzatarak zaman ve enerji kaybedeceksiniz.

Özgeci davranışlar insan dışındaki türlerde de gözlenmektedir. Örneğin, pek çok primat türünün bireyleri, diğerlerini tımarlayarak temizlenmesine yardımcı olmaktadır (Seyfarth ve Cheney, 1984). Çeşitli böcek türlerinde ise “işçi” veya “asker” olarak adlandırılan bireyler, yalnızca kolonilerindeki kraliçenin korunmasını ve üremesini sağlayan ve kendi hayatlarını kaybetmeleriyle sonuçlanan davranışlar sergilemektedir (Strassmann, 1989). Ancak insanlarda özgeci davranış, genetik akrabalık veya yardıma karşılık alma beklentisinin olmadığı durumlarda bile gözlenmesi açısından diğer türlerin yardım davranışından farklılaşmaktadır (Fehr ve Fischbacher, 2003).

Biyolojik evrimsel açıdan yaklaşıldığında insanın özgeci davranışının kökenlerini açıklamak çok kolay değildir. Evrim kuramına göre doğal seçim rekabetçi olmayı gerektirir; sadece hayatta kalabilen bir canlı, üreyerek yavrularına genlerinin yarısını aktarabilme şansına sahiptir (Huxley, 1942). Bu açıdan, özgeci davranışlar davranışta bulunan canlı için bazen maliyetli olabilirken (hayatta kalma olasılığını azaltırken), özgeci davranışta bulunulan canlı kârdadır (hayatta kalma olasılığı artmaktadır). Bu durumda kendi hayatta kalma olasılığını azaltma pahasına başkaları yararına davranma evrimsel açıdan pek adaptif görünmemektedir. Öyleyse bu özgeci davranışlar, bireyin kendi çıkarlarına zarar vermesine rağmen varlığını neden sürdürmektedir? İnsanlarda ve diğer türlerde gözlenen özgeciliğe dair pek çok farklı biyolojik açıklama öne sürülmüştür (Hamilton, 1964; Trivers, 1971). Örneğin pek çok türün bireyleri akraba oldukları ve genlerini paylaştıkları diğerlerine yardım ederler, böylece kendi genlerinin gelecek kuşaklara aktarılma olasılığını artırır (Hamilton, 1964). Ancak insanlar arasındaki özgecilik, doğada benzersizdir ve bu davranışlarda işbirliği önemli bir yer tutar. İnsanlar diğer memelilerin çoğundan daha büyük bir ölçekte işbirliği yapmaktadırlar. Diğer canlı türlerinde iş bölümü çok azdır ve büyük ölçekli bir çatışma bulunmamaktadır (Tomasello, 2018). İletişim, kendini doğrulayan sinyallerden oluşan küçük bir repertuarla sınırlıdır. Bu nedenle işbirliği çoğunlukla akrabalar ile sınırlıdır. Ancak, insanlar diğer canlı türlerinin aksine akraba olmayan bireylerle de işbirliği içindedir.

İnsan türünün akrabalık bağı bulunmayan yabancılara kendi çıkarları pahasına da olsa, özgeci şekilde davranması, yani yardım etmesi, davranış bilimlerinde cevaplanmaya çalışılan önemli sorulardan biridir. Uzun yıllardır, biyologlar (Dawkins, 1976), ekonomistler (Hargreaves-Heap ve Varoufakis, 2004) ve psikologlar (Kelley ve Thibaut, 1978), insanların temelde bencil olduklarını ileri sürmektedir. İki davranışsal seçenekle karşı karşıya kaldıklarında, bireyler doğrudan kendi çıkarlarını koruyan alternatifini seçecektir. Fakat bu açıklama insanın özgeci davranışını açıklamada gönüllülük esasını ve kişinin kendi çıkarını gözetmemesini göz önünde bulundurmadığı için yeterli olmamaktadır.

Bu makalenin ana amacı, özgeçiliğin evrimini mümkün kılan ve insanların (doğal ve sosyal) çevrelerine "uyum" sağlamasına izin veren sosyal psikolojik koşulları tartışmaktır. Bu amaçla öncelikle bu konudaki çalışmalarda model olarak kullanılan sosyal ikilemler sunulmaktadır. Daha sonra prososyal ve özgeci davranışın oluşumuna dair daha biyolojik açıklamalar sunan evrimsel kuramlar ele alınmıştır. Bu kuramlar, birey ve gen düzeyinde seçilime odaklanan akraba seçilimi, karşılıklı özgeçilik, toplumsal sözleşme ve masraflı sinyalleşme kuramlarıdır. Yine, birey ve gen seçiminden daha üst düzeylerdeki seçim süreçlerini inceleyen grup seçilimi, kuvvetli karşılıklılık, kültürel seçim ve karşılıklı bağımlılık kuramları sunulmaktadır (bkz. Tablo 1). Son olarak bu yaklaşımlar, insan özgeçiliğini açıklamada ne kadar yeterli oldukları bakımından karşılaştırılmış ve tartışılmıştır.

Tablo 1. İnsan özgeçiliğini açıklayan kuramların sınıflandırılması

Kuramlar	Seçim Düzeyi	Seçim Mekanizması	Seçimin Gözlendiği Türler
Evrimsel Birimi Olarak Gen ve Bireyi Temel Alan Kuramlar			
Akraba Seçilimi Kuramı (Hamilton, 1971)	Gen	Ortak genlerin seçilimi	Tüm canlılar
Karşılıklı Özgeçilik Kuramı (Connoly ve Axelrod, 1984)	Birey	Bireyler arası rekabet	Sosyal canlılar
Toplumsal Sözleşme Kuramı (Cosmides ve Tooby, 1992)	Birey	Bireyler arası rekabet	Sosyal canlılar
Masraflı Sinyalleşme Kuramı (Grafen, 1990)	Birey	Cinsiyet içi rekabet, eş seçimi	Tüm canlılar
Evrimsel Birimi Olarak Grubu Temel Alan Kuramlar			
Grup Seçilimi Kuramı (Sober ve Wilson, 2007)	Grup	Gruplararası rekabet	İnsan ve arı, termit gibi kimi böcek türleri
Kuvvetli Karşılıklılık Kuramı (Gintis, 2000)	Grup	Gruplararası rekabet	İnsan
Kültürel Seçim Kuramı (Henrich, 2004)	Grup	Gruplararası rekabet, konformist aktarım	İnsan
Karşılıklı Bağımlılık Kuramı (Tomasello, 2018)	Birey, grup	Gruplararası rekabet, avlanma	İnsan

Sosyal İkilemler

Özgeçiliği açıklamaya yönelik çalışmalar sosyal ikilem olarak adlandırılan durumlara dayanmaktadır. Sosyal ikilemler, insanların kendi çıkarlarını gözetme ya da diğerlerine yardım etme arasında bir tercih yapmak durumunda kaldığında ortaya çıkar. Bu yönüyle sosyal ikilemler yardım ve işbirliği gibi davranışların bireysel çıkardan tamamen ayrıştırılarak incelenmesini mümkün kılar. Özgeçiliğe dair hemen hemen tüm yaklaşımlar sosyal ikilemlerden faydalandığından, bu bölümde kısaca sosyal ikilemler tanıtılmaktadır.

Sosyal ikilem durumlarında, bireylerin, genel olarak kişisel çıkarlarını gözeterek kendi eylemlerinin başkaları üzerinde yaratabileceği olumsuz sonuçları göz ardı edeceği, bencilce davranma eğiliminde olacağı varsayılır (Hargreaves-Heap ve Varoufakis, 2004). Oysaki bu ikilem durumlarında, ortak çıkar doğrultusunda hareket edildiği zaman, sonuç hem kendilerinin hem de diğerlerinin yararına olmaktadır (Dawes, 1980; Dawes ve Messick, 2000).

Özgeçilik araştırmalarında en çok kullanılan ikilem mahkûm ikilemidir. Mahkûm ikilemi oyunu, kişinin kendi bireysel çıkarları ve diğerleriyle ortak çıkarları arasında bir çatışma olduğu, sosyal ikilemler olarak da bilinen geniş bir sosyal karar durum sınıfını temsil eder. Oyunun arkasında temel olarak iki varsayım yer alır (Dawes, 1980; Van Vugt ve De Cremer, 1999). Bunlar; *"Her bireyin kendi çıkarları doğrultusunda davranması en iyisidir"* ve *"Tüm bireyler kendi çıkarlarına göre hareket ederse, o zaman herkes için en kötü sonuç ortaya çıkar"* varsayımlarıdır. Bu ikilemde kişiler birbiriyle iletişim halinde olmaz. İkilem, polis tarafından birlikte işledikleri bir suçtan ötürü tutuklanan iki mahkûma sunulan farazi bir öneriyi tasvir etmektedir. Buna göre A mahkûmu B mahkûmunun aleyhinde ifade verir ve bu durumda B mahkûmu sessiz kalmayı yeğlerse A mahkûmu serbest kalırken B mahkûmu ise 20 sene hapis yatar. İkisi de birbirleri aleyhine ifade verirse 5'er yıl hapis yatarlar. Ancak ikisi de sessiz kalmayı tercih ederlerse birer yıl hapis yatarlar. Taraflar kendi çıkarları yerine diğerinin çıkarını gözettikleri zaman, bir başka deyişle sessiz kalmayı tercih ettikleri zaman, en karlı sonucu elde ederler.

Bu varsayımsal ikilem, karşılıklı özgeçilik sorunu ile benzer noktalara sahiptir. Örneğin, Tayfun ve Gizem'in aynı evi paylaştığını varsayalım. Yemek hazırlamanın

zaman ve enerji bakımından maliyetli bir iş olduğu düşünülürse, sadece Tayfun'un yemek hazırlaması (A seçimi) Gizem için maksimum fayda sağlar. Sadece Gizem'in yemek hazırlaması ise Tayfun için maksimum fayda sağlar (B seçimi). Ancak, ikisi de yemek hazırlama için çaba göstermezlerse, o gün aç kalırlar ve sonuç ikisi için de en kötüsü olur. Bu örnekte özgecilik veya işbirlikçi seçim (C seçimi), beraber yemek yapmak anlamına gelirken, işbirlikçi olmayan seçim (D seçimi) yemek hazırlanmaması anlamına gelmektedir. Sosyal ikilem paradigmasını güçlü kılan, ikilemin temelini oluşturan bireysel çıkar ile kolektif çıkar arasındaki çatışmanın temel özelliklerinin diğer durumlara kolayca genişletilebilmesidir. Bu durumlar, işbirliği yapmamanın sonuçlarının çok daha şiddetli olduğu ve daha büyük ölçekli grupları kapsayan durumlardır. Örneğin, İngiltere'de, son 30 yılın en şiddetli kuraklığı ile karşı karşıya kalındığında su rezervlerinin üzerindeki yükü azaltmak için Thames Nehri bilinçlendirme çalışmaları yapılmaya başlanmıştır. Bu projede yetkili olan kişi yaptığı konuşmada amaçlarının herkes için gerekli olan suyun sağlanması olduğunu ve bunun için herkesin çaba sarf etmesi gerektiğini açıklamıştır. Bu isteğin nedeni "ortak mülkiyetin yok oluşunu" engellemektir. Çünkü insanlar sırf kendilerini düşünerek hareket etmeye devam ettiği takdirde İngiltere'de su sıkıntısı yaşanacaktır (Hardin, 1968). Buna ek olarak, yabancılarla etkileşim kurmayı gerektiren deneysel-sosyal ikilem araştırmalarının bulguları, etkileşimlerin büyük çoğunluğunun karşılıklı işbirliğiyle sonuçlandığını göstermektedir (Komorita, Parks ve Hulbert, 1992; Van Vugt ve De Cremer, 1999). Dolayısıyla, insanların sosyal ikilemlerde çoğunlukla özveri tavrı içinde hareket ettikleri, tarihsel olgular ve deneysel çalışmalarla ortaya konmuştur. İnsanlar, çıkarlarının en azından kısmen çakıştığının ve geleceklerinin ortak olduğunun farkına vardıklarında, çoğunlukla birbirleriyle işbirliği yapma eğilimi göstermektedirler (Connolly ve Axelrod, 1984).

Sonuç olarak, sosyal ikilemler gündelik yaşamda sıklıkla karşılaşılabılır durumlar olması (örn. yiyecek kaynakların kısıtlı olduğu durumlarda sergilenen tüketim davranışları) ve yaşamı gerek ekonomik gerekse kültürel alanda etkiliyor olması açısından büyük öneme sahiptir. Bu ikilemlerde, bireyler başkalarından bağımsız olarak sadece kendi çıkarlarını gözettikleri durumda maksimum kazancı edinebilir. Ancak diğerlerinin de işbirliği yapmamayı seçmesi durumuna kıyasla herkesin işbirliğinde bulunması sonuç olarak herkes için daha kazançlı olacaktır.

Evrimsel Yaklaşım: Özgeci Davranışın Evrimsel Kökenleri Nelerdir?

Evrimsel yaklaşımın ele alınması, en azından iki sebeple önemlidir. İlk olarak, özgeci ve prososyal davranışın özellikle kökenine dair sosyal psikoloji kuramlarının açıklamakta yetersiz kaldıkları noktalar, evrimsel yaklaşım ile tamamlanabilir, güçlendirilebilir. Bu bağlamda, evrimsel yaklaşımın, özgecilik ve işbirliğinin sosyal psikolojik analizleriyle rekabet etmesi yerine, tamamlayıcı olduğuna dikkat etmek önemlidir.

Sosyal psikologlar, genellikle, hangi faktörlerin özgeci davranış olasılığını arttırdığını veya azalttığını, görgül yöntemlerle araştırmaktadırlar. Bir başka deyişle sosyal psikologlar "nasıl" sorusuna cevap aramaktadırlar. Buna karşın, evrim kuramcıları öncelikle özgeciliğin nihai işlevleri ile ilgilenmektedir ve adaptasyon süreciyle ilişkilendirilen bu tür davranışların uyumsal (adaptif) olup olmadığını ya da neden uyumsal olduğunu anlamaya çalışmaktadır (Schmitt ve Pilcher, 2004). Örneğin, empati konusunda yapılan sosyal psikolojik araştırmalar, bireylerin empati gösterme olasılığının hangi koşullarda daha yüksek olduğunu incelemektedir. Evrimsel psikologlar ise empatinin, doğal seçim yoluyla ortaya çıkan psikolojik bir adaptasyon olduğunu ileri sürmektedirler. Bir başka deyişle, başkalarıyla empati kurma kapasitesine sahip olan bireylerin, genlerini gelecek nesillere aktarmada, bu kapasiteye sahip olmayan bireylerden daha başarılı oldukları düşünülmektedir (Buss, 2016). Evrimsel ve sosyal psikolojik yaklaşımları birleştirmek özgecilik araştırmaları üzerinde herhangi tekil yaklaşımdan çok daha zengin bir perspektif sağlayabilir. Ne yazık ki, birçok araştırmacı bu analiz düzeylerini karıştırmakta ve prososyal davranışın nedensel açıklamalarıyla, süreçsel açıklamaları arasında bir ayırım yapmakta başarısız olmaktadır. Yine sosyal psikologların, yardım davranışını sadece bireysel farklılıklar üzerinden açıklama girişimleri genel tabloya ilişkin bütünsel ve

yeterli bir sonuç ortaya koyamamaktadır. Örneğin, Latane ve Darley (1970) yaptıkları çalışmada, kişilik özellikleri ile prososyal davranış arasında bir ilişki bulunmadığını göstermişlerdir.

İkinci önemli nokta ise, evrimsel bir bakış açısının, yeni araştırma soruları, yeni hipotezler ve yeni analizler üretmek suretiyle özgecilikle ilgili sosyal psikolojik araştırmaları kolaylaştırmasıdır. Bu yeni gelişmeler, alanlar ve hatta disiplinler arasında köprü kurabilir, böylece bilgiye kümülatif işlev sağlayabilir. Örneğin, evrimsel bir bakış açısı, özgeciliğin, alıcılar arasında bir çeşit ayrımcılık yapılmaksızın sürdürülemeyeceğini düşündürmektedir. Özgecilik maliyetleri göz ardı edilemeyecek kadar yüksektir. Dolayısıyla, insan psikolojik sistemi özgecilik frenleri gibi özel "koruma" mekanizmalarına sahip olabilir. Olası bir mekanizma, başkalarının yardımseverliğinden faydalanmaya çalışan beşçileri veya hilecileri tespit etme ve bunlardan kaçınma becerisidir. Evrimci bir perspektifle yapılan psikolojik araştırmalara dayanarak, insan zihninde dolandırıcılık tespit sisteminin varlığına yönelik kanıtlar gittikçe artmaktadır, ancak bu iddiayı desteklemek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır (Cosmides ve Tooby, 1992).

İnsan Evrimi ve Özgecilik Bilmecesi

Birçok araştırmacı, insanların sosyal davranışlarının köklerinin, birkaç milyon yıl önce başlayan ve yaklaşık 10.000 yıl önce tarım devrimine kadar sürmüş olan Pleistosen'den çok gerilerde olduğunu kabul etmektedir. Bu dönemde, insanlar ağırlıklı olarak nispeten küçük ve istikrarlı bir göçebe avcı-toplayıcı grubunda, yüksek derecede karşılıklı bağımlılık ve akrabalık ve nispeten bireyler arasında küçük statü ve güç farklılıklarıyla yaşıyorlardı (Wilson, 2012). Grup yaşantısı, insansı atalarımıza, toplumsal çocuk bakımı, yırtıcı hayvanlara karşı korunma ve besin paylaşımı gibi hayatta kalma ve üreme için birçok fayda sağladı, ancak aynı zamanda grup yaşantısından yararlanabilmek için çözülmesi gereken çeşitli spesifik problemleri (örn., grup liderliği, grup süreçleri ve çatışmalar) de beraberinde getirdi (Wilson, 2012).

Evrimleşme Birimi Olarak Genler ve Türün Bireylerini Temel Alan Kuramlar

Akraba Seçilimi Kuramı

Özgeciliği açıklamak için öne sürülen ilk evrim kuramlarından biri akraba seçilimi kuramıdır (Hamilton, 1964). Bu kurama göre, özgeci davranış, bu davranışı gerçekleştiren bireye herhangi bir fayda sağlamasa da, onunla aynı genleri paylaşan bir başka bireye fayda sağlayarak, özgeci bireyin sahip olduğu genlerin gelecek nesillere aktarılması olasılığını artırabilir. Özgeciliğin ortaya çıkabilmesi için, özgeci bireyin ödeyeceği bedelin (c), diğer bireye sağlayacağı fayda (b) ve iki bireyin ortak gen yüzdesinin (r) çarpımından küçük olması gerekir. Hamilton kuralı olarak ifade edilen bu önerme " $rb > c$ " formülüyle ifade edilmektedir. Örneğin eşeyli üreyen bir türe üye iki kardeş arasında ortak genlerin oranı %50'dir ve özgeciliğin gerçekleşmesi için faydanın bedelin iki katından fazla olması gerekir. Buna göre bir canlı, kendisiyle ortak gen oranı %50 olan üç yavrusunun hayatını kurtarmak için kendini feda edebilir. Akrabalık oranı azaldıkça bu oran artmaktadır.

Karşılıklı Özgecilik Kuramı

Akraba seçilimi kuramının, bir türün aralarında akrabalık bağı bulunmayan bireyleri arasında gözlenen özgeci davranışı açıklamada yetersiz olduğu görülmektedir. Bu sınırlılıkları gidermek üzere geliştirilen kuramlardan biri de karşılıklı özgecilik kuramıdır (Connolly ve Axelrod, 1984; Cosmides ve Tooby, 1992; Trivers, 1971). Karşılıklı özgecilik kuramı, akraba olmayanlara da yardım etme eğiliminin, ancak gelecekte bir vakit karşılıklı paylaşım yapılırsa gelişebileceğini belirtmektedir. Bir başka deyişle, kişiler aralarında kan bağı olmayanlara, gelecekte onların da kendilerine fayda sağlayabilecekleri düşüncesiyle yardım ederler. Bu kuramda önemli olan nokta, yardımın her iki taraf için de fayda sağlayacak olmasıdır. Örneğin, iki avcı arkadaşını düşünelim. Bir hafta avcılardan yalnızca bir tanesinin, sonraki hafta ise diğer avcının başarılı olacağını varsayalım. Eğer ilk avcı etini arkadaşıyla paylaşırsa, kendisine daha az et düşecektir. Bununla birlikte, bu maliyet nispeten küçük olma ihtimaline de sahiptir, çünkü kendisinin veya ailesinin bozulmadan önce

tüketebileceğinden daha fazla eti olabilir. Ancak arkadaşının kazancı, o hafta yemek için başka bir şey yoksa, epeyce büyüktür. Ertesi hafta ise durum tersine döner. Diğer avcı etini paylaştığı için o hafta aç kalmak yerine avlanan arkadaşının etinden faydalanır. Böylece iki avcı için de kazanç sağlanmış ve küçük bir bedel ödenmiş olur. Ekonomistler bunu “ticarete kazanç” olarak adlandırır. Bu, her bir tarafın, ödeyeceği bir bedel karşılığında daha fazla kazanç sağlaması anlamına gelir (Buss, 2016).

Evrimsel anlamda, ticaretteki bu kazançlar, karşılıklı özgecilik gelişiminin evresini oluşturmaktadır. Karşılıklı özgeci davranışta bulunanlar, bencilce davrananlara yeni bir davranış modeli kazandıracak, böylece karşılıklı özgeciliğin peş peşe nesiller boyunca yayılması için psikolojik mekanizmaların oluşmasına yol açacaktır. Bir başka deyişle, karşılıklı özgecilik, karşılıklı yarar sağlamak için, iki veya daha fazla kişinin işbirliği yapması olarak tanımlanabilir.

Karşılıklı özgeciliğin en önemli uyumsal sorunlarından birisi, kişilerin yaptıkları yardımın karşılığını gelecekte alıp alamayacağını kesin olmamasıdır. Örneğin yukarıda bahsettiğimiz iki arkadaşın avcılıktaki başarıları düzensizdir, yani hangisinin ne zaman başarılı olacağı önceden kestirilebilir değildir. Bu durumda avcılıkta daha fazla başarılı olan, sürekli etini paylaşmak durumunda kalabilir ve bunun karşılığında diğer arkadaşından fayda sağlamayabilir. Ya da, birisi karşılıklı özgeci gibi davranabilir, ancak daha sonra karşılık vermeyebilir. Böylece herhangi bir bedel ödemedi çıkar elde etmiş olur. Bu probleme “hile sorunu” denir (Trivers, 1971).

Özet olarak, karşılıklı özgecilik kuramı, bireylerin gelecekte fayda sağlamak amacıyla yaptığı işbirliğine dayanmaktadır. Ancak, gelecekte bu faydanın geri dönüşünün kesin olmaması nedeniyle hile sorununu ortaya çıkarır.

Toplumsal Sözleşme Kuramı

Karşılıklı özgecilik kuramı, işbirliğine dayalı bir alışveriş yaparak canlıların birbirlerinden yararlanabileceğini öngörür. Ancak, taraflar bir fayda sağladıklarında karşılık alacaklarından emin olmak isterler. Bir başka deyişle, karşılıklı özgecilik içeren ilişkiler hile yapmaya karşı savunmasızdır (Cosmides ve Tooby, 1992). Doğada birçok eşzamanlı değiş-tokuş (*simultaneous exchange*) fırsatı bulunur. Örneğin, avlanan kişi diğerlerine vereceği etin karşılığında, onların topladığı meyvelerden alabilir. Ancak, birçok bağlamda işbirlikçi davranışın bir karşılığı olmayabilir. Örneğin, bir kurt tarafından saldırıya uğrayan birisine yardım ettiğiniz zaman karşınızdaki kişi o anda, aynı şekilde size yardımda bulunamaz. Eşzamanlı değiş-tokuşun mümkün olmamasının bir diğer nedeni de, etkileşimde bulunan kişilerin gereksinim ve yeteneklerinin nadiren mükemmel biçimde eşleşmemesidir. Örneğin, bir kişi açsa ve sadece yanındaki kişide yiyecek varsa paylaşılan yemeğin karşılığını paylaşan kişiye hemen ödeyemez. Yiyeceğe sahip olan kişi, karşı tarafa güven duymak zorundadır. Bu da hile yapmayı kolaylaştırıcı bir faktördür (Buss, 2016).

Cosmides ve Tooby (1992), insanlarda işbirliğine yönelik değişimin evrimini açıklamak için toplumsal sözleşme kuramını geliştirmişlerdir. Aldatılma olasılığı, işbirliği yapma açısından bir tehdit oluşturmaktadır; hile yapmak, işbirlikçi davranışa göre evrimsel bir avantaja sahiptir. Diğer bir deyişle, sunulan işbirliğinden yararlanan kişi daha sonra karşılık vermediyse iki kat fayda sağlanmış olunur. Bu nedenle, faydacı bakış açısına göre toplumların çoğunlukla işbirlikçi olmayanlardan oluşması beklenir.

Karşılıklı özgeciliğin gelişebilmesinin tek yolu, canlıların hilecileri tespit ve hileden kaçınma mekanizmasına sahip olmalarıdır. Eğer işbirlikçiler hilecileri fark eder ve yalnızca kendilerine benzer işbirlikçilerle yardımlaşarlarsa, karşılıklı özgecilik zaman içerisinde gelişebilir. Hile yapan kişiler dezavantajlı konuma düşerler, çünkü kimse onlarla işbirliği yapmadığı için kişisel bir fayda sağlayamaz olurlar. Özetle, toplumsal sözleşme kuramı, hileciler sorununu çözdüğünü ileri sürmektedir.

Masraflı Sinyalleşme Kuramı

Çeşitli hayvan türleri ile yapılan kimi çalışmalar, karşılıklı özgecilik kuramının varsayımlarının aksine, özgeci davranışta bulunan bireylerin, yardım ettikleri bireyden daha sonra herhangi bir fayda görmediklerini göstermiştir (Zahavi, 1995).

Grafen (1990) tarafından önerilen masraflı sinyalleşme kuramı, özgeci davranışın cinsel seçim ile edinildiğini savunmaktadır. Cinsel seçim, belli özellik veya davranışların eş seçiminde önemli bir kriter olması sonucu, bu özelliğe sahip bireylerin adaptif açıdan avantajlı hale gelmesiyle ortaya çıkar. Örneğin, erkek tavus kuşlarının ihtişamlı tüyleri ile karşı cins tarafından fark edilip rakipleri arasından farklılığını ortaya koyduğu bilinmektedir. Benzer şekilde, özgeci davranışlarda bulunan bireyler, kendilerine dair olumlu vasıfların diğer üyeler tarafından görülmesini sağlarlar. Böylece ödedikleri bedel karşılığında eş değerlerini artırmakta, dolayısıyla genlerini gelecek nesillere aktarma olasılıklarını yükseltmektedirler.

Kuramcılar örnek olarak başarılı avcılarının avlarını paylaşma eğilimlerini göstermektedir. Avını paylaşan avcı, maddi açıdan zarara girse de, avlanma yeteneğini ve paylaşmaya yönelik istekliliğini içinde bulunduğu tüm toplumun üyelerine kanıtlamakta, dolayısıyla eş olarak tercih edilme olasılığını artırmaktadır. Özetle, bu yaklaşıma göre, özgecilik insanlar açısından adaptif olan ve özgeci davranan bireye doğrudan avantaj sağlayan bir davranış biçimidir ve evrimsel kuram açısından çözülmesi gereken bir problem mevcut değildir.

Evrimleşme Birimi Olarak Grubu Temel Alan Kuramlar

Grup Seçilimi

Akraba seçilimi, karşılıklı özgecilik ve masraflı sinyalleşme gibi kavramlara dayanan modeller, pek çok canlıda gözlenen işbirliği ve özgecilik davranışlarını açıklamakta birlikte, insanların çok çeşitli yardım davranışlarını açıklamakta yetersiz kalmaktadır. İnsanların, aralarında herhangi bir akrabalık bağı bulunmayanlara, hatta daha önceden tanımadıkları insanlara yardım etme davranışı gösterdikleri açıktır. Dolayısıyla tek başına akraba seçilimi kuramı, insanlardaki özgeci davranışların tamamını açıklamada yetersiz kalmaktadır. Bu noktada, karşılıklı özgecilik modeli devreye girmektedir, ancak insanların herhangi bir karşılık alamayacağını bildikleri ve kimliklerinin anonim kaldığı durumlarda dahi, özgeci davranabildiğini gösteren bulgular mevcuttur. Bunun bir örneği "diktatör oyunu" olarak adlandırılan deneylerde gözlenmiştir (Roth, 1995). Bu deneylerde katılımcıya belli bir kaynak verilir ve katılımcıdan bu kaynağın istediği miktarını kendisi için ayırıp, kalan miktarı başka bir katılımcıya vermesi talep edilir. Bulgular, katılımcının anonimliğinin sağlandığı (kim olduğunun gizli tutulduğu) koşullarda dahi, elindeki kaynağın bir miktarını karşı tarafla paylaştığını göstermiştir (Roth, 1995). Böylece karşılıklı özgecilik modelinin de insan özgeciliğini açıklamada yetersiz kaldığı söylenebilir. Diktatör oyunu deneylerinde gözlenen davranışlar, masraflı sinyalleşme kuramı açısından da sorun yaratmaktadır, zira bireyler bunu başkalarına gösterme şansına sahip olmadığı halde özgeci davranışlarda bulunabilmektedir. Wilson (1989), bu soruna çözüm olarak grup seçilimi kavramından faydalanmayı önermiştir.

Canlı gruplarının doğal seçilime tabi olduğu fikri, Darwin'in eserlerinde görülmekle birlikte, yirminci yüzyılın ortalarından itibaren biyologlar tarafından büyük ölçüde reddedilmiştir (Eldakar ve Wilson, 2011). Wilson ve Sober'a (1994) göre bunun nedeni evrimleşen birim olarak genlerin veya bireysel organizmaların vurgulanması eğilimidir. Grup seçilimi temel olarak organizmaların oluşturduğu gruplar arasındaki rekabetin sonucunda, grup için olumlu sonuçları olan özelliklerin gelecek kuşaklara daha fazla aktarılmasını ifade eder. Wilson (1997) bu süreci, bisiklet yarışlarına benzeterek açıklamıştır. Bisiklet yarışlarında sporcular bireysel olarak yarıştıkları halde, üyelerin birbirilerini rüzgâra karşı desteklediği takımlar halinde ilerleyerek bireysel yükü azaltmaktadırlar. Bu örnekte hem takımlar, hem de bireyler arasındaki rekabetten bahsedilebilir. Benzer biçimde evrim sürecinde de hem gruplar hem de bireylerarası rekabet mevcuttur, ancak bireylerin üye oldukları gruplar, onların hayatta kalmasını kolaylaştırırlar.

Grup seçilimi yaklaşımına getirilen eleştiri, bu sürecin kuramsal açıdan mümkün olduğu, ancak pratikte gerçekleşme ihtimalinin yok denecek kadar az olduğu yönündedir (Wilson ve Sober, 1994). Bunun nedeni olarak grup içindeki bireylerarası rekabet gösterilmektedir. Örneğin özgeci davranış, grubun diğer üyeleri için faydalıdır ancak, bireyin kendi kaynaklarının azalmasına ve eş bulma açısından dezavantajlı hale gelmesine sebep olur. Birey grup için fedakârlık gösterdiğinde, fedakâr olmayan

bireyler hem kendi yaşamını sürdürme, hem genlerini aktarma açısından özgecilerle karşı avantajlı hale gelir. Özgeci davranış gibi gruba avantaj sağlayacak özellikler, bireyler için dezavantaj getiriyorsa bireylerarası seçim sürecinde elenmeleri beklenir. Bu eleştiriyi getirenler insan gibi gelişmiş canlılarda grup içi rekabetin gruplararası rekabete baskın olacağını, dolayısıyla grup seçiminin faydalı bir kavram olmadığını savunmaktadırlar (Wilson ve Sober, 1994). Dolayısıyla grup içi seçim, gruplararası seçilimin kalıcı bir etki oluşturmasını engelleyecektir.

Wilson (1989; 1997) gerek biyolojide, gerekse psikoloji ve sosyoloji gibi insan bilimlerinde grupların kavramsallaştırılmasında iki uç yaklaşımın baskın olduğunu savunmaktadır. Bireyci yaklaşım, indirgemeci bir metodolojiye sahiptir ve grupları yalnızca kendilerini oluşturan bireylerin bir araya gelmesi olarak tanımlar. Böylece grupları yönlendiren yalnızca bireysel motivasyon ve davranışlardır, grupların incelenmesi için farklı kavram ve kuramlar gereksizdir. Allport (1924) tarafından öne sürülen ve grupları yalnızca onları oluşturan bireylerin toplamı olarak niteleyen sosyal psikoloji anlayışı ve Dawkins (1976) tarafından savunulan ve evrimin genetik düzeyde gerçekleştiğini öne süren bencil gen yaklaşımı bireyciliğe örnek olarak gösterilebilir. Bütünselci yaklaşım ise bunun aksi bir varsayıma sahiptir. Gruplar, kendilerini oluşturan bireylerden bağımsız bir işleyişe sahiptir ve adeta bir organizma gibi uyum içinde işlevlerini sürdürürler. Birey ikincildir. Durkheim tarafından oluşturulan sosyolojik yaklaşım, bütünselci yaklaşımın tipik bir örneğidir (Van de Walle, 2008).

Wilson (1997), hem bireyci yaklaşımın hem de bütünselci yaklaşımın insan davranışını açıklamada yetersiz kaldığını savunmaktadır. Wilson'a göre, bireyci model, üst düzeylerde incelenmesi gereken olguların tamamını daha alt düzeylere indirgeyerek üst düzeydeki değişkenlerin ihmal edilmesine sebep olmaktadır. Bütünselci yaklaşım ise grup içi çeşitliliği ve dinamizmi gözden kaçırmaktadır. Bu yaklaşımların kısıtlılığı evrimsel biyolojide de kendini göstermektedir. Ancak genleri, organizmaları, grupları ve bunların arasındaki etkileşimi kapsayan çok düzeyli bir analiz insan davranışının kökenini açıklayabilir (Wilson, 1989). Bu amaçla Sober ve Williams (1998), insanın özgecilik gibi bazı sosyal davranışlarını açıklamak üzere de kullanılan bir grup seçimi modeli önermişlerdir. Bu modele göre bazı durumlarda gruplararası seçim, grup içi seçimden daha baskındır. Özellikle grubun tamamının tehdit altında olduğu ve grubun birlik halinde hareket etmesinin, tüm üyelerin hayatta kalması için şart olduğu zamanlar bu tür durumları oluşturur. Böyle durumlarda grup içi rekabete odaklanan bireylerin çoğunlukta olduğu grupların (elbette ki üyeleriyle birlikte) yok olma olasılığı daha yüksektir. Yeter sayıda özgeci birey barındıran gruplar ise hayatta kalmaya devam ederler. Böylece gelecek kuşaklarda grup içi seçim özgecilerin aleyhine işlese dahi, bencil davranan bireylerin çoğunlukta olduğu gruplar tamamen yok olacağından, türün tamamındaki özgeci birey oranı artmış olur. Bu tür durumların sıklıkla tekrarlanması ise, özgecilikle ilişkili genlerin tür için belirleyici hale gelmesiyle sonuçlanır.

Boehm (1997), insanın evriminin büyük ölçüde gerçekleştiği avcı-toplayıcı üretim biçiminin yukarıda bahsedilen özellikleri kapsadığını belirtmektedir. Avcı-toplayıcı gruplar arasında su kaynakları gibi kritik alanlara ulaşım için sıklıkla çatışmalar yaşanmıştır ve tüm gruplar diğer gruplar tarafından yok edilme tehdidiyle karşı karşıyadır. Dolayısıyla grup içi rekabetin en aza indirilmesi hayati önem taşımaktadır. Boehm (1997) tarafından "eşitlikçilik sendromu" (*egalitarian syndrome*) olarak adlandırılan sosyal ilişki yapısı, antropologlar tarafından incelenen avcı-toplayıcı kültürlerde de mevcuttur. Bu sendromun "rekabetin bastırılması" (*suppression of competition*), "uzlaşmaya dayalı karar alma" (*consensual decision*) ve "beleşçilerin etkili şekilde denetlenmesi" (*effective policing of free-riders*) olmak üzere üç ayağı, grup düzeyinde seçilimin hızlanmasını ve özgeciliğin yaygınlaşmasını sağlamaktadır. Rekabetin bastırılması; özellikle kaynaklar üzerinde tekel kurmak isteyen bireylerin engellenmesi ile gerçekleşmektedir. Bu gruplar, liderlerin veya yüksek statülü üyelerin yiyecek kaynaklarından ve kadınlardan adil olmayan biçimde faydalanmasına izin vermemektedir. Kaynaklar üzerinde tekel kurmak isteyenler veya kendini yücelten ve baskın davranış içinde bulunanlar dışlanıp damgalanmakta, eğer birey bu tür önlemlerle engellenemeyecek kadar güçlenmişse, çoğunlukla fiziksel şiddetle

sonuçlanan entrikalar ile bulunduğu konumdan indirilmektedir. Bu tür davranışların engellenmesi, grubun zararına olacak eğilimleri engellediği gibi, grup içi fenotipik çeşitliliği de azaltarak gruplararası seçilimin, grup içi seçimden daha önemli hale gelmesine hizmet etmektedir. Aynı zamanda diğer primatlarda görülen ve grubun kaynaklarını ve gruptaki dişilerle çiftleşme hakkını tekelinde bulduran alfa erkeklerinin oluşmasının da önüne geçilmiş olmaktadır.

Eşitlikçilik sendromunun ikinci özelliği olan uzlaşmaya dayalı karar alma, özellikle göç etme süreci ve diğer gruplarla çatışma kararı gibi grup açısından kritik konularda ortaya çıkmaktadır (Boehm, 1997). Bu tür kararlar avcı-toplayıcı gruplarında kolektif olarak alınmaktadır ve tüm üyelerin rızasının alınması önemsenmektedir. Uzlaşmanın sağlanması için farklı düşünen bireylere baskı uygulanması yaygın görülmektedir. Bu tür karar verme süreci, diğer grupların saldırısı gibi ani durumlarla baş edilmesi için işlevsel olduğu gibi, farklı düşünen birey veya aileler gruptan ayrı bir strateji izlerlerse düşman gruplar için kolay hedef olacaklarından grupla beraber hareket etmek onlar için de faydalı olmaktadır.

Boehm (1997) tarafından bahsedilen üçüncü özellik olan beleşçilerin etkili denetimi ise, grup kaynaklarının sorumsuzca tüketiminin engellenmesiyle ilgilidir. Bu bağlamda beleşçilik, grubun kaynaklarından diğer üyeler kadar faydalandığı halde aynı düzeyde katkı yapmamasını ifade eder. Avcı-toplayıcı kültürlerde bir grup üyesinin yiyecek talebini geri çevirmemek yönünde kuvvetli bir norm mevcuttur. Bu norm grup içi uyumu artırma ve ihtiyaç sahibi üyelerin ihtiyacının giderilmesini sağlamakla birlikte, beleşçiler tarafından istismar edilmeye açıktır. Dolayısıyla bu davranış tipinin engellenmesi gruplar açısından oldukça kritiktir. Beleşçilerin varlığı kaynaklar bol olduğunda sorun yaratmasa da kaynakların kıt olduğu durumda, diğer üyelerin bu üyelere karşı tutumlarının değiştiği ve kaynak paylaşımı yapmayı reddettiği bilinmektedir. Böylece beleşçilerin evrimsel açıdan avantaj sağlamaları engellenmiş olmakta ve grup içi rekabetin bir kez daha önüne geçilmiş olmaktadır. Ancak bu açıklamanın yalnızca avcı-toplayıcı gruplarda gözlenen süreçleri betimlediğini, diğer üretim biçimleri açısından yeterince kapsayıcı olmadığını ifade etmek gerekir. Gerçekten de tarıma veya sanayiye dayanan toplumlarda özel mülkiyetin ve bu mülkiyete bağlı ekonomik sınıfların varlığı, burada betimlendiği tarzda bir grup içi uyumu imkânsız kılmaktadır. Bu yüzden bu yaklaşım genel olarak özgeci davranışın evrimini değil, insanlarda grup seçimini mümkün kılan mekanizmaların oluşumunu açıklayabilmektedir.

Kuvvetli Karşılıklılık

Sober ve Wilson (1998) tarafından geliştirilen grup seçimi modelinden faydalanarak oluşturulmuş bir başka yaklaşım “kuvvetli karşılıklılık” (*strong reciprocity*) olarak adlandırılan bir insani eğilimi tanımlamaktadır (Gintis, 2000; Fehr, Fischbacher ve Gächter, 2002). Karşılıklılık, bireyin olumlu muamele gördüğünde karşısındakini ödüllendirme, haksız bir davranışla karşılaştığında ise onu cezalandırma eğilimi olarak tanımlanır. Kuvvetli karşılıklılık ise bu ödüllendirme ve cezalandırma davranışının, uygulayan birey açısından maddi kayba yol açacak olsa dahi uygulanması eğilimidir.

Kuvvetli karşılıklılık eğilimi, genel olarak sosyal ikilem içeren davranışsal iktisat oyunlarında açıkça gözlenmektedir. Bu eğilime en sağlam kanıt oluşturan veriler “Ülmatom Oyunu” olarak adlandırılan deneylerden elde edilmiştir (Güth ve Tietz, 1990). Bu deneyler iki kişi veya grup tarafından oynanmakta, deneyin başında birinci oyuncuya belli bir miktar kaynak verilmektedir. Birinci oyuncu bu kaynağın kendi belirlediği kadar bir kısmını karşı tarafa teklif etmekte, kalanını ise kendisi için saklamaktadır. İkinci oyuncu kendisine sunulan teklifi kabul ederse, iki taraf teklifte belirlenen miktarları almaktadır. İkinci oyuncunun teklifi reddetmesi durumunda ise iki taraf da hiç kaynak alamamaktadır. Güth (1995), bu tarihe kadar gerçekleştirilmiş ülmatom oyunlarında elde edilen bulguları derlemiştir. Buna göre, birinci oyuncular, genellikle, kendilerine sunulan kaynağın ortalama %40’lık miktarını ikinci oyuncuya teklif etmişlerdir. İkinci oyuncuların büyük çoğunluğu ise kaynağın %20’sinden azının teklif edildiği durumlarda bu teklifleri reddetmişlerdir. Bu bulgular, klasik iktisadın sahip olduğu ve insanların tamamen rasyonel biçimde kendi çıkarlarını korumaya

güdümlü olduklarını savunan “homo economicus” modelinden ciddi sapmalara işaret ettiği gibi, kuvvetli karşılıklılık eğilimine de örnek teşkil etmektedir. Zira kendilerine sunulan düşük teklifleri reddeden ikinci oyuncular, birinci oyuncuyu cezalandırmak adına kendilerine sunulan kaynaktan da vazgeçmektedirler (Gintis, 2000).

Kuvvetli karşılıklılık eğilimine işaret eden bir başka deneysel paradigma, “kamu malı oyunu” olarak adlandırılmaktadır (Ledyard, 1995). Bu oyun, mahkûm ikileminin ikiden fazla oyuncuyla birden fazla tekrarlanmasıdır. Tüm katılımcılara bir miktar kaynak verilmekte ve katılımcılar kendi belirledikleri bir miktarı ortak hesaba aktarmaktadırlar. Hesaba aktarılan her miktar için deneyiciler de hesaba ekleme yapmaktadırlar. En sonunda toplanan para, katılımcılara eşit olarak paylaştırılmaktadır. Dolayısıyla kamu malı oyunu, avcı-toplayıcı grup içi dinamiklerinin iyi bir simülasyonu olarak görülebilir. Ledyard (1995), bu oyunla ilgili deneylerin sonuçlarını gözden geçirdiği çalışmasında, paylaşımın orta düzeyde başladığını, oyun tekrarlandıkça hesaba aktarılan miktarın arttığını, oyunun sonlarına doğru ise paylaşımında bir düşüş gerçekleştiğini belirtmiştir. Ortaya çıkan tablo, kuvvetli karşılıklılık eğilimiyle tutarlıdır. Katılımcılar diğerlerinin yaptığı paylaşımları, kendileri de paylaşım yaparak ödüllendirmekte, paylaşım yapılmadığında ise aynı şekilde karşılık vererek cezalandırmaktadırlar. Sonlara doğru gözlenen düşüşü, diğerlerine olan bağımlılığın sonlanması sonucu bencilliğin geri dönmesi olarak yorumlamak da mümkündür, ancak deney sonrası katılımcılarla yapılan görüşmeler, bunun, grup içinde paylaşım yapmayanlara bir tepki olarak ortaya çıktığını göstermektedir (Gintis, 2000). Üstelik katılımcılara katkı yapmayanları kendi kaynaklarından harcayarak cezalandırma şansı verildiğinde bu şansı kullandıkları da görülmektedir (Yamagishi, 1988).

Kuramcılar, kuvvetli karşılıklılığın grup seçilimi ile özgeci davranışa avantaj sağlayabileceğini savunmaktadır (Gintis, 2000). Grupta kuvvetli karşılıklılık eğilimine sahip bireylerin oranının yüksek olması, beleşçileri ve diğer bencil motivasyonlara sahip üyeleri işbirliğine zorlayacaktır. Bu eğilime sahip bireyler tarafından cezalandırılma tehdidi, işbirliğinden kaçınma türü davranışları avantajlı olmaktan çıkarmaktadır. Böylece bu gruplar için gruplararası seçim, grupiçi seçilimin önüne geçmektedir. Boehm (1997) tarafından da tanımlanan ve insan türünün evriminde belirleyici role sahip olan, avcı-toplayıcıların yaşadığı eko-sistem, özgeçiliğin baskın olduğu gruplara avantaj sağlamaktadır. Bu koşullarda gruplararası seçilimin baskın konuma gelmesi sonucu, kuvvetli karşılıklılık eğiliminin adaptif olarak edinilmesi mümkündür.

Robbins ve Rochat (2011), insan gelişiminde kuvvetli karşılıklılık eğiliminin ortaya çıkışını Amerika Birleşik Devletleri ve Samoa’da okul öncesi çocuklarla yaptıkları çalışmada incelemişlerdir. Bu amaçla, katılımcı çocuk, cömert bir kukla ve cimri bir kukla olmak üzere üç kişilik bir paylaşma oyunu oynanmıştır. Çocuğa belli bir bedel ödemesi koşuluyla kuklalardan birini cezalandırma hakkı verilmiştir. ABD’li çocukların cezalandırmayı 3 yaşından itibaren kullandıkları görülmüştür, ancak kuvvetli karşılıklılık olarak tanımlanabilecek olan cimri kuklayı tutarlı olarak cezalandırma, 5 yaşından itibaren görülmektedir. Aynı zamanda cömert kuklayla daha fazla paylaşımında bulunma da 5 yaşında başlamaktadır. Dolayısıyla kuvvetli karşılıklılık eğiliminin bu yaşta ortaya çıkmaya başladığı söylenebilir. Samoa’lı çocuklarda ise cimri kuklayı cezalandırma ve cömert kuklayı ödüllendirme eğiliminin anlamlı düzeye ulaşmadığı görülmüştür, ancak örneklemin oldukça küçük olduğu da göz önünde bulundurulmalıdır. Buna rağmen, ABD örnekleminde yapılan karşılaştırmalar, eğilimin ABD’de daha güçlü olduğunu ortaya koymaktadır, dolayısıyla kültürel bağlamın etkisi üzerine daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Kuvvetli karşılıklılık modeli, çeşitli eleştirilerle karşı karşıya kalmıştır. Örneğin, Hagen ve Hammerstein (2006), modelin daha çok laboratuvar deneylerine dayanarak oluşturulduğunu ve deneylerin yapısı gereği bilişsel süreçlerin rolünün ihmal edildiğini savunmuşlardır. Araştırmacılara göre modelin güçlenmesi için karar verme süreci daha detaylı incelenmeli ve katılımcıların deneyi ne şekilde anlamlandırarak bu kararları verdiği anlaşılmalıdır.

Yamagishi ve arkadaşları (2012) ise ulti-matom oyununda reddetme davranışı gösteren bireylerin diğer oyunlardaki davranış örüntülerini incelemişlerdir. Reddetme davranışı ve mahkûm ikilemi gibi diğer oyunlardaki prososyal davranışlar arasında herhangi bir ilişki bulunmadığı gibi, bu oyunlardaki prososyal davranışların “sosyal değer yönelimi” olarak adlandırılan ve özgeci davranma eğilimini ifade eden yapıyla herhangi bir ilişkisi bulunmamıştır. Araştırmacılara göre ulti-matom oyununda reddetme davranışının altında yatan kuvvetli karşılıklılık eğilimi değil, katılımcıların kendilerini karşılarındakinden güçsüz durumda hissetmekten kaçınmalarıdır. Benzer biçimde Karagonlar ve Kuhlman (2013), prososyal eğilimi (Sosyal Değer Yönelimi Ölçeği ile ölçüldüğü biçimiyle) yüksek olanlarda, ulti-matom oyununda adil olmayan teklifleri reddetme davranışının daha az olduğunu göstermişlerdir. Dolayısıyla bu davranışı “özgeci cezalandırma” olarak nitelemek için yeterli görgül kanıt bulunmamaktadır.

Ancak, sosyal değer yönelimi yerine bireysel karşılıklılık eğiliminin ölçüldüğü kimi çalışmalar kuvvetli karşılıklılık modeline kısmi bir destek sağlamaktadır. Perugini, Gallucci, Presaghi ve Ercolani (2003), sosyal birer norm olarak tanımladıkları olumlu davranışı ödüllendirmeyi ifade eden pozitif karşılıklılık ve olumsuz davranışı cezalandırmayı ifade eden negatif karşılıklılık arasında bir ayırım olduğunu belirtmişler ve bu normları kabul etme eğilimlerinin diktatör oyunu bağlamında beklenen davranışsal sonuçlarla ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Katılımcılar, oyunu önce karşı tarafın, sonra kendilerinin diktatör olduğu iki farklı biçimde oynamışlardır. Karşı tarafın yüksek paylaşımına aynı şekilde karşılık verme eğilimi pozitif karşılıklılık normunu benimseyenlerde, düşük paylaşımına aynı şekilde karşılık verme eğilimi ise negatif karşılıklılık normunu benimseyenlerde görülmüştür. Üstelik Perugini ve Gallucci (2001) karşılıklılık normunu benimseme ve prososyallik arasında zorunlu bir bağlantı olmadığını belirtmişlerdir. Özgeciler için karşılıklılık diğerlerinin durumunu iyileştirmek için bir araçken, norm olarak benimseyenler için karşılıklılık amaçtır. Bu farklılık bireylerin kaynak dağıtım davranışlarında da gözlenmektedir (Perugini ve Gallucci, 2001). Başka bir deyişle Yamagishi ve arkadaşlarının (2012) bulgularının kuvvetli karşılıklılık modelini reddetmek için yeterli olmadığı söylenebilir. Ancak pozitif ve negatif karşılıklılık normlarının kabul düzeyi arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı pek çok çalışmada gözlenmiştir (Dohem, Falk, Huffman ve Sunde, 2009; Perugini ve ark., 2003) ki bu durum model açısından sorunludur.

Özetle kuvvetli karşılıklılık modeli, özellikle sosyal ikilem deneylerinde gözlenen ve “homo economicus” modeli ile açıklanamayan özgeci ve cezalandırıcı davranışlar için iyi bir açıklama sunmaktadır. Kuram cezalandırıcı davranışın bencilce eğilimleri bastırarak grup içi rekabeti azaltma işlevine, ödüllendirici davranışın ise grup adına olumlu davranışları artırma işlevine vurgu yapmaktadır. Ortaya çıkan grup yapısı, hayatta kalma açısından bencil güdülerin baskın olduğu gruplara karşı avantajlıdır. Kuramcılar kuvvetli karşılıklılık olarak adlandırılan davranış biçiminin grup seçilimi süreciyle kazanılmış olduğunu savunmaktadır.

Kültürel Evrim

Kuramcılar, özgeci davranışın kolayca yaygınlaşabilmesinde insan gruplarının kültürel aktarım becerilerinin önemli bir yeri olduğunu vurgulamaktadır. Örneğin Campbell (1972), özgecilik gibi davranışların ortaya çıkmasında genetik değil, kültürel etkilerin belirleyici olduğunu savunmaktadır. Bu yaklaşıma göre insanın genetik donanımında bencil davranış ve motivasyonlar baskındır, ancak toplum ve kültürün yönlendirmesi sonucu bu eğilimler sınırlanır. Böylece grup içi rekabet bastırıldığından gruplararası seçim önem kazanacak ve özgeçiliğin norm olduğu gruplar, genotipte herhangi bir değişiklik gözlenmese de avantaj sağlayacaktır. Sonuç olarak bu kültürün gelecek nesillere aktarımı gerçekleşecektir. Benzer biçimde Bell, Richerson ve Elreath (2009), gruplararası kültürel varyasyonun, genetik varyasyondan fazla olmasından dolayı, gruplararası seçilimin genetik düzeyin aksine kültürel düzeyde gerçekleşeceğini iddia etmişlerdir.

Modern kültürel evrim yaklaşımları ise gen-kültür etkileşimini vurgulamaktadır. Bu yaklaşımlara göre insanı diğer primatlardan ayıran ve karmaşık kültürel yapılar geliştirebilmesini sağlayan özelliği sosyal öğrenme ve taklit yeteneğinin gelişmişlik

düzevidir (Henrich, 2004; Tomasello, Kruger ve Horn Ratner, 1993). Henrich (2004), insanlarda kültürel aktarımı gerçekleştiren iki çeşit sosyal öğrenme biçimi olduğunu öne sürmüştür. Bu öğrenme biçimlerinden birincisi olan “konformist aktarım” grupta çoğunluğun davranışlarını taklit etme eğilimidir. Bu eğilim, grup içi fenotipik benzerliği artırarak grup içi seçilime sekte vurduğu gibi, grupları homojenleştirmekte, fakat gruplararası çeşitliliği artırmaktadır. Böylece grup seçilimi düzeyi, evrimsel açıdan baskın hale gelir ve kültürel açıdan adapte olabilen gruplar hayatta kalmayı başarır. İkinci sosyal öğrenme biçimi ise prestij ile ilişkilidir (Henrich ve Gil-White, 2001). Diğer primat gruplarıyla karşılaştırıldığında, insan gruplarında güç uygulanarak diğer üyelerin itaate zorlanmasını ifade eden baskınlık (*dominance*) daha az belirleyici olmaktadır. Grup içi statü diğerleri üzerindeki yaptırım gücünden ziyade, bireyin grup için önemli alanlardaki becerisiyle kazandığı prestij ile elde edilir. Prestije dayalı sosyal öğrenme, insanlarda prestiji yüksek grup üyelerinin davranışlarının taklit edilmesi ile gerçekleşir.

Henrich ve Boyd’a (2001) göre bu iki süreç, işbirliği yapmayanları cezalandırma eğiliminin yerleşmesini sağlayabilir. Kuramcılara göre kaynak harcama pahasına cezalandırma davranışının yaygınlaşması, büyük ihtimalle işbirliğinin yaygınlaşmasından önce gerçekleşmiştir, çünkü bu davranışın bedeli daha azdır. Cezalandırma, konformist aktarımla yaygınlaştığı takdirde, diğerleriyle işbirliği yapmayı reddetme ve bencilce davranma birey için tehlikeli hale gelecektir ve böylece işbirliği bir norm olarak yerleşecektir. Bu norm gruba diğer gruplar karşısında avantaj sağlayacaktır. Henrich ve Boyd (2001) bu tür bir kültüre sahip grupların seçilimi ve baskın hale gelmesi ile seçilimin gen düzeyine de yansiyebileceğini savunmaktadır. İşbirliğinin norm haline geldiği gruplarda prososyal davranışla ilişkili genlere sahip bireyler daha kolay uyum sağlayacaklardır ve uzun vadede avantajlı hale geleceklerdir. Kültüre dayalı grup seçilimi ise prososyal üyelere sahip grupların hayatta kalmasını sağlayacaktır. Bu iki sürecin bir arada devam etmesi sonucunda prososyal davranışla ilişkili genlerin insan genotipine yerleşmeleri de mümkündür.

Genel olarak bakıldığında kültürel evrim yaklaşımları özgeci ve prososyal davranışları, insanı diğer canlılardan ayıran kültürel aktarım özelliğiyle açıklarlar. Kültürel aktarım, adaptif davranışların bir sonraki kuşak tarafından kolayca edinilmesini sağlamaktadır. Bu aktarım biçimi nesiller boyu süren doğal seçilime göre çevreye uyumu çok daha kolay hale getirmektedir. Özgecilik gibi grup seçiminde avantaj sağlayan davranış biçimleri de gerek gruplararası rekabet, gerek başarılı grupların normlarının benimsenmesi sonucu yaygınlık kazanabilmektedir.

Kültürel evrim yaklaşımının bir avantajı, insana özgü olan kültürel aktarım süreçlerini tanımlayarak bu süreçleri özgeçiliğin insana özgü biçimlerini açıklamada kullanmasıdır. Ayrıca bu yaklaşım, genetik ve kültürel faktörler arasında etkileşim içeren bir model ile bütüncül bir yaklaşım sağlamaktadır. Bu tür bir yaklaşım çeşitli özgeci davranışlarda gözlenen kültürel çeşitliliğin (Rahjans, Altvater-Mackensen, Vaish ve Grossmann, 2016; Yablo ve Field, 2007) açıklanmasında da işlevseldir. Ancak bu evrimin gerçekleştiği tarihsel sürecin daha detaylı biçimde açıklanmasına ihtiyaç vardır.

Karşılıklı Bağımlılık

Tomasello (2018) tarafından ortaya atılmış olan insan ahlakının karşılıklı bağımlılık modeli, bir anlamda toplumsal sözleşme ve kültürel seçim yaklaşımlarını bir araya getirmektedir. Tomasello’ya (2018) göre, insanlardaki özgeci ve prososyal davranışlar ve ahlak iki aşamalı bir evrim süreci sonunda oluşmuştur. Bu aşamaların ilkinde insan türü diğerlerine yönelik duygudaşlığı ve hakkaniyeti, ikinci aşamada ise gruba bağlılığı ve kültürel normlara uyumu edinmiştir.

İnsan ahlakının evriminin ilk aşaması, avcı-toplayıcılığın getirdiği evrimsel baskılar sonucu oluşmuştur. Tomasello (2018), insanların avlanma biçimlerinin diğer primatların avlanma örüntülerinden niteliksel olarak farklı olduğunu belirtmektedir. Diğer primatların avlanması, asgari düzeyde işbirliği içerir ve avcılar kendi aralarındaki rekabetin yüksek olduğu bir yapıya sahiptir. Genellikle küçük hayvanlar avlanır ve avcılar pay alabilmek için kendi aralarında çatışma yaşarlar. Bu çatışmalar baskınlık temelinde çözülür, bir başka deyişle daha baskın olan primat, avdan istediği

kadar pay alır. Bunun yanında diğer maymunların dilencilik ve taciz gibi davranışlarla avdan pay almalarına göz yumulur.

Diğer primatların aksine, insanların avlanması taraflar arasında mutlak işbirliğine dayanır. Tomasello'ya (2018) göre ilk insanlar ikililer halinde avlanmışlardır. Bu tip avlanmada taraflar arasında rekabet olmadığı gibi, birinin zarar görmesi halinde av başarısız olacaktır. Dolayısıyla avcı-toplayıcılığın ilk dönemlerinde avcılar arasındaki karşılıklı bağımlılık, empati yeteneğine sahip ve diğerine zarar gelmesini önlemeye hazır bireylerin avantajlı hale gelmesini sağlamıştır. Bu bireyler av partneri olarak seçilmede ve başarılı avlanmada avantajlıdır. Bu seçim sürecinin sonucunda insanlar "ortak maksatlılığa", yani "biz" olarak hareket edebilme yetisine sahip olmuşlardır (Tomasello, 2018: s.67).

Araştırmacılar insanların doğuştan gelen empati kurma ve diğerlerine yardım eğilimleri olduğunu gösteren bir dizi çalışma gerçekleştirmişlerdir. Warneken ve Tomasello (2006), on dört aylık çocukların dahi yetişkinlere, bir nesneye ulaşma ve kapı açma gibi durumlarda yardım etme davranışı sergilediklerini göstermişlerdir. Aynı araştırmacılar tarafından gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise, ebeveynler tarafından izlendiği durumlarda, yardım etmenin artmadığı bulunmuştur (Warneken ve Tomasello, 2013). Araştırmacılara göre bu bulgu çocukların yardım davranışının altında yatan nedenin, yetişkinlerce onaylanma isteği olmadığını, aksine bu davranışa içsel olarak güdülendiklerini göstermektedir.

Tomasello'ya (2018) göre ilk aşamada edinilen ve diğer primatlarda görülmeyen diğer ahlaki eğilim, hakkaniyete uygun, başka bir deyişle her bireyin sağladığı katkı oranında ödüllendirildiği dağılımdır. Beleşçilik sorunu, primat avlanmasının aksine, insan avlanmasında işbirliğinin sağlayacağı evrimsel avantajı baltalayabilir, bu yüzden beleşçiliğin engellenmesi bu modelde de insan davranışını şekillendiren önemli bir adaptif baskı olarak nitelenmektedir. Hakkaniyet ve adil dağıtıma yönelik güdülerin varlığı, bireyin bencil güdülerle hareket etmesini engelleme ve karşı tarafın olası beleşçiliğini cezalandırma işlevi göstermektedir. Primatlarda gözlenmeyen bu eğilim, deneysel ortamda işbirliği yapan üç yaşında çocukların elde ettiklerini paylaşımlarında gözlenmiştir (Hamann, Warneken, Greenberg ve Tomasello, 2011) Bu deneyde çocuklara karşılığında bilye kazanacakları bir görev verilmiştir. Aynı görevi gerçekleştiren iki çocuktan birisine daha fazla bilye verildiğinde, fazla bilyeyi diğeriyle eşit olacak şekilde paylaştığı gözlenmiştir. Bu tür bir davranış şempanzelerde mevcut değildir. Araştırmacılara göre bu bulgu, adil dağıtımı tercih etme eğiliminin insanlar için ayırt edici ve doğuştan gelen bir eğilim olabileceğini göstermektedir.

İnsan ahlakının evriminin ikinci aşaması ise kültürel normlara uyumla ilişkilidir (Tomasello, 2018). Modelin bu aşamaya dair iddiaları yukarıda özetlenen grup seçilimi ve kültürel seçim yaklaşımlarıyla tutarlıdır. Buna göre avcı-toplayıcı üretim biçimi ilerlediğinde insanlar 30 kişilik gruplar halinde yaşamaya başlamışlardır. Bu gruplar arasında çeşitli kaynaklar için rekabet başladığında, karşılıklı bağımlılık, yalnızca avlanan bireyler arasında değil, grup içi düzeyde de belirleyici hale gelmiştir. Bunun sonucunda gruba bağlılık, sadakat ve grup içi normlara uyumun yüksek olduğu gruplar, diğerlerine karşı avantajlı hale gelmişlerdir. Böylece grup normlarının ve kültürün içselleştirilmesi, o kültüre ait ahlaki değerlerin de edinilmesini sağlamaktadır.

Özetle, Tomasello (2018) tarafından önerilen model, diğer evrimsel kuramlardan parçalar taşımakta ve evrim sürecinde insanların diğer bireylerle olan karşılıklı bağımlılık ilişkisine vurgu yapmaktadır. Bu ilişki avcı-toplayıcı yaşam tarzının sonucu olarak ortaya çıkmış ve insanların diğer primatlardan farklı ahlaki bir donanıma sahip olması sonucunu doğurmuştur. Empati, diğerlerinin durumunu önemseme ve yardımda bulunma ve hakkaniyet sürecin ilk aşamasında, gruba bağlılık, normlara uyma ve kültürel değerlerin içselleştirilmesi ise ikinci aşamasında edinilmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Milyonlarca yıl süren evrim süreci, dünya üzerinde yaşayan canlıları, kendi faydalarını gözeterek davranışlarla donatmıştır. Bu tür bir donanım, yaşayan tüm organizmalarda

gözlenmekle birlikte, kimi canlılarda özgecilik olarak adlandırılan, gerçekleştirene maliyetli, diğerlerine faydalı davranışlar mevcuttur. Özellikle insanların özgeci davranışları diğer canlılarınkinden, hem nicelik hem nitelik olarak farklıdır. Bu çalışmada insan özgeciliğine yönelik çeşitli evrimsel açıklamalar özetlenmiştir.

Özgeciliği açıklamak için öne sürülen ilk kuramlardan biri akraba seçilimi kuramıdır (Hamilton, 1964). Bu kurama göre bireyler akrabalarına yardımda bulunarak, dolaylı yoldan kendi genlerinin hayatta kalmasına hizmet ederler. Pek çok insan toplumu akrabalığa dayalı olarak örgütlenmektedir (Levi-Strauss, 1971) ve akrabalığın insan ilişkilerinde önemli bir yer tuttuğu açıktır. Dolayısıyla akraba seçiliminin insan evriminde belli bir paya sahip olduğunu söylemek akıldır, ancak bu kuram tek başına insan özgeciliğini açıklamakta yetersiz kalmaktadır. Gerçekten de, modern toplumlar başta olmak üzere, pek çok bağlamda insanların akrabalık dışı ilişkileri ve özgeci davranışları çok fazla önem kazanmıştır. Başka bir deyişle, akraba seçilimi modeli insan özgeciliğinin çok sınırlı bir kısmını açıklayabilmektedir.

Bir başka kuram olan karşılıklı özgecilik kuramı ise, bireylerin özgeci davranışları karşılığında, yardım ettikleri kişilerden yardım gördüklerini savunur (Trivers, 1971). Birey, başka birisine yardımcı olarak kısa vadede zarara girse de, uzun vadede karşılığında alacağı yardım sayesinde kâra geçmektedir. Karşılıklı özgeciliğin işleyebilmesi için prososyal bireylerin yardımlarının karşılığını alacaklarından emin olmaları gerekir. Bununla tutarlı olarak, insanların hilecileri yakalamayı mümkün kılan kimi bilişsel süreçlere sahip oldukları tespit edilmiştir (Cosmides ve Tooby, 1992).

Karşılıklı özgecilik kuramı, görünürde irrasyonel olan özgeci davranışları rasyonel bir temelle açıklamaktadır. Kuram, yardım davranışının altında yatan bu önemli güdüye dikkat çekerek, ultimatoyu oyununda birinci oyuncularda gözlenen paylaşma davranışı gibi insan özgeciliğinin pek çok örneğini açıklayabildiği gibi, alandaki önemli bir boşluğu doldurmaktadır. Ancak insan özgeciliğinin yalnızca bu güdüden kaynaklandığını savunmak, anonim diktatör oyunları gibi deneysel olarak gözlenen, bunun yanında günlük hayatta karşılaşılan ve kişinin karşılığını alma ihtimali olmadığı bireylere dahi yardım edebildiği durumları göz ardı etmek anlamına gelecektir. Bunun yanında, yukarıda da belirtildiği gibi, yapılan çalışmalar, kuşlar ve primatlar gibi hayvanlarda bile özgecilik davranışının sık sık karşılıksız kaldığını göstermektedir (Zahavi, 1995). Dolayısıyla karşılıklı özgecilik kuramı da insan özgeciliğini tamamen açıklamakta yetersiz kalmaktadır.

Karşılıklı özgecilik kuramının kısıtlılıklarından bazılarının, masraflı sinyalleşme kuramı (Bliege Bird, Smith ve Bird, 2001) için de geçerli olduğu söylenebilir. Bu kuram, yardım karşılığında edinilen maddi kazancın yerine bireye sağladığı sosyal prestiji, dolayısıyla eş seçiminde avantajlı hale gelmeyi koymaktadır. Her iki kuram için de kritik olan nokta, gerçekleştirilen özgeci davranışın diğerleri tarafından görülmesi ve takdir edilmesidir. Başka bir deyişle, anonim gerçekleştirilen, başkalarının bilmediği ve bilme olasılığının olmadığı durumlarda sergilenen özgeci davranışlar, bu kuram çerçevesinde açıklanamamaktadır. Bahsedilen daha biyolojik temelli, birey ve gen seçilimine dayalı kuramların insan özgeciliğini açıklamada yetersiz kalması sonucu, biyologlar tarafından uzun zaman önce reddedilen bir kavram olan grup seçilimi, farklı bir yaklaşımla tekrar gündeme getirilmiştir (Wilson ve Sober, 1994). Bu yaklaşıma göre gruplar arasında rekabetin görüldüğü canlılarda, grup lehine davranan bireylerden oluşan gruplar avantaj elde etmektedir. Dolayısıyla özgeci davranış adaptif hale gelmektedir. Bu yaklaşımın en büyük sorunu, grupçi rekabetin beleşçileri kayırarak özgeci bireyler önünde engel oluşturması ihtimalidir.

Kuvvetli karşılıklılık modeli, grupçi rekabetin ve beleşçiliğin engellenmesini sağlayacak bir mekanizma önermektedir (Gintis, 2000). Bu modele göre kuvvetli karşılıklılık eğilimi, bireylerin, bedel ödemeyi göze alarak, kendilerine yapılan olumlu veya olumsuz muameleye aynı şekilde karşılık verme eğilimidir. Bu eğilimin varlığı, grupta beleşçiliği ceza yoluyla engelleyeceği gibi, prososyal davranışların ödüllendirilmesini sağlayarak grupçi rekabeti azaltacak, dolayısıyla gruplararası rekabet ve grup seçilimini mümkün kılacaktır. Ultimatoyu, dokunulmazlık, kamu malı ve diktatör oyunları deneylerinde elde edilen bulgular, bu eğilimin varlığını destekler

niteliktedir (Gintis, 2000). Ancak Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeği ile gerçekleştirilen çalışmalar, iyiliğe karşılık vermenin “pozitif karşılıklılık”, olumsuz davranışı cezalandırmanın ise “negatif karşılıklılık” olarak ayrıştığını ve bu iki eğilim arasında bir ilişki bulunmadığını göstermiştir (Perugini ve ark., 2003). Gintis (2000) tarafından önerilen evrimsel senaryo, iki eğilimin aynı bireylerde bulunduğu varsayımına dayanmaktadır, dolayısıyla bu yönden revize edilmiş bir açıklamaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Kuvvetli karşılıklılık kuramı gibi, kültürel seçilim yaklaşımları da grup seçilimini temel almaktadır (Campbell, 1972; Henrich, 2004). Bu yaklaşımlara göre, özgeçililik ve prososyal davranışlar, kültürel düzeyde edinilmiştir ve gelecek nesillere normların öğretilmesi yoluyla aktarılmaktadır. Kuramcılar insana özgü konformist uyum, taklit ve sosyal öğrenme gibi becerilerin kültürel aktarımı mümkün kıldığını, işbirliğine yönelik normlara sahip kültürlerin gruplararası rekabette avantaj sağladığını ve günümüzdeki kültürlerin bu normlarla şekillenmiş olduğunu savunmaktadırlar. Kültürel seçilim kuramları, özgeçiliğin oluşmasını sağlayan şartları ve özgeçiliği mümkün kılan insani özellikleri ayrıntılı biçimde açıklayabilmektedirler. Ancak özgeçil davranışın içeriğine, tezahürlerine ve bugün görülen kültürel çeşitliliğin nedenlerine dair ayrıntılar kuramlarda mevcut değildir. Ayrıca özgeçililik eşitlikçi olduğu söylenebilecek olan avcı-toplayıcı bağlamda ortaya çıkmışsa da, daha sonra ortaya çıkan sınıflı tarım ve sanayi toplumlarında nasıl devam ettiği ve ne şekilde değiştiği, açıklanmayı beklemektedir.

Tomasello (2018) tarafından oluşturulan karşılıklı bağımlılık modeli, gerek kültürel seçilimi, gerekse bireylerarası düzeyde gerçekleşen seçilimi açıklamaya dâhil eden bir modeldir. Bu yönüyle modelin diğer kuramlara göre daha kapsayıcı olduğu söylenebilir. Model insanların avlanma sürecindeki diğer primatlardan farklılıklarına, buna bağlı olarak yalnızca insanlarda bulunan empati, hakkaniyet gibi ahlaki duygulara vurgu yapmaktadır. Bireylerarası ve grup içi karşılıklı bağımlılık empati, gruba aidiyet ve normlara uyumun gelişmesine neden olmuştur. Bu açıdan model kuvvetli karşılıklılık ve kültürel seçilim modelleriyle de tamamlayıcıdır. Ancak kimi çalışmalar, insanlardaki düzeyde olmamakla birlikte, diğer primatların da adalet duygusuna sahip olabileceğine yönelik bulgular ortaya koymaktadır (Brosnan, 2013). Bu çalışmaların yanında, Tomasello ve ekibi tarafından gerçekleştirilmiş ve bu eğilimlerin yokluğunu belgeleyen çalışmalar da mevcuttur (Brauer, Call ve Tomasello, 2006; 2009), dolayısıyla gelecekte yapılacak daha detaylı araştırmalar bu tartışmanın alacağı yön açısından belirleyici olacaktır. Buna ek olarak, kuramda oldukça merkezi bir rol verilen avcılığın da neredeyse tüm toplumlarda erkekler tarafından gerçekleştirilen bir faaliyet olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Avcılığa yönelik bu vurgu, karşılıklı bağımlılığın evriminin yalnızca erkekler üzerinden işleyeceği fikrini kaçınılmaz kılmaktadır. Yalnızca bir cinsiyet üzerinden işleyen bir sürecin, bir davranışı bir türün tamamına kazandırması mümkün görünmemektedir. Bu yüzden kuramın insanlar ve diğer primatlar arasındaki farklara dair farklı ve tamamlayıcı gerekçeler de sunmaları gerekmektedir.

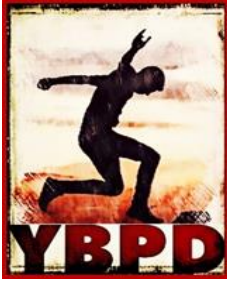
Genel olarak bakıldığında, biyoloji, psikoloji ve ekonomi alanlarında özgeçililik problemini çözmeye yönelik pek çok kuram öne sürülmüştür. Ortak noktası işbirliğine vurgu yapmak olan bu kuramlardan kimileri genetik düzeyde, kimileri organizma düzeyinde, kimileri ise canlı grupları ve kültür düzeyinde açıklamalar öne sürmüşlerdir. Daha güncel modeller ise farklı düzeylerdeki seçilim süreçlerinin etkileşimini göz önünde bulundurmaktadır. Modellerin güçlü yönlerinin değerlendirilerek geliştirilmesi ve ampirik araştırmalarla desteklenmesi, insan özgeçiliğinin kökenlerinin daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır.

Kaynakça

- Allport, F. H. (1924). The group fallacy in relation to social science. *American Journal of Sociology*, 29(6), 688-706.
- Barnard, A. (1999). Modern hunter-gatherers and early symbolic culture. R. Dunbar, C. Knight, & C. Power (Ed.), *The evolution of culture: An interdisciplinary view*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Bell, A. V., Richerson, P. J. ve Mcelreath, R. (2009). Culture rather than genes provides greater scope for the evolution of large-scale human prosociality. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(42), 17671-17674.
- Bliege-Bird, R., Smith, E., & Bird, D. W. (2001). The hunting handicap: costly signaling in human foraging strategies. *Behavioral Ecology and Sociobiology*, 50(1), 9-19.
- Boehm, C. (1997). Impact of the human egalitarian syndrome on Darwinian selection mechanics. *The American Naturalist*, 150(S1), 100-121.
- Bräuer, J., Call, J., & Tomasello, M. (2006). Are apes really inequity averse?. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 273(1605), 3123-3128.
- Bräuer, J., Call, J., & Tomasello, M. (2009). Are apes inequity averse? New data on the token-exchange paradigm. *American Journal of Primatology: Official Journal of the American Society of Primatologists*, 71(2), 175-181.
- Brosnan, S.F. (2013). Justice and fairness-related behaviors in nonhuman primates. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(Supplement 2), 10416-10423.
- Buss, D. (2016). *Evolutionary psychology*. London: Routledge.
- Campbell, D.T. (1972). On the genetics of altruism and the counter-hedonic components in human culture. *Journal of Social Issues*, 28(3), 21-37.
- Connolly, T., & Axelrod, R. (1984). The evolution of cooperation. *Administrative Science Quarterly*, 29(4), 661-663.
- Cosmides, L. & Tooby, J. (1992). *Cognitive adaptations for social exchange*. J. Barkow, L. Cosmides, & J. Tooby (Ed.), *The Adapted Mind: Evolutionary Psychology and The Generation of Culture*. New York: Oxford University Press.
- Dawes, R. (1980). Social dilemmas. *Annual Review of Psychology*, 31(1), 169-193.
- Dawes, R., & Messick, D. (2000). Social dilemmas. *International Journal of Psychology*, 35(2), 111-116.
- Dawkins, R. (1976). *The selfish gene*. Oxford: Oxford University Press.
- Dohmen, T., Falk, A., Huffman, D., Sunde, U. (2009). Homo reciprocans: Survey evidence on behavioural outcomes. *The Economic Journal*, 119(536), 592-612.
- Eldakar, O.T., Wilson, D.S. (2011). Eight criticisms not to make about group selection. *Evolution*, 65(6), 1523-1526.
- Fehr, E., & Fischbacher, U. (2003). The nature of human altruism. *Nature*, 425(6960), 785.
- Fehr, E., Fischbacher, U., Gächter, S. (2002). Strong reciprocity, human cooperation, and the enforcement of social norms. *Human Nature*, 13(1), 1-25.
- Gintis, H. (2000). Strong reciprocity and human sociality. *Journal of Theoretical Biology*, 206(2), 169-179.
- Grafen, A. (1990). Biological signals as handicaps. *Journal of Theoretical Biology*, 144(4), 517-546.
- Güth, W. (1995). On ultimatum bargaining experiments-A personal review. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 27(3), 329-344.
- Güth, W., Tietz, R. (1990). Ultimatum bargaining behavior. *Journal of Economic Psychology*, 11(3), 417-449.

- Hagen, E.H., Hammerstein, P. (2006). Game theory and human evolution: A critique of some recent interpretations of experimental games. *Theoretical Population Biology*, 69(3), 339-348.
- Hamann, K., Warneken, F., Greenberg, J.R., & Tomasello, M. (2011). Collaboration encourages equal sharing in children but not in chimpanzees. *Nature*, 476(7360), 328-331.
- Hamilton, W.D. (1964). The genetical evolution of social behaviour. II. *Journal of Theoretical Biology*, 7(1), 17-52.
- Hardin, G. (1968). The tragedy of the commons. *Science*, 162(3859), 1243-1248.
- Hargreaves-Heap, S., & Varoufakis, Y. (2004). *Game theory: A critical introduction*. London: Routledge.
- Henrich, J. (2004). Cultural group selection, coevolutionary processes and large-scale cooperation. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 53(1), 3-35.
- Henrich, J., Gil-White, F. J. (2001). The evolution of prestige: Freely conferred deference as a mechanism for enhancing the benefits of cultural transmission. *Evolution and Human Behavior*, 22(3), 165-196.
- Henrich, J., Boyd, R. (2001). Why people punish defectors. *Journal of Theoretical Biology*, 208(1), 79-89.
- Huxley, J. (1942). *Evolution: The modern synthesis*. London: George Allen and Unwin.
- Jensen, K., Vaish, A., & Schmidt, M.F. (2014). The emergence of human prosociality: Aligning with others through feelings, concerns, and norms. *Frontiers in Psychology*, 5, Article 822.
- Karagonlar, G., Kuhlman, D.M. (2013). The role of social value orientation in response to an unfair offer in the ultimatum game. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 120(2), 228-239.
- Kelley, H.H., & Thibaut, J.W. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York: John Wiley & Sons.
- Komorita, S., Parks, C., & Hulbert, L. (1992). Reciprocity and the induction of cooperation in social dilemmas. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(4), 607-617.
- Latané, B., Darley, J.M. (1970). *The unresponsive bystander: Why doesn't he help?* New York: Appleton-Century-Crofts.
- Ledyard, J. (1995). Public goods: a survey of experimental research. Kagel, J. ve Toth, A. (Ed.), *Handbook of Experimental Economics* içinde (s.563-638). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Lévi-Strauss, C. (1971). *The elementary structures of kinship* (J.H. Bell, J.R. Von Sturmer, & R. Needham, Çev.). London: Beacon Press.
- Perugini, M., & Gallucci, M. (2001). Individual differences and social norms: The distinction between reciprocators and prosocials. *European Journal of Personality*, 15(1), 19-35.
- Perugini, M., Gallucci, M., Presaghi, F., Ercolani, A.P. (2003). The personal norm of reciprocity. *European Journal of Personality*, 17(4), 251-283.
- Rajhans, P., Altvater-Mackensen, N., Vaish, A., & Grossmann, T. (2016). Children's altruistic behavior in context: The role of emotional responsiveness and culture. *Scientific Reports*, 6, 24089.
- Robbins, E. & Rochat, P. (2011). Emerging signs of strong reciprocity in human ontogeny. *Frontiers in Psychology*, 2(353), 1-14.
- Roth, A.E. (1995). Bargaining experiments. J.H. Kagel ve A.E. Roth (Ed.) *Handbook of Experimental Economics* içinde (s.253-348), Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Schmitt, D., & Pilcher, J. (2004). Evaluating evidence of psychological adaptation: How do we know one when we see one?. *Psychological Science*, 15(10), 643-649.
- Seyfarth, R.M., & Cheney, D.L. (1984). Grooming, alliances and reciprocal altruism in vervet monkeys. *Nature*, 308(5959), 541-543.
- Silk, J.B., & House, B.R. (2011). Evolutionary foundations of human prosocial sentiments. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(2), 10910-10917.
- Sober, E. & Wilson, D.S. (2007). *Unto others: The evolution and psychology of unselfish behavior*. Cambridge: International Society for Science and Religion.
- Strassmann, J.E. (1989). Altruism and relatedness at colony foundation in social insects. *Trends in Ecology & Evolution*, 4(12), 371-374.
- Tooby, J., & Cosmides, L. (1992). *The psychological foundations of culture*. J. Barkow, L. Cosmides, & J. Tooby (Ed.), *The adapted mind: Evolutionary psychology and the generation of culture* (s.19-136). New York: Oxford University Press.
- Tomasello, M. (2018). *İnsan ahlakının doğal tarihi*. (Çev. A. Onacak). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Tomasello, M., Kruger, A.C., & Ratner, H.H. (1993). Cultural learning. *Behavioral and Brain Sciences*, 16(3), 495-511.
- Trivers, R.L. (1971). The evolution of reciprocal altruism. *The Quarterly review of biology*, 46(1), 35-57.
- Van De Walle, G. (2008). Durkheim and socialization. *Durkheimian Studies*, 14(1), 35-58.
- Van Vugt, M., & De Cremer, D. (1999). Leadership in social dilemmas: The effects of group identification on collective actions to provide public goods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(4), 587-599.
- Warneken, F., & Tomasello, M. (2006). Altruistic helping in human infants and young chimpanzees. *Science*, 311(5765), 1301-1303.
- Warneken, F., & Tomasello, M. (2013). Parental presence and encouragement do not influence helping in young children. *Infancy*, 18(3), 345-368.
- Wilson, D.S. (1989). Levels of selection: An alternative to individualism in biology and the human sciences. *Social Networks*, 11(3), 257-272.
- Wilson, D.S. (1997). Human groups as units of selection. *Science*, 276(5320), 1816-1817.
- Wilson, E.O. (2012). *The social conquest of earth*. New York: Liveright.
- Wilson, D.S., & Sober, E. (1994). Reintroducing group selection to the human behavioral sciences. *Behavioral and Brain Sciences*, 17(4), 585-608.
- Yablo, P.D., Field, N.P. (2007). The role of culture in altruism: Thailand and the United States. *Psychologia*, 50(3), 236-251.
- Yamagishi, T. (1988). The provision of a sanctioning system in the United States and Japan. *Social Psychology Quarterly*, 51(3), 265-271.
- Yamagishi, T., Horita, Y., Mifune, N., Hashimoto, H., Li, Y., Shinada, M., . . . Simunovic, D. (2012). Rejection of unfair offers in the ultimatum game is no evidence of strong reciprocity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 109(50), 20364-20368.
- Zahavi, A. (1995). Altruism as a handicap: the limitations of kin selection and reciprocity. *Journal of Avian Biology*, 26(1), 1-3.



DEPRESYONUN KİŞİLERARASI PSİKOTERAPİSİNİN KLİNİK ALANDAKİ ROLÜ: BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TERAPİLER VE MEDİKAL TEDAVİLERLE KARŞILAŞTIRMA ÇALIŞMALARINA İLİŞKİN BİR DERLEME

Ekin ÖZTEKİN¹

Dokuz Eylül Üniversitesi

ORCID:0000-0001-9562-4841

Kübra Meltem KARAÖĞLU²

Ankara Üniversitesi

ORCID:0000-0002-4874-9200

ÖZ

Kişilerarası psikoterapiler (KPT), kişilerarası problematik süreçleri çözüme yoluyla semptom sağaltımına odaklanan yapılandırılmış bir yaklaşımdır. Odak noktası yas, kişilerarası çatışmalar, rol değişiklikleri ve sosyal izolasyon olmak üzere dört alandaki kişilerarası ilişki sorunlarıdır. Günümüzde depresyonun yanı sıra yeme bozuklukları, anksiyete bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu gibi rahatsızlıkların tedavisinde de kullanılmakla birlikte, aslında ayaktan tedavi gören depresyon hastaları için geliştirilmiş bir prosedürdür. Bu yaklaşımda psikopatolojinin kişilerarası sorunlardan doğduğu ve sürdürüldüğü öne sürülmektedir. KPT, depresyon tedavisi prosedürlerini araştıran pek çok çalışmada karşımıza bir modül olarak çıkmaktadır. Öte yandan, psikoterapi merkezlerinde ya da kliniklerde varlığına pek de aşina olmadığımız bir psikoterapi ekolüdür. Buna paralel olarak, etkinlik çalışmalarının daha ağırlıkta olduğu gözlemlenirken etkililik çalışmaları için aynı tablo söz konusu olmamıştır. Yapılandırılmış bir prosedürle yürütülen çalışmalar, KPT'nin depresyon üzerinde etkin olup olmadığı hakkında önemli bilgiler sağlamakla birlikte çoğu zaman uygulama alanı için "fazla katı" kalabilmektedir. Bu derleme çalışmasında ağırlıklı olarak etkililik çalışmalarının bulgularına yer verilmiştir. Bu yolla, KPT'nin klinik uygulama alanındaki rolüne dair bir çerçeve çizilmesi amaçlanmıştır. Derlemede, öncelikle yalnızca KPT'nin tedavi prosedürü olarak seçildiği çalışmalar aktarılmış, daha sonraki bölümlerde ise depresyon tedavisinde etkili olduğu pek çok araştırma tarafından desteklenen bilişsel davranışçı terapiler ve medikal tedaviler gibi farklı prosedürlerle kıyaslandığı çalışmalara değinilmiştir. Araştırma bulguları değerlendirildiğinde, KPT'nin depresyon tedavisinde etkili bir yöntem olduğu dikkat çekmektedir. Öte yandan, gerek medikal tedavilerle gerekse bilişsel davranışçı terapilerle yapılan kıyaslama çalışmaları, KPT'nin diğer yaklaşımlardan herhangi birine karşı üstünlüğü olmadığına işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler

Depresyon, Kişilerarası Psikoterapi, Bilişsel Davranışçı Terapi, Medikal Tedaviler

ROLE OF THE INTERPERSONAL PSYCHOTHERAPY OF DEPRESSION IN CLINICAL SETTINGS: COMPARISON WITH COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPIES AND MEDICAL TREATMENT PROCEDURES

ABSTRACT

Interpersonal psychotherapies (IPT) are structured approach that focuses on symptom management through solving interpersonal problematic processes. The focus is on four main interpersonal problems: mourning, interpersonal conflicts, role changes and social isolation. Although it is used in the treatment of disorders such as eating disorders, anxiety disorders and post-traumatic stress disorder nowadays, it is actually a procedure which was developed for the outpatients with depression. In this review, it is aimed to examine (IPT) which take part in studies as one of the most popular modules, while not commonly used in real clinical settings and psychotherapy centres. Also, efficacy studies were observed to be more weighted compared to the effectiveness studies. Although the efficacy studies provide valuable contributions about the efficacy of IPT on depression, the exact procedures may be hard to follow in clinical settings. Relying on the reasons explained above, in this review, it is aimed to provide information about effectiveness researches more. By doing so, it is hoped to draw a portrait of IPT on depression in real clinical settings. Firstly, the studies in which IPT was chosen as the single module of the treatment were presented. Then, comparative studies conducted with cognitive behavioral therapies and medical therapies were discussed. Findings suggested it is noteworthy that IPT is an effective method in the treatment of depression. On the other hand, comparative studies conducted with both medical treatments and cognitive behavioral therapies indicate that CPT has no superiority over any other approach.

Key Words

Depression, Interpersonal Psychotherapy, Cognitive Behavioural Therapy, Medical Treatment

¹Araş. Gör., Dokuz Eylül Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, İzmir, e-mail: ekin.oztekin@hotmail.com

²Araş. Gör., Ankara Üniversitesi, DTC Fakültesi Psikoloji Bölümü, Ankara, e-mail: kubrameltemkarakus@gmail.com

Alıntılama: Öztekin, E., Karaoğlu, K.M. (2019). Depresyonun kişilerarası psikoterapisinin klinik alandaki rolü: Bilişsel davranışçı terapiler ve medikal tedavilerle karşılaştırma çalışmalarına ilişkin bir derleme. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 111-118.

Giriş

Kişilerarası psikoterapi (KPT), 1974 yılında Klerman, Dimascio, Weissman, Prusoff ve Paykel tarafından yapılan ilk çalışmadan bu yana varlığını sürdürmektedir. Uzun bir süredir araştırma alanında oldukça popüler bir psikoterapi tekniği olmasına rağmen kliniklerde yaygınlaşması ise görece yenidir. Literatüre bakıldığında alan koşullarında yapılan etkililik çalışmalarının son 15-20 yılda yoğunlaştığı görülmektedir (Markowitz, 2014). Kişilerarası psikoterapiler, depresyonun yanı sıra yeme bozuklukları, anksiyete bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu gibi bozuklukların tedavisinde de kullanılıyor olsa da (Kass, Kolko, ve Wilfley, 2013; Markowitz, Lipsitz ve Milrod, 2014; Markowitz ve ark., 2015; Murphy ve ark., 2012) bu alanda yapılan çalışmaların çoğunlukla depresyon üzerine yoğunlaştığı görülmektedir (El-Bilsha, 2019; Elkin ve ark., 1989; Horowitz ve ark., 2007). Buradan hareketle, bu derleme çalışmasında KPT'nin depresyon tedavisindeki rolüne değinilecektir. Literatürde bu alanda yapılmış etkililik çalışmalarının, etkinlik çalışmaları ile kıyaslandığında daha kısıtlı gibi görünmektedir. Bu nedenle, bu çalışmada ağırlıklı olarak etkililik çalışmalarının bulgularının derlenmesi hedeflenmiştir. Literatürde yalnızca KPT'nin tedavi prosedürü olarak seçildiği çalışmaların yanı sıra, bilişsel davranışçı terapiler ve medikal tedaviler gibi depresyon tedavisinde etkili olduğu kanıtlanan diğer prosedürlerle kıyaslandığı çalışmaların da ivme kazandığı dikkat çekmektedir.

Bu noktadan hareketle bu çalışmada, kişilerarası psikoterapinin gerek kendi başına, gerekse depresyon tedavisinde sıklıkla başvuru alan iki önemli yöntemle kıyaslanarak, etkililiği hakkında fikir verici bilgiler aktarılması amaçlanmaktadır.

Kişilerarası Psikoterapi

Kişilerarası psikoterapi (KPT), 1970'lerde ayaktan tedavi gören depresyon hastalarını tedavi etme amacıyla doğmuş bir yaklaşımdır (Brakemeier ve Frase, 2012). Bu yaklaşımda psikopatolojinin kişilerarası sorunlardan doğduğu ve sürdürüldüğü öne sürülmektedir. Dolayısıyla, iyileşmede de yine kişilerarası ilişkilerin rolü bulunmaktadır (Ravitz ve ark., 2019). Kişilerarası psikoterapiler, kayıp yaşantısı, yaşam değişiklikleri ve sosyal izolasyon gibi konular üzerinden (Ravitz ve ark., 2019), kişilerarası ilişkilerin düzeltilmesi ve sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesine vurgu yapmaktadır (Stuart, 2004). Literatürde ergen bireyler ve ileri yaştaki bireyler gibi farklı yaş gruplarını hedef alan çalışmalarla birlikte (El-Bilsha, 2019; Mufson, Weissman, Moreau ve Garfinkel, 1999), postpartum depresyon, majör depresyon gibi farklı depresyon tanımlarını da içeren çalışmalara rastlanmıştır (O'Hara, Stuart, Gorman ve Wenzel, 2000). Farklı yaş gruplarıyla yapılan çalışmalara yakından bakıldığında KPT'nin gerek ergenlik dönemindeki gerekse ileri yaş dönemlerindeki depresif belirtileri azaltıcı etkisi dikkate değerdir. Ergenlerle yapılan bir çalışmada, katılımcıların depresif semptomlarında azalma, kişilerarası işlevselliğinde artış gözlenmiştir. Ek olarak, ergenlerin yaşam olayları değerlendirildiğinde, terapi seanslarının tamamlanmasının ardından hastaneye yatış, hamilelik veya intihar girişimi bildirmedikleri göze çarpmıştır (Mufson ve Fairbanks, 1996). Majör depresyon tanısı almış ergenlerle yürütülen diğer bir çalışmada ise, yine 3 aylık bir psikoterapi sürecinin sonunda kişilerarası psikoterapi alan katılımcıların herhangi bir tedavi almayan katılımcılara kıyasla depresif semptomlarında anlamlı bir düşüş olduğu görülürken, sosyal işlevselliklerinde ve özgül problem çözme becerilerinde artış olduğu belirlenmiştir (Mufson, Weissman, Moreau ve Garfinkel, 1999). Bununla birlikte, El-Bilsha (2019), 3 aylık KPT uygulamasının ardından 60 yaş üzeri katılımcıların depresif belirtilerinde ve yalnızlık hissinde azalma olduğunu saptamış, sosyal etkileşim düzeyleri ve uyku kalitelerinde iyileşme olduğunu ortaya koymuştur. KPT'nin çeşitli depresyon türleri üzerinde etkili olduğu gözlenmiştir. Örneğin, 124 terapist ve depresyon tanısı almış 241 gazi ile yürütülen geniş örneklemlili bir çalışmada, KPT eğitimi alan terapistler asker grubuyla 6 ay süren seanslar sürdürmüşlerdir. Seanslar sonucunda, emekli askerlerin depresyon düzeylerinde belirgin derecede azalma olduğu görülmüş ve bu kişilerin yaşam kalitelerinde ise anlamlı yükselmeler olduğu tespit edilmiştir (Stewart ve ark., 2014). Postpartum depresyonu olan 120 kadının dâhil edildiği bir başka çalışmada bir gruba KPT

uygulanırken, diğer gruba herhangi bir müdahale uygulanmamıştır. Araştırma bulguları, 12 haftalık terapi seansları sonucu KPT alan grubun depresyon puanlarının, kontrol grubuna göre anlamlı olarak daha düşük olduğunu göstermiştir (O'Hara ve ark., 2000).

Bu bölüme ait çalışmaların örneklem bilgileri ve müdahale sürelerine ilişkin bilgiler Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1.

Kaynak	Yöntem	Katılımcı	Sonuç
Mufson ve Fairbanks, 1996	-12 seans KPT	11 ergen katılımcı	1 yıllık izlem çalışması sonucunda tedavi alan ergenlerden yalnızca biri duygudurum bozukluğu tanısı almış
Mufson ve ark., 1999	-12 seans KPT - Tedavi yok	MDD tanısı almış 12- 18 yaş arası ergenler	KPT alan grubun depresif semptomlarında anlamlı bir düşüş olduğu görülmüş, sosyal işlevselliklerinde ve özgül problem çözüme becerilerinde artış olduğu belirlenmiştir
O'Hara ve ark., 2000	-12 seans KPT - Tedavi yok	Doğum sonrası depresyonu tanılı 120 kadın	KPT alan grubun depresyon puanlarının, kontrol grubuna göre anlamlı olarak daha düşük olduğunu göstermiştir
Stewart ve ark., 2014	-24 seans KPT	Depresyon tanılı 241 emekli asker	Katılımcıların depresyon düzeylerinde belirgin derecede azalma olduğu görülmüş ve bu kişilerin yaşam kalitelerinde anlamlı yükselmeler olduğu tespit edilmiştir
El-Bilsha, 2019	-12 seans KPT	84 ileri yaş katılımcı	İleri yaşlı katılımcıların depresif belirtilerinde ve yalnızlık hissinde azalma görülürken, sosyal etkileşim düzeyleri ve uyku kalitelerinde iyileşme olduğu saptanmıştır

Medikal Tedaviler - Kişilerarası Psikoterapi

Antidepresanlar başta olmak üzere medikal tedavilerinin depresyon üzerindeki etkisi günden güne büyümekte olan bir literatür desteğine sahiptir. Bununla birlikte, depresyon tedavisinde KPT ve antidepresan etkililiğini kıyaslayan çalışmalar görece azdır. Literatürdeki KPT-ilaç tedavisi etkililiğini karşılaştırma çalışmalarında, ağırlıklı olarak, medikal tedavilerin relapsı engellediği ancak KPT kadar kişilerarası işlevsellikte ve ilişkilerde gelişme sağlamadığına yönelik bulgular mevcuttur. Araştırmacılar bu durumu iki tedavi şeklinin farklı mekanizmalara etki etmesi ile açıklamış ve ilaç tedavisi ve psikoterapinin kombinasyonunun tedavide daha etkili olacağını belirtmişlerdir (Klerman ve ark., 1974). Örneğin, ikiz bebeklerini doğum öncesi dönemde kaybetmesinin ardından karmaşık yas belirtileri gösteren bir kadınla gerçekleştirilen vaka çalışmasında, hastaya KPT ve ilaç tedavisi uygulanmış ve 14. seanstan sonra semptomlarında belirgin bir azalma, işlevselliğinde ise artış olduğu belirlenmiştir (Özer ve Yüksel, 2016). İlaç, KPT ve ilaç+KPT koşullarının karşılaştırıldığı bir başka çalışmada, 4 aylık tedavi süreci sonunda tüm grupların depresif semptomlarının ortadan kalktığı gözlenmiş, ancak bir yıllık izlem çalışmasının ardından KPT alan hastaların sosyal işlevselliklerinin, ilaç tedavisi gören gruba oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Weismann, Klerman, Prusoff, Sholomskas ve Padian, 1981). Frank ve ark. (1990) ise, ilaç tedavisiyle KPT'nin birlikte sürdürülmesinin hastaların semptomsuz geçirdikleri süreyi uzattığını öne sürmüştür. Bununla birlikte, depresyon tanılı kadınlarla yürütülen bir başka çalışma, sürdürücü tedavide ilaç ve KPT kombinasyonu ile yalnızca ilaç almanın depresif semptomların tekrarlaması açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yaratmadığını göstermiştir. Ancak izleme çalışmaları, terapi alan grubun sosyal uyumlarının daha iyi olduğunu ve kişilerarası problemler yaşadıklarında daha etkili çözümler bulduklarını ortaya konmuştur (Klerman ve ark., 1974). Öte yandan, Souza ve ark. (2016), tedaviye dirençli depresyon hastalarıyla yürüttükleri çalışmada, KPT ve ilaç tedavisinin birlikte alınması ile yalnızca ilaç tedavisinin alınması arasında depresif semptomlardaki

azalma açısından anlamlı bir fark bulmamıştır. Beyin görüntüleme çalışmalarında, majör depresyon hastalarının prefrontal korteks aktivasyonlarının kontrol grubuna göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülürken, temporal korteks aktivasyonlarında ise tam tersi bir gidişat söz konusu olmuştur. 3 ay boyunca yalnızca ilaç tedavisi ve yalnızca KPT alan hastaların prefrontal korteks aktivasyonlarında anlamlı düzeyde düşüş olduğu, temporal lob aktivasyonlarında da anlamlı düzeyde artış olduğu belirlense de, iki grup arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür. (Brody ve ark. 2001).

Bulgulara ilişkin daha detaylı bilgiler Tablo 2’de aktarılmıştır.

Tablo 2.

Kaynak	Yöntem	Katılımcı	Sonuç
Klerman ve ark., 1974	-8 ay KPT -8 ay ilaç -8 ay KPT+ilaç	Ayaktan tedavi alan akut depresyon hastaları	ilaç+KPT>ilaç>KPT
Klerman ve ark., 1974	-KPT -ilaç -KPT+ilaç	Depresyon tanılı 150 kadın	ilaç=ilaç+KPT>KPT
Weismann ve ark., 1981	-4 ay KPT -4 ay ilaç -4 ay KPT+ilaç	Akut depresyon tanılı hastalar	ilaç=ilaç+KPT=KPT
Frank ve ark., 1990	KPT -ilaç -KPT+ilaç	128 tekrarlayıcı depresyon hastası	ilaç+KPT
Brody ve ark., 2001	12 Seans KPT 12 hafta ilaç		ilaç>KPT
Souza ve ark., 2016	ilaç -KPT+ilaç	Dirençli depresyon hastaları	ilaç=ilaç+KPT
Özer ve Yüksel, 2016	-14 seans KPT+ilaç	26 yaşında, doğum öncesi bebeklerini kaybeden anne	14. seans sonrasında hastanın semptomlarında belirgin bir azalma göze çarpmış ve işlevselliğinde artış olduğu belirlenmiştir.

Bilişsel Davranışçı Terapiler - Kişilerarası Psikoterapi

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) prosedürleri, tıpkı antidepresan tedavilerinde olduğu gibi, depresyon üzerindeki etkililiğine ait oldukça kapsamlı bir literatürü bulunan yöntemlerdir. Bununla birlikte, BDT ve KPT’nin kıyaslandığı etkililik çalışmalarının halen daha çok kanıtı ihtiyacı varmış gibi görünmektedir. Bu tür araştırmaların artmasının, farklı terapi tekniklerinin belirli bozukluklar üzerindeki etkililiklerinin karşılaştırılması, kişilerin tedavisinde kullanılacak en etkili yöntemin belirlenmesi ve alternatif müdahale yöntemlerinin keşfedilmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Literatür bulguları genel olarak iki terapi türünün de depresyon tedavisi üzerinde etkili olduğuna işaret etmektedir. Ancak terapilerin etkililikleri arasında anlamlı bir farklılaşma görünmemektedir. Örneğin, depresyon tanısı almış yetişkinlerle yapılan bir çalışmada, katılımcılar BDT ve KPT koşullarına atanarak depresyon şiddeti, bağlanma biçimleri ve tedavi türüyle bağlanma etkileşimleri bakımından karşılaştırılmışlardır. Süreç sonucunda her iki grubun depresyon düzeylerinde düşüş görülürken, iki terapi yöntemi arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bununla birlikte, bağlanma türünün ve bağlanma ile alınan tedavi türü etkileşiminin, semptomlar üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmüştür

(Bernecker ve ark., 2016). Erken başlangıçlı kronik depresyonu olan bireylerde BDT ve KPT uygulanması arasında nasıl bir fark olduğunun incelendiği bir çalışmada, BDT ve KPT alan katılımcıların, Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeği puanları açısından farklılaşmadıkları görülmüştür. Öte yandan, katılımcıların sözel olarak bildirdikleri iyileşmenin BDT grubunda KPT grubuna göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Son olarak, bir yıllık izleme çalışmasının ardından iki grup arasında depresyon belirtileri açısından anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür (Schramm ve ark., 2011). Geniş kapsamlı bir başka çalışmada ise, 250 majör depresyon hastası BDT, KPT, ilaç + klinik görüşme, plasebo + klinik görüşme koşullarındaki tedavilerden birini almışlardır. (Tüm gruplarda yer alan hastalarda tedavi süresince depresif semptomlarda azalma ve iyilik halinde artma görünse de ilaç + klinik görüşme koşulundaki hastalar en iyi gelişmeyi gösterirken, en az gelişme plasebo + klinik görüşme koşulunda yaşanmıştır.) İki tip psikoterapi uygulanan gruplar (BDT ve KPT) ise, ilaç + klinik görüşme ve plasebo + klinik görüşme gruplarının arasında bir iyileşme gösterirken, bu gelişmenin ilk gruba daha yakın olduğu saptanmıştır. Hastaların başlangıçtaki depresyon düzeyleri dikkate alınmadan yapılan bu analizler sonucunda, bir terapi yönteminin diğerinden daha etkili olduğunu gösteren herhangi bir anlamlı istatistiksel bulguya rastlanmamıştır (Elkin ve ark., 1989). Depresyon tanılı katılımcılardan oluşan bir başka çalışmada ise, BDT ve KPT ani kazanımlar açısından değerlendirilmiştir. Bulgulara bakıldığında, BDT grubundakilerin %42'sinde, KPT grubunun ise %24'ünde ani kazanımların olduğu görülmüştür. Bu iki gruptaki ani kazanımların zamanlaması veya yordayıcıları açısından anlamlı farklar görülmezken, araştırmacılar BDT grubunda daha fazla ani kazanım olmasını bilişsel müdahalelere bağlamışlardır (Lemmens, DeRubeis, Arntz, Peeters ve Huibers, 2016). Postmontier ve arkadaşlarının (2019) doğum sonrası depresyon şikâyetleriyle kliniğe başvuran kişilerle yaptığı çalışmada, psikoeğitim ve bilişsel davranışçı terapi öğeleri bulunduran standart tedavi ile KPT süreci karşılaştırılmıştır. İki yöntemin de depresif belirtiler ve anneliğe ilişkin işlevlerin artışında rol oynadığı, ancak etkililik açısından iki yöntem arasında herhangi bir fark bulunmadığı öne çıkmıştır. Son olarak, ergenlerde depresif semptomları önlemek için yapılan bir çalışmada ise, lise öğrencilerine BDT, KPT, ergen yetenek geliştirme programı grubu prosedürleri uygulanmıştır. Öğrencilerden bir kısmına ise hiçbir protokol uygulanmamıştır. Müdahale sonrasında tedavi gruplarındaki katılımcıların depresif belirti düzeylerinin kontrol grubu katılımcılarının belirti düzeyinden daha düşük olduğu saptanırken, tedavi grupları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. (Horowitz ve ark., 2007).

Bu bölüme ait çalışmaların özetleri Tablo 3'te gösterilmektedir.

Tablo 3.

Kaynak	Yöntem	Katılımcı	Sonuç
Elkin ve ark., 1989	-BDT -KPT -ilaç+Klinik Görüşme - Plasebo+ Klinik Görüşme	250 MDD tanılı hasta	İlaç+Klinik Görüşme> BDT=KPT> Plasebo+ Klinik Görüşme
Horowitz ve ark., 2007	-Bilişsel Davranışçı Program - Kişilerarası psikoterapi ergen yetenek geliştime programı - Kontrol	380 Lise Öğrencisi	BDT=KPT> Kontrol
Schramm ve ark., 2011	-22 seans BDT -16 seans KPT	Erken başlangıçlı kronik depresyon hastaları	BDT=KPT
Bernecker ve ark., 2016	-16 seans BDT -16 seans KPT	depresyon tanısı almış 69 hasta	BDT=KPT
Lemmens ve ark., 2016	BDT -KPT	18-65 yaş arası depresyon tanısı almış 151 hasta	BDT>KPT
Postmontier ve ark., 2019	-8 seans KPT -Standart Tedavi		BDT=KPT

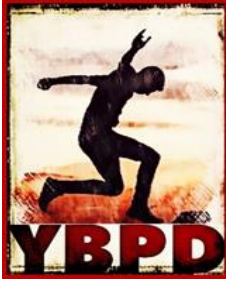
Tartışma ve Sonuç

Yukarıda özetlenen literatür bulguları değerlendirildiğinde, kişilerarası psikoterapi (KPT) depresyon tedavisinde etkili bir yöntem gibi görünmektedir. Öte yandan, depresyon tedavisinde etkili olduğu kanıtlanan medikal tedaviler ve bilişsel davranışçı terapilerin de dâhil edildiği çalışmalarda, KPT prosedürünün iyileşme düzeyi açısından diğer yöntemlere göre anlamlı bir fark yaratmadığı dikkat çekmektedir. KPT'nin tedavi başarı oranları, bilişsel davranışçı terapiler ile kıyaslandığında, dodo kuşu hükmü geçerli gibi görünmektedir. Yukarıda özetlenen hemen hemen tüm çalışmalarda, kişilerarası psikoterapi ile bilişsel davranışçı terapi depresyon tedavisinde benzer bir etkililik sergilemektedir. Öte yandan, çeşitli bileşenler açısından KPT'nin diğer tekniklere göre avantajlı olduğu noktalar da var gibi görünmektedir. Bilişsel davranışçı terapiler ve kişilerarası psikoterapilerin karşılaştırıldığı bir araştırmaya göre, terapiyi yarıda bırakma oranlarının BDT'de anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu görülmüştür (Ekeblad, Falkenstr, Andersson, Vestberg ve Holmqvist, 2016). Bu durum bilişsel davranışçı terapilerde kurulan ittifakın kişilerarası psikoterapide kurulan ittifaktan daha zayıf olabileceği olasılığını düşündürmektedir. KPT'nin karşılaştırıldığı diğer bir tedavi yöntemi ise medikal tedavilerdir. Yukarıda aktarılan çalışmalarda özetlendiği üzere, medikal müdahalenin KPT'ye oranla etki hızı ve tedavi başarısı yüksektir. Öte yandan, relaps oranlarının da yüksek olduğu göze çarpmaktadır. Bu tablo -depresyon tedavisi söz konusu olduğunda- medikal müdahale ve diğer psikoterapi yöntemlerinin karşılaştırılmasında da benzer seyretmektedir. Sonuç olarak, araştırma bulgularına bakıldığında, kişilerarası psikoterapilerin medikal tedavilere ya da BDT'ye üstünlüğü olmasa da depresyon tedavisi üzerinde etkili olduğu görülmektedir.

Kaynakça

- Bernecker, S.L., Constantino, M.J., Atkinson, L.R., Bagby, R.M., Ravitz, P., McBride, C. (2016). Attachment style as a moderating influence on the efficacy of cognitive-behavioral and interpersonal psychotherapy for depression: A failure to replicate. *Psychotherapy, 53*(1), 22-33.
- Brakemeier, E.L., Frase, L. (2012). Interpersonal psychotherapy (IPT) in major depressive disorder. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience, 262*(2), 117-121.
- Brody, A.L., Saxena, S., Stoessel, P., Gillies, L.A., Fairbanks, L.A., Alborzian, S., Ho, M. (2001). Regional brain metabolic changes in patients with major depression treated with either paroxetine or interpersonal therapy: Preliminary findings. *Archives of General Psychiatry, 8*(7), 631-640.
- Ekeblad, A., Falkenstr, F., Andersson, G., Vestberg, R., Holmqvist, R. (2016). Randomized trial of interpersonal psychotherapy and cognitive behavioral therapy for major depressive disorder in a community-based psychiatric outpatient clinic. *Depression and Anxiety, 33*, 1090-1098.
- El-Bilsha, M.A. (2019) Effect of interpersonal psychotherapy on the depression and loneliness among the elderly residing in residential homes.. *Middle East Journal of Age and Ageing, 16*(1), 14-25.
- Elkin, I., Shea, M.T., Watkins, J.T., Imber, S.D., Sotsky, S.M., Collins, J.F., Fiester, S.J. (1989). National Institute of Mental Health treatment of depression collaborative research program: General effectiveness of treatments. *Archives of General Psychiatry, 46*(11), 971-982.
- Frank, E., Kupfer, D.J., Perel, J.M., Cornes, C., Jarrett, D.B., Mallinger, A.G., Grochocinski, V.J. (1990). Three-year outcomes for maintenance therapies in recurrent depression. *Archives of General Psychiatry, 47*(12), 1093 1099.
- Horowitz, J.L., Garber J., Ciesla, J.A., Young, J.F., Mufson, L. (2007). Prevention of depressive symptoms in adolescents: A randomized trial of cognitive behavioral and interpersonal prevention programs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 75*(5), 693-706.
- Kass, A.E., Kolko, R.P., Wilfley, D.E. (2013). Psychological treatments for eating disorders. *Current Opinion in Psychiatry, 26*(6), 549-555.
- Klerman, G.L., Dimascio, A., Weissman, M., Prusoff, B., Paykel, E.S. (1974). Treatment of depression by drugs and psychotherapy. *American Journal of Psychiatry, 131*(2), 186-191.
- Lemmens, L.H.J.M., DeRubeis, R.J., Arntz, A., Peeters, F.P.M..L., Huibers, M.J.H. (2016). Sudden gains in cognitive therapy and interpersonal psychotherapy for adult depression. *Behaviour Research and Therapy, 77*, 170-176.
- Markowitz, J.C., Lipsitz, J., Milrod, B.L. (2014). Critical review of outcome research on interpersonal psychotherapy for anxiety disorders. *Depression and Anxiety, 31*(4), 316-325.
- Markowitz, J.C., Petkova, E., Neria, Y., Van Meter, P.E., Zhao, Y., Hembree, E., ... Marshall, R.D. (2015). Is exposure necessary? A randomized clinical trial of interpersonal psychotherapy for PTSD. *The American Journal of Psychiatry, 172*(5), 430-440.
- Mufson, L., Fairbanks, J. (1996). Interpersonal psychotherapy for depressed adolescents: A one-year naturalistic follow-up study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 35*(9), 1145-1155.
- Mufson, L., Weissman, M.M., Moreau, D., Garfinkel, R. (1999). Efficacy of interpersonal psychotherapy for depressed adolescents. *Archives of General Psychiatry, 56*(6), 573-579.

- Murphy, R., Straebler, S., Basden, S., Cooper, Z., & Fairburn, C.G. (2012). Interpersonal psychotherapy for eating disorders. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 19(2), 150-158.
- O'hara, M.W., Stuart, S., Gorman, L.L., & Wenzel, A. (2000). Efficacy of interpersonal psychotherapy for postpartum depression. *Archives of General Psychiatry*, 57(11), 1039-1045.
- Özer, Ü., Yüksel, G. (2016). Interpersonal psychotherapy in the treatment of perinatal complicated grief: A case who experienced intrauterine loss of twins. *Journal of Mood Disorders*, 6(1), 20-24.
- Posmontier, B., Bina, R., Glasser, S., Cinamon, T., Styr, B., Sammarco, T. (2017). Incorporating interpersonal psychotherapy for postpartum depression into social work practice in Israel. *Research on Social Work Practice*, 29(1), 61-68.
- Ravitz, P., Watson, P., Lawson, A., Constantino, M. J., Bernecker, S., Park, J., & Swartz, H. A. (2019). Interpersonal Psychotherapy: A Scoping Review and Historical Perspective (1974-2017). *Harvard review of psychiatry*, 27(3), 165-180.
- Schramm, E., Zobel, I., Dykieriek, P., Kech, S., Brakemeier, E. L., Külz, A. ve Berger M. (2011). Cognitive behavioral analysis system of psychotherapy versus interpersonalpsychotherapy for early-onset chronic depression: A randomized pilot study. *Journal of Affective Disorders*, 129(1-3), 109-111.
- Souza, L.H., Salum, G.A., Mosqueiro, B.P., Caldieraro, M.A., Guerra, T.A., Fleck, P. D. (2016). Interpersonal psychotherapy as add-on for treatment-resistant depression: Apragmatic randomized controlled trial. *Journal of Affective Disorders*, 193, 373-380.
- Stewart, M.O., Raffa, S.D., Steele, J.L., Miller, S.A., Clougherty, K.F., Hinrichsen, G.A., Karlin, B.E. (2014). National dissemination of interpersonal psychotherapy for depression in veterans: Therapist and patient-level outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 82(6), 1201-1206.
- Stuart, S. (2004). *Brief interpersonal psychotherapy. The art and science of brief psychotherapies: A Practitioner's Guide*, içinde (s.119-155). Arlington: American Psychiatric Publishing.
- Weismann, M.M., Klerman, G.L., Prusoff, B.A., Sholomskas, D., Padian, N. (1981). Depressed outpatients: Results one year after treatment with drugs and/or interpersonal psychotherapy. *Archives of General Psychiatry*, 38(1), 51-55.



ARAŞTIRMA MAKALESİ / RESEARCH ARTICLE

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN CİNSEL EĞİTİME YÖNELİK TUTUMLARI VE TOPLUMSAL CİNSİYET ALGILARININ BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Nazife BAKIR¹

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
ORCID:0000-0003-1324-0647

Pınar IRMAK VURAL²

İstanbul Medipol Üniversitesi
ORCID:0000-0002-8070-2840

Cuma DEMİR³

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
ORCID:0000-0003-3361-8547

ÖZ

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin cinsel eğitime yönelik tutumları ve toplumsal cinsiyet algılarını araştırmak üzere yapılmıştır. Araştırma tanımlayıcı nitelikte olup araştırmanın örneklemini Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Bucak Sağlık Yüksekokulu'nda öğrenim gören 364 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri kişisel bilgi formu, Cinsel Eğitime Yönelik Tutum Ölçeği ve Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği ile toplandı. Araştırmanın verileri 2018-2019 eğitim-öğretim yılı güz döneminde öğrenim gören öğrencilerden ders saatleri dışında toplandı. Araştırmamıza katılan öğrencilerin %62.4'ü kız öğrenci, %73.6'sı hemşirelik bölümü öğrencisi, %68.1'i birinci öğretim, %39.8'i 1. sınıf öğrencisinden oluşmaktadır. Öğrencilerin %42'sinin apartta kaldığı, %17.3'ünün herhangi bir işte çalıştığı, %72.3'ünün cinsel eğitim almadığı belirlenmiştir. Kız öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısı ölçeği puan ortalamasının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yine kız öğrencilerin cinsel eğitime yönelik tutum ölçeği puan ortalamasının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca yaşamın büyük bir bölümünü köy ve kasabada geçiren öğrencilerin cinsel eğitime yönelik tutum ölçeği ve toplumsal cinsiyet algısı ölçeğinden aldıkları puan ortalamasının yaşamının büyük bir bölümünü il ve ilçede geçiren öğrencilerin puan ortalamasından daha düşük olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak; üniversite öğrencilerinin cinsiyeti, okuduğu sınıf, nerede kaldığı, anne ve baba mesleği, sigara kullanımı ve yaşamının büyük bölümünü nerede geçirdiğine dair özellikleri ile toplumsal cinsiyet algısı ve cinsel eğitime yönelik tutumlarının farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler

Cinsel Eğitim, Toplumsal Cinsiyet Algısı, Üniversite Öğrencileri

INVESTIGATION OF UNIVERSITY STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS SEXUAL EDUCATION AND GENDER PERCEPTION IN SOME VARIABLES

ABSTRACT

In this study; university students' attitudes towards sexual education and gender perception were investigated. The sample of the descriptive research consisted of 364 students studying at Burdur Mehmet Akif Ersoy University Bucak High School of Health. Data were collected through a personal information form, Inventory of The Attitude Toward Sexual Education and Gender Perception Scale. The data were collected outside the school hours for the students studying in the fall semester of 2018-2019 academic year. 62.4% of the students participating in our research, female students, 73.6% of the nursing department, 68.1% of primary education, 39.8% of first grade students consists of. 42% of the students stayed in the apartment, 17.3% were working, 72.3% did not receive sexual education. Female students' gender perception scale and inventory of the attitude toward sexual education were higher than male students. In addition, the mean score of the students who spent most of their lives in the village-town was based on the inventory of the attitude toward sexual education and the gender perception scale were found to be lower than the mean score of the students living in the province and district. As a result; it was determined sex, the class, where stayed, occupation, smoking and characteristics about spending most of their life and gender attitudes and attitudes towards sexual education differed.

Key Words

Sexual Education, Gender Perception, University Students

¹Dr. Öğr. Üyesi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, e-mail: nazbakir@hotmail.com

²Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Medipol Üniversitesi Hemşirelik Bölümü, e-mail: pinar.irmak@windowslive.com

³Öğrenci, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Hemşirelik Bölümü, e-mail: saidcumademir0207@gmail.com

Alıntılama: Bakır, N., Irmak Vural, P., Demir, C. (2019). Üniversite öğrencilerinin cinsel eğitime yönelik tutumları ve toplumsal cinsiyet algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 119-128.

Giriş

Latin dilinde adolesans, “matür olmak” anlamındadır. Ergenlik dönemi, bireyin çocukluk evresinden çıkıp erişkinlik dönemine girdiği, fiziksel anlamda büyümenin gerçekleştiği, cinsel anlamda değişimlerin olduğu ve psikososyal açıdan olgunlaşmanın gerçekleştiği bir geçiş evresidir. Ergenlik döneminde bulunan birey, ne bir çocuk ne de bir erişkin değildir (Bülbül, 2004). Bu dönemde, bireyde cinsel organların gelişimi söz konusudur. Ayrıca cinsel gelişimin bilişsel, duygusal ve toplumsal yönleride bulunmaktadır. Bilişsel yönü, bu evrede görülen değişimlerle ilgili cinsiyet farklılıkları ve cinsel rollerin edinilmesini içerir. Duygusal yönü, bireyin vücudunu nasıl hissettiğinden ve cinsiyetine dönük duygularından oluşmaktadır. Toplumsal yönü ise kız ve erkek çocukların ileride bir kadın ve erkek birey olarak ne şekilde davranacaklarına ve toplumsal cinsiyet rollerini nasıl belirleyeceklerine dair deneyimlerini içermektedir (Siyez, 2007). Ergenlik dönemindeki en önemli cinsel sağlık problemleri, ergen evlilikleriyle ilgili erken gebelikler, istenmeyen gebelikler, yasal olmayan düşükler, düşükler sonucu ortaya çıkan problemler, bekâret kontrolü ve cinsel yolla bulaşan hastalıklardır (Gölbaşı, 2005).

Cinsel sağlık eğitimi, gençlerin cinsellikle alakalı sağlıklı bilgi ihtiyaçlarını gidermeyi amaçlar. Ayrıca bireyin fiziksel, duygusal ve cinsel gelişimini doğru bir biçimde anlaması, kendine dönük pozitif bir benlik kavramına sahip olması ve diğerlerinin haklarına saygılı bir tavır geliştirmesini hedefler. Böylelikle erken gebelikleri engellemeyi, cinsel yolla bulaşan hastalıkları önlemeyi ve cinsel davranışlarda sorumluluk sahibi olmayı hedeflemektedir (Bayhan ve Artan, 2004, Gürsoy ve Gençalp, 2010). Connell (1999), cinsel eğitimin, insan ilişkilerinin karakteristiğine baskı uygulayan cinsel adaletsizlikleri temel alması gerektiğini dile getirmiştir. Cinsellik eğitim programları, kişinin gelişim düzeyine uygun olmalı ve iletişim, karşı cinsle ilişki kurma, karar verme becerileri, arkadaşlık, aile ilişkileri ve benlik saygısı gibi konuların analizini içermelidir (Goldman ve Bradley, 2001). Hilton (2007) tarafından yapılan çalışmada, 16 ve 17 yaşında 307 erkek öğrencinin sınıfta uygulanan cinsel eğitim programının içeriği ve uygulanış şekli konusundaki istekleri incelenmiş ve erkeklerin; program içeriğinde duygular, cinsellik, cinsel teknikler ve cinsel yolla bulaşan hastalıkların yer almasını istedikleri saptanmıştır. Öğrenciler, eğitimin küçük gruplar halinde ve aktif katılımlı öğrenme metotlarıyla uygulanmasını istemişlerdir. Ayrıca eğitimin daha küçük yaşlarda ve daha yoğun bir şekilde verilmesinin daha güvenli bir yaşam sağlayacağını belirtmişlerdir.

Cinsel eğitime yönelik görüşleri inceleyen araştırmalara bakıldığında, ülkelerin sosyo-ekonomik seviyesi, gelişmişlik düzeyi ne olursa olsun, cinsel eğitimin okullarda yer alması gerektiğine yönelik ortak bir görüş vardır. Ancak bu araştırmalar göstermektedir ki, cinsel eğitimin içinde yer alması gereken konular, öğrencinin içinde bulunduğu gelişim döneminin özellikleri ile bağdaşmalı, cinsel eğitim alacak öğrencilerin ebeveynlerinin bilgilendirilerek onaylarının alınması sağlanmalı ve öğretmenlerin cinsel sağlık konuları ile ilgili eğitime tabi tutulması gerekmektedir (Turhan, 2015).

Ergenlerin cinsellikle alakalı bilgi eksikliğinin, cinsellikle ilgili riskleri artırdığı fikri, birçok ülkede cinsel eğitim uygulamaları ihtiyacını ortaya koymuştur. Cinsel eğitim büyüme, olgunlaşma ve cinsel kimlik elde etme sürecinde ergenin karşılaşabileceği riskleri minimize ederken, bir taraftan da cinsellikle alakalı olumlu tutumlar elde etme ve cinsel davranışlarda mantıklı ve sorumlu tercihlerde bulunma becerilerinin gelişimine de katkı sağlayacaktır. Sağlıklı bir toplumun inşasında fiziksel ve psikolojik açıdan da sağlıklı bireylerin olması ayrıca da önem kazanmaktadır (Güler ve Yöndem, 2007).

Toplumsal cinsiyet, içinde yaşadığımız toplumun kadın ve erkek bireyler olarak bizim davranışlarımızın nasıl olacağını belirlemesidir (Aytaç ve Öngen, 2013). Toplumsal cinsiyet, kadın ve erkekliği toplumsal açıdan oluşturan niteliklerdir. Dişi ya da erkek olarak dünyaya gelen insanlar, ileri yaşamlarında kadın veya erkek olmayla neticelenecek özellikleri yetiştirme sürecinde öğrenirler. Bu nedenle toplumsal cinsiyet zamanla gelişim ve değişim gösteren bir kavramdır. Kültürler arası ayırıcı özelliklere sahiptir. Ayrıca zaman geçtikçe farklılaşmalar gözlenir (Tümen, 2003).

Üniversiteler bir ulusun uygarlaşması ve sağlıklı bir biçimde dönüşmesine liderlik yapan kurumlardır. Bu özelliklere dikkate alındığında üniversite öğrencilerinin de bu yönde tutumlara sahip olması beklenir. Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rol ve algıları açısından daha eşitlikçi bir bakış açısı taşımaları beklenir. Ancak gerek ülkemizde gerekse yurtdışında üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algısını belirlemeye yönelik yapılan çalışmalar özellikle erkeklerin toplumsal cinsiyet algısında geleneksel bakış açısını devam ettirirken, kadınların ise erkeklere göre daha eşitlikçi bir bakış açısına sahip olduklarını göstermektedir (Esen vd., 2017).

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin cinsel eğitime yönelik tutumları ve toplumsal cinsiyet algısının bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu genel amaca uygun olarak araştırmanın alt amaçları ise şunlardır:

- 1.Üniversite öğrencilerinin cinsel eğitime yönelik tutumları ne düzeydedir?
- 2.Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algı düzeyleri nedir?
- 3.Üniversite öğrencilerinin cinsel eğitime yönelik tutumları ve toplumsal cinsiyet algıları; cinsiyet, okunulan bölüm, öğrenim şekli, sınıf düzeyi, kalınan yer, yaşamın büyük bir bölümünün geçirildiği yer, annenin mesleği, babanın eğitim durumu ve mesleği, aile gelir düzeyi, çalışma durumu, sigara kullanımı ve cinsellik eğitimi alma değişkenleri açısından farklılık göstermekte midir?

Yöntem

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2018-2019 güz yarıyılında Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Bucak Sağlık Yüksekokulu'nda hemşirelik ve acil yardım ve afet yönetimi programlarında öğrenim gören 1., 2. ve 3. sınıftaki 564 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini çalışmaya katılmayı kabul eden ve gönüllü olur formunu imzalayan 364 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmaya başlamadan önce etik kurul izni alınmıştır (Sayı: 10840098-604.01.01-E.21639).

Veri Toplama Araçları

Veriler araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği ve Cinsel Eğitime Yönelik Tutum Ölçeği ile toplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formunda yaş, bölüm, cinsiyet, öğrenim şekli, sınıf, eğitim-öğretim süresince yaşadığı yer, anne eğitim durumu, anne çalışma durumu, baba eğitim durumu, baba mesleği, ailenin gelir durumu, çalışma durumu, sigara kullanma durumu, cinsel eğitim alma durumu, yaşamının büyük bir bölümünü geçirdiği yeri içeren bilgilere yer verilmiştir.

Cinsel Eğitime Yönelik Tutum Ölçeği (CEYTÖ): Cinsel eğitime yönelik tutumları ölçmek amacıyla Turhan (2015) tarafından geliştirilmiş 2 faktörlü, 15 maddelik 5'li likert tipi bir ölçektir. Puan aralığı 15-75 arasındadır. Ölçekte puanların yükselmesi bireylerin cinsel eğitime yönelik tutumlarının olumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0.865'tir.

Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği (TCAÖ): Bireylerin toplumsal cinsiyete dönük algılarını saptamak amacıyla Altınova ve Duyan (2013) tarafından geliştirilmiştir. 25 maddeden ve tek boyuttan oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Puan aralığı 25-125 arasındadır. Yüksek puanlar bireyin daha eşitlikçi bir toplumsal cinsiyet algısı taşıdığını göstermektedir. Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0.87'dir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışmanın örnekleminin bir kurumdan alınmış olması, bu araştırmanın sınırlılığıdır.

İstatistiksel Analiz

Araştırmada One-Way ANOVA, Independent Samples t-test kullanıldı. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ alındı.

Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 19.89 ± 0.82 'dir. Araştırmaya katılanların %62.4'ü kız, %37.6'sı erkektir. %73.6'sı hemşirelik programı öğrencisi, %26.4'ü ise acil yardım ve afet yönetimi bölümü öğrencisidir. %68.1'i birinci öğretimde okumakta, %31.9'u ise ikinci öğretimde okumaktadır. %28.1'i evde, %42'si apartta, %29.9'u yurttadır.

Tablo 1. Öğrencilerin tanıtıcı özelliklere göre dağılımı

Tanıtıcı özellikler (n=364)	\bar{X}	%
Cinsiyet		
Kız	227	62.4
Erkek	137	37.6
Bölüm		
Hemşirelik	268	73.6
Acil yardım ve afet yönetimi	96	26.4
Öğrenim şekli		
1.öğretim	248	68.1
2.öğretim	116	31.9
Sınıf		
1.sınıf	145	39.8
2.sınıf	101	27.7
3.sınıf	118	32.4
Nerede kalıyor		
Ev	102	28.1
Apart	153	42.0
Yurt	109	29.9
Yaşamın büyük bir bölümünü geçirdiği yer		
İlköğretim	269	73.9
Lise	63	17.3
Yüksekokul	32	8.8
Anne meslek		
Çalışıyor	114	31.3
Çalışmıyor	250	68.7
Baba eğitim durumu		
İlköğretim	229	62.9
Ortaöğretim	96	26.4
Yükseköğretim	39	10.7
Baba meslek		
Memur	120	33.0
İşçi	154	42.3
Serbest meslek	90	24.7
Aile gelir durumu		
Gelir giderden az	55	15.1
Gelir gidere eşit	239	65.7
Gelir giderden fazla	70	19.2
Çalışma durumu		
Evet	63	17.3
Hayır	301	82.7
Sigara kullanımı		
Evet	126	34.6
Hayır	238	65.4
Cinsellik eğitimi alma durumu		
Evet	101	27.7
Hayır	263	72.3

Tablo 2. Öğrencilerin tanıtıcı özelliklere göre Cinsel Eğitime Yönelik Tutum Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

Tanıtıcı özellikler	N	\bar{X}	Ss
Cinsiyet*			
Kız	227	59.69	8.96
Erkek	137	57.57	9.96
Test istatistiği		2.386	
p		0.043	
Bölüm*			
Hemşirelik	268	59.29	9.14
Acil yardım ve afet yönetimi	96	57.78	10.28
Test istatistiği		0.373	
p		0.204	
Öğrenim şekli*			
1.öğretim	248	58.44	9.74
2.öğretim	116	59.86	8.55
Test istatistiği		0.116	
p		0.160	
Sınıf**			
1.sınıf a	145	59.26	9.240
2.sınıf b	101	56.19	10.43
3.sınıf c	118	60.71	8.110
Test istatistiği		6.705	
p		0.001	
Anlamli fark	b<a,c	b<a 0.017	b<c 0.001
Nerede kalıyor**			
Ev a	102	56.47	9.98
Apart b	153	59.42	9.51
Yurt c	109	60.42	8.23
Test istatistiği		5.196	
p		0.006	
Anlamli fark	a<b,c	a<b 0.019	a<c 0.002
Anne eğitim durumu**			
İlköğretim	269	59.24	9.18
Ortaöğretim	63	59	9.36
Yükseköğretim	32	55.71	10.82
Test istatistiği		2.035	
p		0.132	
Anne meslek*			
Çalışmıyor	250	59.59	9.22
Çalışıyor	114	57.36	9.62
Test istatistiği		4.427	
p		0.036	
Baba eğitim**			
İlköğretim	229	59.03	9.02
Ortaöğretim	96	59.23	9.49
Yükseköğretim	39	57.20	11.23
Test istatistiği		0.721	
p		0.487	
Baba meslek**			
Memur	120	59.21	10.16
İşçi	154	58.03	9.150
Serbest meslek	90	59.93	8.660
Test istatistiği		1.261	
p		0.285	
Aile gelir durumu**			
Gelir giderden az	55	59.60	8.41
Gelir gidere eşit	239	59.09	9.24
Gelir giderden fazla	70	57.65	10.58
Test istatistiği		0.816	
p		0.443	
Çalışma durumu*			
Evet	63	57.76	9.48
Hayır	301	59.13	9.37
Test istatistiği		0.010	
p		0.299	
Siğara kullanımı*			
Evet	126	56.87	11.2
Hayır	238	59.96	8.10
Test istatistiği		12.427	
p		0.007	
Cinsel eğitim alma durumu*			
Evet	101	60.10	10.13
Hayır	263	58.42	9.070
Test istatistiği		1.226	
p		0.147	
Yaşamın büyük bir bölümünü geçirdiği yer**			
İl a	114	60.83	9.75
İlçe b	120	59.55	8.95
Köy-Kasaba c	130	56.58	9.32
Test istatistiği		6.871	
p		0.001	
Anlamli fark	c<a,b	c<a 0.001	c<b 0.011

*independent samples t-test **one-way ANOVA

Çalışmaya katılan öğrencilerin CEYTÖ puan ortalamaları 58.89 ± 9.39 'dur (Min. 23.00, Max. 75.00). Çalışmaya katılan öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre cinsel eğitime yönelik tutumları incelendiğinde; kız öğrencilerin CEYTÖ puan ortalamasının erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu, 2. sınıf öğrencilerinin CEYTÖ puan ortalamalarının 1. ve 3. sınıf öğrencilere göre anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca evde kalanların CEYTÖ puan ortalamasının yurtda ve apart

lojmanlarda kalanlara göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu saptanmıştır. Annesi çalışmayanların CEYTÖ puan ortalamasının annesi çalışanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; yaşamın büyük bir bölümünü köy ve kasabada geçiren öğrencilerin CEYTÖ puan ortalaması yaşamın büyük bir bölümünü ilçe ve ilde geçirenlere göre anlamlı düzeyde düşük olduğu ve sigara kullanmayan öğrencilerin CEYTÖ puan ortalamasının kullananlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 3. Öğrencilerin tanıtıcı özelliklere göre Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

Tanıtıcı özellikler	N	\bar{X}	Ss
Cinsiyet*			
Kız	227	93.98	16.92
Erkek	137	78.90	14.77
Test istatistiği		8.170	
p		0.001	
Bölüm*			
Hemşirelik	268	89.17	18.17
Acil yardım ve afet yönetimi	96	85.87	16.19
Test istatistiği		3.760	
p		0.099	
Öğrenim şekli*			
1.öğretim	248	89.01	17.23
2.öğretim	116	86.79	18.67
Test istatistiği		1.138	
p		0.280	
Sınıf**			
1.sınıf a	145	89.38	19.19
2.sınıf b	101	83.36	16.15
3.sınıf c	118	91.20	16.29
Test istatistiği		5.936	
p		0.003	
Anlamlı fark	b<a,c	b<a 0.008 , b<c 0.001	
Nerede kalıyor**			
Ev a	102	79.94	14.17
Apart b	153	94.45	18.02
Yurt c	109	87.50	16.97
Test istatistiği		23.24	
p		0.001	
Anlamlı fark	a<b,c c<b	a<b 0.001 , a<c 0.001	c<b 0.002
Anne eğitim durumu**			
İlköğretim	269	88.08	17.69
Ortaöğretim	63	90.20	18.19
Yükseköğretim	32	86.43	17.11
Test istatistiği		0.561	
p		0.571	
Anne meslek*			
Çalışmıyor	250	89.85	17.80
Çalışıyor	114	84.91	17.09
Test istatistiği		0.358	
p		0.012	
Baba eğitim**			
İlköğretim	229	87.55	17.92
Ortaöğretim	96	89.64	17.67
Yükseköğretim	39	89.41	16.66
Test istatistiği		0.555	
p		0.574	
Baba meslek**			
Memur a	120	90.91	16.96
İşçi b	154	83.06	16.26
Serbest meslek c	90	93.78	18.76
Test istatistiği		13.19	
p		0.001	
Anlamlı fark	b<a,c b<a 0.001	b<c, 0.001	
Aile gelir durumu**			
Gelir giderden az	55	90.61	16.20
Gelir gidere eşit	239	87.89	18.38
Gelir giderden fazla	70	87.88	16.54
Test istatistiği		0.550	
p		0.577	
Çalışma durumu*			
Evet	63	83.46	15.95
Hayır	301	89.31	17.91
Test istatistiği		2.160	
p		0.011	
Sigara kullanımı*			
Evet	126	83.87	17.02
Hayır	238	90.65	17.64
Test istatistiği		0.364	
p		0.001	
Cinsel eğitim alma durumu*			
Evet	101	89.85	17.09
Hayır	263	87.71	17.93
Test istatistiği		0.659	
p		0.293	
Yaşamın büyük bir bölümünü geçirdiği yer**			
İl a	114	93.85	16.71
İlçe b	120	90.80	18.15
Köy-Kasaba c	130	81.12	15.76
Test istatistiği		19.25	
p		0.001	
Anlamlı fark	c<a,b c<a 0.001	c<b 0.001	

*independent samples t-test **one-way ANOVA

Çalışmaya katılan öğrencilerin TCAÖ puan ortalamaları 88.30 ± 17.70 'dir (Min. 45, Max. 125). Çalışmaya katılan öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre toplumsal cinsiyet algısı incelendiğinde; kız öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısı puan ortalamasının erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu, 2. sınıf öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algısı puan ortalamalarının 1. ve 3. sınıf öğrencilere göre anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca evde kalanların toplumsal cinsiyet algısı puan ortalamasının yurtda ve apartta kalanlara göre daha düşük olduğu; yurtda kalanların toplumsal cinsiyet algısı puan ortalamasının apartta kalanlara göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Annesi çalışmayanların toplumsal cinsiyet algısı puan ortalamasının annesi çalışanlara göre daha yüksek olduğu; babası memur ya da serbest meslek sahibi olan öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısı puan ortalamaları babası işçi olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmayan öğrencilerin puanları çalışanlara göre anlamlı düzeyde yüksek, sigara kullanmayan öğrencilerin puanları kullananlara göre anlamlı düzeyde yüksek, yaşamın büyük bir bölümünü köy ve kasabada geçiren öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısı puan ortalaması yaşamın büyük bir bölümünü ilçe ve ilde geçirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmüştür.

Tartışma ve Sonuç

Çalışmaya katılan öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre cinsel eğitime yönelik tutumları incelendiğinde; kız öğrencilerin cinsel eğitime yönelik tutum ölçeği puan ortalamasının erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Başgöl (1997) tarafından öğrencilere yönelik yapılan çalışmanın sonuçlarına göre erkek öğrencilerin %10.3'ünün cinsellik konusunda bilgilenmeye "çok" gereksinim duyduklarını, kız öğrencilerin ise %37.2'sinin bilgilenmeye gereksinim duyduklarını ifade ettikleri görülmektedir. Genel olarak kız veya erkek öğrencilerin cinsellikle ilgili eğitim gereksinimlerinin olduğu görülmektedir. Gençlerde cinsel sağlık ile ilgili bilgi eksikliği, cinsel yolla bulaşan hastalıklar ve istenmeyen gebelikler gibi yaşamı etkileyebilecek sorunlara yol açmaktadır. Bir çalışmada üniversite öğrencilerinin %59'unun cinsel sağlıkla ilgili hiç bilgi almadıkları belirlenmiştir ve büyük çoğunluğu bilgi almak istediklerini iletmiştir (Pınar vd., 2009). Neredeyse 10 yıl sonra yapılan bu çalışmaya katılan öğrencilerinde %72.3'ünün cinsellik eğitimi almamış olması ülkemizde hala bu konuyla ilgili bilgi gereksiniminin devam ettiğini ortaya koymuştur. Bir sistematik inceleme çalışmasında cinsel sağlık eğitimi programlarının üniversite öğrencilerinin cinsel yolla bulaşan hastalıklar ve kondom kullanımı ile ilgili bilgi düzeyini arttırdığı ve olumlu tutumlar kazandırdığı görülmektedir. Literatür incelendiğinde bu konuyla alakalı deneysel araştırmaların azlığı gözlemlenmekte, daha çok deneysel araştırmaya ihtiyaç olduğu saptanmıştır (Siyez vd., 2018). Bu doğrultuda ülkemizde üniversite öğrencilerine yönelik cinsel sağlık programlarının geliştirilmesi ve okullarda zorunlu bir ders olarak okutulması gerektiği düşünülmektedir.

Araştırmada kızların toplumsal cinsiyet algısı puan ortalamalarının, erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aytaç ve Öngen'in (2013) araştırmasında toplumsal cinsiyet alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde, kadın ve erkeğin toplumda eşitlikçi bir role sahip olduğu hakkında bir tutuma, kızların erkeklerden daha fazla sahip olduğu saptanmıştır. Erkeklerin ise kızlara oranla daha fazla gelenekçi bir tutuma sahip olduğu saptanmıştır. Esen, Öztürk ve Siyez'in (2018) araştırmasında kızların ve erkeklerin toplumsal cinsiyet algısı puan ortalamaları incelenmiş, kızların toplumsal cinsiyet eşitlikçi boyut puan ortalamalarının erkek öğrencilerin ortalamalarından anlamlı bir biçimde yüksek olduğu ortaya konmuştur. Erkeklerin geleneksel boyut puan ortalamalarının ise, kızlardan anlamlı bir biçimde yüksek olduğu saptanmıştır. Ülkemizde ergenlerle yapılan diğer çalışmalarda da erkek öğrencilerin toplumsal cinsiyete daha geleneksel bakış açısına sahip olduğu belirlenmiştir (Irmak Vural ve Körpe, 2018; Turan vd., 2017, Kalaycı, Hayırsever ve Özcan, 2012; Tunç, 2013; Seçgin ve Tural, 2011; Yılmaz vd., 2009; Vefikuluçay vd., 2007). Bu çalışmaya katılan 3. sınıf öğrencilerinin TCAÖ puan ortalaması 1. sınıf öğrencilerinden yüksek çıkmıştır. Başçı ve Giray'ın çalışmasında da benzer şekilde, üniversitede okuyan son sınıf öğrencilerinin diğer sınıflara göre toplumsal cinsiyete çağdaş, modern yönde

tutumlarının arttığı belirlenmiştir (Başçı ve Giray, 2016). Üniversite eğitiminin toplumsal cinsiyete bakış açısında, geleneksellikten çıkıp çağdaş görüşe yönlendirmede etkisi olduğu düşünülmektedir. Ayrıca öğrencilerin büyük çoğunluğunun hemşirelik bölümünden olması ve 3. sınıf öğrencilerinin kadın sağlığı ve hastalıkları hemşireliği dersi almış olmaları da toplumsal cinsiyet algısının daha eşitlikçi yönde olması konusunda etkilemiş olabilmektedir. Diğer taraftan öğrencilerin büyük çoğunluğunun apart pansiyonlarda kaldığı belirlenmiştir, bu durumda ailesinden uzaklaşıp hayata bireysel devam etmenin de sosyalleşmeyle beraber toplumsal cinsiyet algısında geleneksellikten uzaklaşmaya ve cinsiyetler arası eşitlikçi algının geliştiğine varılabilmektedir. Bu çalışmaya katılan babası ilköğretim mezunu olan ve işçi olan öğrencilerin TCAÖ puanının diğerlerine göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Ebeveynlerin eğitim durumu çocukların toplumsal cinsiyet algısında da etkilidir. Sosyal öğrenme kuramında ailedeki babanın cinsiyet rolü tutumlarının kız ve erkek çocuğu etkilediği, annelerin cinsiyet rolü tutumlarının ise sıklıkla kız çocuklarının toplumsal cinsiyet rolünü etkilediği ifade edilmektedir. Bu durum çalışma sonuçlarına göre babanın eğitim düzeyinin öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısıyla ilgili olduğunu ortaya koymaktadır (Zeyneloğlu, 2008).

Kaynakça

- Aylaz, R., Güneş, G., Uzun, Ö., & Ünal, S. (2014). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rolüne yönelik görüşleri. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 23(5), 183-189.
- Öngen, B., & Aytaç, S. (2013). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam değerleri ilişkisi. *Sosyoloji Konferansları*, 48, 1-18.
- Başçı, B., Giray, S. (2016). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarının çok değişkenli istatistiksel tekniklerle analizi. *Journal of Life Economics*, 3(4), 117-142.
- Başgöl, F. U. (1997). *12-15 yaş grubu ergenlerin cinsel eğitim konusundaki görüşleri*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bayhan, P. & Artan, İ. (2004). *Çocuk gelişimi ve eğitimi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Esen, E., Öztürk, B., Siyez, D.M. (2018). Toplumsal cinsiyet algısı ölçeği ergen formu'nun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 6(12), 144-173.
- Goldman, J.D., & Bradley, G.L. (2001). Sexuality education across the lifecycle in the new millennium. *Sex Education*, 1(3), 197-217.
- Gölbaşı, Z. (2005). Adölesan dönem üreme sağlığı sorunları ve etkileyen faktörler. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(1), 100-108.
- Güler, S., Yöndem, Z.D. (2007). Ergenlik ve cinsel sağlık eğitimi ile ilgili grup rehberliğinin 6.sınıf öğrencilerinin bilgi ve tutumlarına etkisi. *İlköğretim Online*, 6(1), 2-10.
- Gürsoy, E., Gençalp, N. S. (2010). Cinsel sağlık eğitiminin önemi. *Aile ve Toplum*, 6(23), 29-36.
- Hilton, G. (2007). Listening to the boys again: An exploration of what boys want to learn in sex education classes and how they want to be taught? *Sex Education*, 7(2), 161-174.
- Irmak Vural, P, Körpe, G. (2018). Üniversite öğrencilerinin kadınlık-erkeklik ve kadına ilişkin namus anlayışı tutumu. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 2(3), 155-166.
- Kalaycı, N., Hayırsever F., Özcan, F.Z. (2012). İlköğretim okulu öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin algıları. 2. *Ulusal Eğitim Programları ve Öğretim Kongresi*. 27-29 Eylül 2012. Bolu.
- Pınar, G., Doğan, N., Ökdem, Ş., Algier, L., & Öksüz, E. (2009). Özel bir üniversitede okuyan öğrencilerin cinsel sağlıkla ilgili bilgi tutum ve davranışları. *Tıp Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 105-113.
- Seçgin, F., & Tural, A. (2011). Sınıf öğretmenliği bölümü öğretmen adaylarının toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları. *Education Sciences*, 6(4), 2446-2458.
- Siyez, D.M. (2007). *Fiziksel gelişim*. Alim Kaya(Ed.), Eğitim Psikolojisi içinde (s.41- 72), Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Siyez, D., Öztürk, B., Esen, E., Kağnıcı, Y. (2018). Üniversite öğrencilerine yönelik cinsel sağlık eğitimi programları: Sistemik gözden geçirme. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 344-362.
- Tunç, H. (2013). *Toplumsal değişim sürecinde din ve toplumsal cinsiyet: Lise gençliği üzerinde sosyolojik bir araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Turan, Z., Aydın, Y., Toker, E. (2017). Kadın sağlığı ve hastalıkları hemşireliği dersinin hemşirelik öğrencileri toplumsal cinsiyet algısına etkisinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(3), 2677-2687.

- Türmen, T. (2003). *Toplumsal cinsiyet ve kadın sağlığı*. İçinde: Akın A, editör. Toplumsal cinsiyet, sağlık ve kadın. Hacettepe Üniversitesi Yayınları; p.3-16.
- Vefikuluçay, D., Zeyneloğlu, S., Eroğlu, K. ve Taşkın, L. (2007). Kafkas Üniversitesi son sınıf öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin bakış açıları. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 14(2), 26-38.
- Yılmaz, D.V., Zeyneloğlu, S., Kocaöz, S., Kısa, S., Taşkın, L. ve Eroğlu, K. (2009). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin görüşleri. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 775-792.
- Zeyneloğlu, S. (2008). *Ankara'da hemşirelik öğrenimi gören üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

